

Муниципальное казенное
дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Колосок»
городского поселения Петров Вал

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МКДОУ дс «Колосок»
В.С.Копейкина
«7» _____ 2024г

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД "КОЛОСОК"
ГОРОДСКОГО ПОСЕЛЕНИЯ ПЕТРОВ ВАЛ
КАМЫШИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО
РАЙОНА ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ

Подписано: МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД "КОЛОСОК" ГОРОДСКОГО
ПОСЕЛЕНИЯ ПЕТРОВ ВАЛ КАМЫШИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ
DN: cn=МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД "КОЛОСОК" ГОРОДСКОГО ПОСЕЛЕНИЯ ПЕТРОВ
ВАЛ КАМЫШИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДСКОЙ
ОБЛАСТИ, o=RU, ou=МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД "КОЛОСОК" ГОРОДСКОГО
ПОСЕЛЕНИЯ ПЕТРОВ ВАЛ КАМЫШИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ, email=kaza4ckova.valya@yandex.ru
Дата: 2024.12.24 19:10:28 +03'00'

Двухнедельное меню для детей с 1 до 3 лет МКДОУ дс «Колосок» осенне-зимний период

сборник рецептур блюд и кулинарных изделий, под. Редакцией Лапшиной
В.Т., 2004 г.

II день ясли

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
I завтрак							
161	Суп молочный с крупой		3,97	4,11	14,52	110,95	150
	Манка	9	1,02	0,06	6,6	31,02	
	Молоко цельное/сухое	104/11,4	2,93	2,6	4,92	54,81	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
1	Бутерброд с маслом	12	0,88	3,26	5,82	56,12	12/4
	Хлеб	12	0,84	0,36	5,76	29,64	
	Масло сливочное	4	0,04	2,9	0,06	26,48	
692	Кофейный напиток		0,09	0,003	9,21	37,24	150
	Кофейный напиток	1,1	0,09	0,003	1,29	5,56	
	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
Итого за завтрак:			4,94	10,85	29,55	204,31	
II завтрак							
Обед							
120	Свекольник на к/ б со сметаной		5,18	3,7	16,06	127,243	150
	Свекла	37/30	0,63	0	4	18,5	
	Мясо кур	13/11	2,99	1,13	0	13,13	
	Картофель	48/36	0,96	0,05	9,46	42,1	
	Лук репчатый	10/8	0,17	0	0,95	4,483	
	Морковь	10/8	0,13	0,01	0,7	3,41	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Сметана	7	0,18	1,05	0,25	11,2	
	Паста томатная	2	0,1	0,01	0,67	3,2	
	Соль	1	0	0	0	0	
490	Птица, тушеная с морковью		14,65	2,63	2,15	90,85	70
	Мясо кур	50/55	14,26	0,62	0	62,62	
	Лук	10/11	0,22	0	1,24	5,82	
	Морковь	12/11	0,17	0,01	0,91	4,43	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Соль	0,3	0	0	0	0	
203	Отварной картофель		2,55	2,31	24,86	130,36	100
	Картофель	103/100	2,52	0,13	24,82	110,5	
	Масло сливочное	2	0,03	2,18	0,04	19,86	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
639	Компот и сухофруктов		0,19	0	8,06	32,22	150
	Сухофрукты	6	0,19	0	4,1	16,38	
	Сахар	4	0	0	3,96	15,84	
	Хлеб		3,3	0,95	20,92	105,42	48
	Хлеб белый	19	1,33	0,57	9,12	46,93	19
	Хлеб ржаной	29	1,97	0,38	11,8	58,49	29
Итого за обед:			19,86	21,2	62,15	506,96	
Полдник							
315	Запеканка творожно - рисовая		9,72	4,08	8,952	117,62	60

	Творог	48	8,26	2,4	0,86	58,08	
	Крупа рисовая	9	0,68	0,23	5,05	25	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Вода	73	0	0	0	0	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Яйцо	1/8	0,76	0,69	0,042	9,42	
	Соль	0,3	0	0	0	0	
600	Соус сметанный		0,75	1,97	4,27	37,2	20
	Сметана	11	0,29	1,65	0,4	17,6	
	Мука пшеничная	2	0,21	0,03	1,46	6,94	
	Сахар	2	0	0	1,98	7,92	
	Молоко цельное/сухое	9/1	0,25	0,23	0,43	4,74	
648	Кисель		3,64	4,2	9,08	88,58	130
	Концентрат киселя	16	3,64	4,2	6,11	76,7	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Хлеб пшеничный	16	1,6	0,48	6,88	38,24	16
Итого за полдник:			15,71	10,73	29,182	281,64	
ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ:			40,51	42,78	120,882	992,91	

I день ясли

№ реп	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
I завтрак							
161	Суп молочный с крупой		3,95	4,19	16,92	121,21	150
	Молоко цельное/сухое	104/11,4	2,93	2,6	4,92	54,81	
	Крупа геркулесовая	12	1	0.14	9	41,28	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0.03	13,24	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
692	Кофейный напиток		0,09	0,003	9,21	37,24	150
	Кофейный напиток	1,1	0,09	0,003	1,29	5,56	
	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
1	Бутерброд с маслом	12	0,88	3,26	5,82	56,12	12/4
	Хлеб	12	0,84	0,36	5,76	29,64	
	Масло сливочное	4	0,04	2,9	0,06	26,48	
Итого за завтрак:			7,434	9,9	30.97	258,84	
II завтрак							
Обед							
124	Щи из свежей капусты с картофелем		4,94	3,64	12,05	100,643	150
	Мясо кур	13/11	2,99	0,13	0	13,13	
	Лук репчатый	10/8	0,17	0	0,95	4,483	
	Морковь	10/8	0,13	0,01	0,7	3,41	
	Картофель	38/30	0,76	0,04	7,49	33,33	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Капуста	44/35	0,79	0	2,38	12,67	
	Паста томатная	3	0,08	0,01	0,5	2,4	
	Соль	1	0	0	0	0	
479	Макаронник с мясом кур		10,91	3,99	14,142	140,9	100

	Мясо кур	35/31	8,05	0,35	0	35,35	
	Вермишель	17	1,82	0,22	12,61	59,72	
	Лук репчатый	7/6	0,12	0	0,67	3,14	
	Морковь	10/8	0,13	0,01	0,7	3,41	
	Масло сливочное	3	0,03	2,18	0,04	19,86	
	Яйцо	1/6	0,76	0,69	0,042	9,42	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
	Молоко свежее/сухое	17/1,9	0,48	0,54	0,08	10	
	Икра кабачковая	28	0,28	1,96	1,96	27,16	28
639	Компот из сухофруктов		0,19	0	8,06	32,22	150
	Сухофрукты	6	0,19	0	4,1	16,38	
	Сахар	4	0	0	3,96	15,84	
	Хлеб		3,3	0,95	20,92	105,42	
	Хлеб белый	19	1,33	0,57	9,12	46,93	19
	Хлеб ржаной	29	1,97	0,38	11,8	58,49	29
Итого за обед:			19,62	29,102	57,132	406,343	
Уплотненный полдник							
394	Тефтеля рыбная		10,42	3,7	6,438	100,64	50
	Рыба	51/37	8,93	1,02	0	44,88	
	Лук репчатый	8/12	0,24	0	1,33	6,27	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Мука пшеничная	3	0,32	0,04	2,2	10,41	
	Хлеб пшеничный	6	0,42	0,18	2,88	14,82	
	Яйцо	1/11	0,51	0,46	0,028	6,28	
	Вода	10	0	0	0	0	
	Соль	0,3	0	0	0	0	
534	Капуста тушеная		1,49	1,47	5,36	58,573	60
	Капуста свежая	62/50	1,12	0	3,35	17,86	
	Лук репчатый	7/8	0,17	0	0,95	4,483	
	Морковь	7/8	0,13	0,01	0,7	3,41	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Томатная паста	2	0,05	0,01	0,33	1,6	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
	Хлеб пшеничный	16	1,6	0,48	6,88	38,24	16
685	Чай с сахаром		0,014	0,04	7,95	32,67	150
	Чай черный высшего сорта	0,7	0,14	0,04	0,03	0,99	
	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
ВСЕГО:			13,524	5,69	26,628	230,123	
ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ:			40,578	44,692	114,73	895,306	

III день ясли

№ реп	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
I завтрак							
340	Омлет натуральный		6,89	7,33	4,51	111,47	80
	Молоко свежее/сухое	26/2,9	0,73	0,65	1,23	13,7	
	Мука пшеничная	4	0,42	0,05	2,93	13,88	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Яйцо	8/9	5,72	5,18	0,32	70,65	

	Соль	0,3	0	0	0	0	
692	Кофейный напиток		0,09	0,003	9,21	37,24	150
	Кофейный напиток	1,1	0,09	0,003	1,29	5,56	
	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
1	Бутерброд с маслом	12	0,88	3,26	5,82	56,12	12/4
	Хлеб	12	0,84	0,36	5,76	29,64	
	Масло сливочное	4	0,04	2,9	0,06	26,48	
ВСЕГО:			7,86	10,593	19,54	204,83	
II завтрак							
Обед							
138	Суп картофельный с крупой		4,64	3,68	14,09	108,023	150
	Крупа перловая	4	0,37	0,04	2,95	13,68	
	Картофель	48/36	0,96	0,05	9,46	42,1	
	Лук	10/8	0,17	0	0,95	4,483	
	Морковь	10/8	0,13	0,01	0,7	3,41	
	Мясо кур	13/11	2,99	0,13	0	13,13	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Соль	1	0	0	0	0	
455	Котлета с капустой		10,41	5,52	6,81	118,48	50
	Мясо кур	38/33	8,74	0,38	0	38,38	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло растительное	1	0	3	0	26,97	
	Лук	7/6	0,12	0	0,67	3,14	
	Капуста свежая	19/15	0,34	0	1,03	5,47	
	Рис	9	0,68	0,23	5,05	25	
	Яйцо	1/16	0,51	0,46	0,03	6,28	
	Соль	0,3	0	0	0	0	
536	Свекла тушеная		1,6	2	10,15	64,98	80
	Свекла	0/75	1,6	0	10,15	47	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Соль	0,3	0	0	0	0	
648	Кисель		3,64	4,2	9,08	88,58	130
	Концентрат киселя	16	3,64	4,2	6,11	76,7	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Хлеб		3,3	0,95	20,92	105,42	
	Хлеб белый	19	1,33	0,57	9,12	46,93	19
	Хлеб ржаной	29	1,97	0,38	11,8	58,49	29
ВСЕГО:			23,59	16,35	61,05	485,483	
Уплотненный полдник							
161	Суп молочный с крупой		4,48	4,91	16,4	127,72	150
	Крупа пшеничная	12	1,52	0,13	8,47	41,17	
	Молоко свежее/сухое	104/11,4	2,93	2,6	4,92	54,81	
	Масло сливочное	3	0,03	2,18	0,04	19,86	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
	Хлеб белый	12	0,84	0,36	5,76	29,64	12
685	Чай с сахаром		0,14	0,04	7,95	32,67	150
	Чай черный высшего сорта	0,7	0,14	0,04	0,03	0,99	
	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
769	Булочка домашняя		4,42	4,76	26,52	166,41	50

	Мука пшеничная	31	3,29	0,4	22,69	107,54	
	Молоко цельное/сухое	17/1,9	0,48	0,43	0,8	8,96	
	Яйцо	1/11	0,54	0,46	0,03	6,28	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Дрожжи сухие	0,7	0,09	0,02	0	0,53	
	Соль	0,3	0	0	0	0	
ВСЕГО:			9,04	10,07	56,63	356,44	
ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ:			40,49	37,013	137,22	1046,753	

IV день ясли

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
I завтрак							
160	Суп молочный с макаронными изделиями		3,89	4,9	15,38	119,52	150
	Вермишель	9	0,93	0,12	7,07	33,03	
	Молоко цельное/сухое	104/11,4	2,93	2,6	4,92	54,81	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Масло сливочное	3	0,03	2,18	0,42	19,8	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
692	Кофейный напиток		0,09	0,003	9,21	37,24	150
	Кофейный напиток	1,1	0,09	0,003	1,29	5,56	
	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
1	Бутерброд с маслом	12	0,88	3,26	5,82	56,12	12/4
	Хлеб	12	0,84	0,36	5,76	29,64	
	Масло сливочное	4	0,04	2,9	0,06	26,48	
	Всего		7,374	10,61	29,43	257,15	
II завтрак							
Обед							
134	Суп крестьянский с крупой		3,32	4,38	11,7	88,2	150
	Рис	4	0,28	0,04	2,86	12,9	
	Картофель	48/36	0,96	0,05	9,46	42,1	
	Мясо кур	13/11	2,99	0,13	0	13,13	
	Лук	10/8	0,17	0	0,95	4,483	
	Морковь	10/8	0,13	0,01	0,7	3,41	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Соль	1	0	0	0	0	
374	Рыба, тушеная в томате с овощами		16,03	7,55	3,78	147,143	60
	Рыба	7/59	15,39	4,05	0	98,01	
	Лук	7/8	0,17	0	0,95	4,483	
	Морковь	10/10	0,16	0,01	0,84	4,09	
	Масло сливочное	1	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Мука	2	0,21	0,03	1,46	6,94	
	Паста томатная	2	0,08	0,01	0,5	2,4	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
203	Отварной картофель		2,09	2,28	20,71	110,13	100
	Картофель	130/100	2,06	0,1	20,29	90,33	
	Масло сливочное	3	0,03	2,18	0,42	19,8	

	Соль	0,7	-	-	-	0,6	
639	Компот из сухофруктов		0,19	0	8,06	32,22	150
	Сухофрукты	6	0,19	0	4,1	16,38	
	Сахар	4	0	0	3,96	15,84	
	Хлеб		3,3	0,95	20,92	105,42	
	Хлеб белый	19	1,33	0,57	9,12	46,93	19
	Хлеб ржаной	29	1,97	0,38	11,8	58,49	29
ВСЕГО:			24,93	15,16	65,17	483,113	
Уплотненный полдник							
161	Суп молочный с крупой		3,96	4,92	17,31	127,77	150
	Крупа кукурузная	12	1	0,14	9	41,28	
	Молоко цельное/сухое	104/11,4	2,93	2,6	4,92	54,81	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Масло сливочное	3	0,03	2,18	0,42	19,8	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
685	Чай с сахаром		0,14	0,04	7,95	32,67	150
	Чай черный высшего сорта	0,7	0,14	0,04	0,03	0,99	
	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
	Хлеб пшеничный	16	1,6	0,48	6,88	38,24	16
784	Булочка с повидлом		4,21	4,7	28,02	169,2	50
	Повидло	6	0	0	4,2	14,8	
	Мука	27	2,86	0,35	19,76	93,66	
	Масло растительное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло сливочное	2	0	2	0	17,98	
	Яйцо	1/11	0,51	0,46	0,03	6,28	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Молоко цельное/сухое	17/1,9	0,48	0,43	0,8	8,96	
	Дрожжи сухие	0,7	0,34	0,01	0,26	2,4	
	Соль	0,3	0	0	0	0	
ВСЕГО:			9,91	10,14	60,16	367,88	
ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ:			42,214	35,91	154,76	1108,143	

У день ясли

№ реп	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. Нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
I завтрак							
161	Суп молочный с крупой		4,2	4,21	16,52	120,74	150
	Молоко цельное/сухое	104/11,4	2,93	2,6	4,92	54,81	
	Крупа ячневая	12	1,25	0,16	8.6	40,81	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0.03	13,24	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Соль	0.7	0	0	0	0	
692	Кофейный напиток		0,09	0,003	9,21	37,24	150
	Кофейный напиток	1,1	0,09	0,003	1,29	5,56	
	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
1	Бутерброд с маслом	12	0,88	3,26	5,82	56,12	12/4
	Хлеб	12	0,84	0,36	5,76	29,64	
	Масло сливочное	4	0,04	2,9	0,06	26,48	
ВСЕГО:			5,17	7,473	31,55	214,1	
II завтрак							

Обед							
139	Суп картофельный с бобовыми		6,8	3,82	17,49	131,433	150
	Горох	11	2,53	0,18	6,35	37,09	
	Картофель	48/36	0,96	0,05	9,46	42,1	
	Мясо кур	13/11	2,99	0,13	0	13,13	
	Лук	10/8	0,17	0	0,95	4,483	
	Морковь	10/8	0,13	0,01	0,7	3,41	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Соль	1	0	0	0	0	
452	Котлета из мяса кур		13,15	4,63	5,528	117,01	50
	Мясо кур	51/45	11,73	0,51	0	51,51	
	Хлеб пшеничный	6	0,6	0,18	2,58	14,34	
	Яйцо	1/11	0,54	0,46	0,028	6,28	
	Лук	15/13	0,26	0	1,43	6,72	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Мука пшеничная	2	0,21	0,03	1,46	6,94	
	Соль	0,3	0	0	0	0	
587	Соус томатный		0,34	1,77	2,2	26,07	20
	Мука	2	0,21	0,03	1,46	6,94	
	Лук репчатый	2	0,03	0	0,19	0,9	
	Морковь	3	0,04	0	0,21	1,02	
	Масло растительное	1	0	1	0	8,99	
	Масло сливочное	1	0,01	0,73	0,01	6,62	
	Паста томатная	2	0,05	0,01	0,33	1,6	
	Соль	0,25	0	0	0	0	
534	Капуста тушеная		2,16	3,46	7,5	69,98	80
	Капуста	94/75	1,69	0	5,08	27,07	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Лук репчатый	10/8	0,17	0	0,95	4,48	
	Морковь	12/10	0,16	0,01	0,84	4,09	
	Паста томатная	3	0,12	0	0,6	3,12	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
639	Компот из сухофруктов		0,19	0	8,06	32,22	150
	Сухофрукты	6	0,19	0	4,1	16,38	
	Сахар	4	0	0	3,96	15,84	
	Хлеб		3,3	0,95	20,92	105,42	
	Хлеб белый	19	1,33	0,57	9,12	46,93	19
	Хлеб ржаной	29	1,97	0,38	11,8	58,49	29
ВСЕГО:			25,94	14,63	61,698	482,133	
Полдник							
358	Сырники из творога		12,75	5,37	14,392	156,92	70
	Творог	61	10,49	3,05	1,1	73,81	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Яйцо	1/8	0,76	0,69	0,042	9,42	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Мука	14	1,48	0,18	10,25	48,57	
	Соль	0,3	0	0	0	0	
600	Соус сметанный		0,77	2,46	4,22	42,04	20
	Сметана	11	0,31	2,2	0,35	22,44	
	Мука пшеничная	2	0,21	0,03	1,46	6,94	

	Сахар	2	0	0	1,98	7,92	
	Молоко цельное/сухое	9/1	0,25	0,23	0,43	4,74	
	Хлеб белый	16	1,12	0,48	7,68	39,52	16
697	Молоко кипяченое	130	3,67	3,25	6,15	68,51	130
1. ВСЕГО:			18,31	11,56	29,442	306,99	
ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ:			49,42	33,663	122,49	1003,223	

VII день ясли

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр бр. Нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
I завтрак							
161	Суп молочный с крупой		3,97	4,11	14,52	110,95	150
	Молоко цельное/сухое	104/11,4	2,93	2,6	4,92	54,81	
	Крупа манная	9	1,02	0,06	6,6	31,02	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Соль	0.7	0	0	0	0	
692	Кофейный напиток		0,09	0,003	9,21	37,24	150
	Кофейный напиток	1,1	0,09	0,003	1,29	5,56	
	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
1	Бутерброд с маслом	12	0,88	3,26	5,82	56,12	12/4
	Хлеб	12	0,84	0,36	5,76	29,64	
	Масло сливочное	4	0,04	2,9	0,06	26,48	
ВСЕГО:			4,94	7,373	29,55	204,31	
II завтрак							
Обед							
123	Щи		5,18	3,64	14,12	110,133	150
	Мясо кур	13/11	2,99	0,13	0	13,13	
	Картофель	48/36	0,96	0,05	9,46	42,1	
	Лук	10/8	0,17	0	0,95	4,483	
	Морковь	10/8	0,13	0,01	0,7	3,41	
	Капуста	44/35	0,79	0	2,38	12,67	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Паста томатная	3	0,12	0	0,6	3,12	
	Соль	1	0	0	0	0	
493	Птица, тушеная в соусе		14,91	4,12	3,87	112.19	50
	Мясо кур	62/55	14,26	0,62	0	62,62	
	Лук	12/10	0,2	0	1,14	5,38	
	Морковь	13/11	0,17	0,01	0,91	4,43	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Паста томатная	2	0,05	0,01	0,33	1,6	
	Мука пшеничная	2	0,21	0,03	1,46	6,94	
	Соль	0,3	0	0	0	0	
332	Отварные макароны		2,16	1,71	14,87	83,5	80
	Макароны	20	2,14	0,26	14,84	70,26	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
639	Компот из сухофруктов		0,19	0	8,06	32,22	150
	Сухофрукты	6	0,19	0	4,1	16,38	

	Сахар	4	0	0	3,96	15,84	
	Хлеб		3,3	0,95	20,92	105,42	
	Хлеб белый	19	1,33	0,57	9,12	46,93	19
	Хлеб ржаной	29	1,97	0,38	11,8	58,49	29
ВСЕГО:			25,74	10,42	61,84	443,467	
Уплотненный полдник							
354	Вареники ленивые		12,79	8,28	12,232	171,4	70
	Творог	61	10,49	3,05	1,1	73,81	
	Яйцо	1/8	0,76	0,69	0,042	9,42	
	Сахар	3	0,03	2,18	0,42	19,8	
	Мука	14	1,48	0,18	10,25	48,57	
	Масло сливочное	3	0,03	2,18	0,42	19,8	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
600	Соус сметанный		0,77	2,46	4,22	42,04	20
	Сметана	11	0,31	2,2	0,35	22,44	
	Мука пшеничная	2	0,21	0,03	1,46	6,94	
	Сахар	2	0	0	1,98	7,92	
	Молоко цельное/сухое	9/1	0,25	0,23	0,43	4,74	
	Хлеб белый	16	1,12	0,48	7,68	39,52	16
697	Молоко кипяченое	130	3,67	3,25	6,15	68,51	130
ВСЕГО:			18,35	14,47	30,282	321,47	
ИТОГО ЗА 6 ДЕНЬ:			49,03	32,263	121,622	969,247	

VI день ясли

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
I завтрак							
161	Суп молочный с крупой		3,95	4,19	16,92	121,21	150
	Молоко цельное/сухое	104/11,4	2,93	2,6	4,92	54,81	
	Крупа геркулесовая	12	1	0,14	9	41,28	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0.03	13,24	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Соль	0.7	0	0	0	0	
692	Кофейный напиток		0,09	0,003	9,21	37,24	150
	Кофейный напиток	1,1	0,09	0,003	1,29	5,56	
	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
1	Бутерброд с маслом	12	0,88	3,26	5,82	56,12	12/4
	Хлеб	12	0,84	0,36	5,76	29,64	
	Масло сливочное	4	0,04	2,9	0,06	26,48	
ВСЕГО:			7,434	9,9	30,97	258,84	
II завтрак							
Обед							
140	Суп картофельный с макаронными изделиями		3,03	4,39	10,75	94,96	150
	Вермишель	3	0,32	0,04	2,23	10,54	
	Картофель	48/36	0,96	0,05	9,46	42,1	
	Мясо кур	13/11	2,99	0,13	0	13,13	
	Лук	10/8	0,17	0	0,95	4,483	
	Морковь	10/8	0,13	0,01	0,7	3,41	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	

	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Соль	1	0	0	0	0	
492	Плов из птицы		10,72	4,56	18,73	158,7	100
	Мясо кур	35/31	8,05	0,35	0	35,35	
	Лук	13/11	0,22	0	1,24	5,82	
	Морковь	25/20	0,33	0,03	1,75	8,53	
	Рис	28	2,1	0,73	15,71	77,78	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
78	Икра свекольно-морковная		0,74	2,03	4,38	38,7	40
	Свекла	19/15	0,32	0	2,05	9,5	
	Морковь	19/15	0,25	0,02	1,33	6,48	
	Лук репчатый	7/6	0,12	0	0,67	3,14	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Томат	2	0,05	0,01	0,33	1,6	
	Соль	0,2	0	0	0	0	
639	Компот из сухофруктов		0,19	0	8,06	32,22	150
	Сухофрукты	6	0,19	0	4,1	16,38	
	Сахар	4	0	0	3,96	15,84	
	Хлеб		3,3	0,95	20,92	105,42	
	Хлеб белый	19	1,33	0,57	9,12	46,93	19
	Хлеб ржаной	29	1,97	0,38	11,8	58,49	29
ВСЕГО:			17,98	11,93	62,84	430	
Уплотненный полдник							
382	Рыба под омлетом		9,839	3,021	3,035	78,59	50
	Рыба свежая	51/37	8,93	1,02	0	44,88	
	Мука	3	0,32	0,04	2,2	10,41	
	Молоко цельное/сухое	17/1,9	0,48	0,43	0,8	8,96	
	Яйцо	2/3	0,089	0,081	0,005	1,1	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Соль	0,3	0	0	0	0	
685	Чай с сахаром		0,14	0,04	7,95	32,67	150
	Чай черный высшего сорта	0,7	0,14	0,04	0,03	0,99	
	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
	Хлеб пшеничный	16	1,6	0,48	6,88	38,24	16
ВСЕГО:			11,579	3,541	17,865	149,5	
ИТОГО ЗА 7 ДЕНЬ:			36,993	25,371	111,675	838,34	

IX день ясли

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
I завтрак							
362	Пудинг из творога		9,8	4,35	11,261	123,38	60
	Молоко цельное/сухое	17/1,9	0,48	0,43	0,8	8,96	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0.03	13,24	
	Творог	48	8,26	2,4	0,86	58,08	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Крупа манная	9	1,02	0,06	6,6	31,02	
	Яйцо	1/8	0,02	0.01	0.001	0,2	
	Соль	0,3	0	0	0	0	

600	Соус сметанный		0,77	2,46	4,22	42,04	20
	Сметана	11	0,31	2,2	0,35	22,44	
	Мука пшеничная	2	0,21	0,03	1,46	6,94	
	Сахар	2	0	0	1,98	7,92	
	Молоко цельное/сухое	9/1	0,25	0,23	0,43	4,74	
692	Кофейный напиток		0,09	0,003	9,21	37,24	150
	Кофейный напиток	1,1	0,09	0,003	1,29	5,56	
	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
1	Бутерброд с маслом	12	0,88	3,26	5,82	56,12	12/4
	Хлеб	12	0,84	0,36	5,76	29,64	
	Масло сливочное	4	0,04	2,9	0,06	26,48	
Итого за завтрак:			11,54	10,073	30,511	258,78	
II завтрак							
Обед							
138	Суп картофельный с крупой		4,64	3,68	14,09	108,023	150
	Крупа перловая	4	0,37	0,04	2,95	13,68	
	Картофель	48/36	0,96	0,05	9,46	42,1	
	Мясо кур	13/11	2,99	0,13	0	13,13	
	Лук	10/8	0,17	0	0,95	4,483	
	Морковь	10/8	0,13	0,01	0,7	3,41	
	Масло растительное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло сливочное	2	0	2	0	17,98	
	Соль	1	0	0	0	0	
541	Рагу овощное		2,59	3,51	15,49	104,11	100
	Картофель	48/36	0,96	0,05	9,46	42,1	
	Капуста	62/50	1,12	0	3,35	17,86	
	Масло сливочное	2	0	2	0	17,98	
	Масло растительное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Лук репчатый	12/10	0,2	0	1,14	5,38	
	Морковь	13/11	0,17	0,01	0,91	4,43	
	Паста томатная	3	0,12	0	0,6	3,12	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
452	Биточки		13,32	4,63	5,338	116,11	60
	Мясо кур	51/45	11,73	0,51	0	51,51	
	Яйцо	1/11	0,54	0,46	0,028	6,28	
	Лук репчатый	13/11	0,22	0	1,24	5,82	
	Масло сливочное	2	0	2	0	17,98	
	Масло растительное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Мука	2	0,21	0,03	1,46	6,94	
	Хлеб пшеничный	6	0,6	0,18	2,58	14,34	
	Соль	0,3	0	0	0	0	
587	Соус томатный		0,344	1,773	2,2	26	20
	Мука	2	0,21	0,03	1,46	6,94	
	Лук репчатый	2/1,68	0,034	-	0,19	0,86	
	Морковь	3/2,4	0,04	0,003	0,21	0,99	
	Масло растительное	1	0	1	0	8,99	
	Масло сливочное	1	0,01	0,73	0,01	6,62	
	Паста томатная	2	0,05	0,01	0,33	1,6	
	Соль	0,25	0	0	0	0	
639	Компот из сухофруктов		0,19	0	8,06	32,22	150
	Сухофрукты	6	0,19	0	4,1	16,38	

	Сахар	4	0	0	3,96	15,84	
	Хлеб		3,3	0,95	20,92	105,42	
	Хлеб белый	19	1,33	0,57	9,12	46,93	19
	Хлеб ржаной	29	1,97	0,38	11,8	58,49	29
Итого за обед:			24,384	14,543	66,098	491,883	
Уплотненный полдник							
769	Булочка домашняя		4,39	4,76	26,52	166,43	50
	Молоко цельное/сухое	17/1,9	0,48	0,43	0,8	8,96	
	Яйцо	1/11	0,51	0,46	0,03	6,3	
	Мука пшеничная	31	3,29	0,4	22,69	107,54	
	Масло сливочное	2	0	2	0	17,98	
	Масло растительное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Дрожжи сухие	0,7	0,09	0,02	0	0,53	
	Соль	0,3	0	0	0	0	
161	Суп молочный с крупой		4,47	4,18	16,39	121,1	150
	Крупа пшеничная	12	1,52	0,13	8,47	41,17	
	Молоко свежее/сухое	104/11,4	2,93	2,6	4,92	54,81	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
	Хлеб пшеничный	16	1,6	0,48	6,88	38,24	16
685	Чай с сахаром		0,14	0,04	7,95	32,67	150
	Чай черный высшего сорта	0,7	0,14	0,04	0,03	0,99	
	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
Итого за полдник:			10,6	9,46	57,74	358,44	
ИТОГО ЗА 8 ДЕНЬ:			46,524	34,076	154,349	1109,103	

VIII день ясли

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
I завтрак							
161	Суп молочный с крупой		4,84	4,44	18,12	131,8	150
	Молоко цельное/сухое	104/11,4	2,93	2,6	4,92	54,81	
	Крупа гречневая	15	1,89	0,39	10,2	51,87	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0.03	13,24	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Соль	0.7	0	0	0	0	
692	Кофейный напиток		0,09	0,003	9,21	37,24	150
	Кофейный напиток	1,1	0,09	0,003	1,29	5,56	
	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
1	Бутерброд с маслом	12	0,88	3,26	5,82	56,12	12/4
	Хлеб	12	0,84	0,36	5,76	29,64	
	Масло сливочное	4	0,04	2,9	0,06	26,48	
Итого за завтрак:			8,324	10,15	32,17	269,43	
II завтрак							
Обед							
133	Суп картофельный		3,49	4,37	11,29	90,98	150
	Мясо кур	13/11	2,99	0,13	0	13,13	
	Картофель	65/49	1,3	0,07	12,81	57,01	

	Лук	10/8	0,17	0	0,95	4,483	
	Морковь	10/8	0,13	0,01	0,7	3,41	
	Масло растительное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло сливочное	2	0	2	0	17,98	
	Соль	1	0	0	0	0	
462	Тефтеля из мяса кур		10,05	4,52	5,678	103,57	50
	Мясо кур	38/33	8,74	0,38	0	38,38	
	Лук	6/5	0,1	0	0,57	2,69	
	Рис	9	0,68	0,23	5,05	25	
	Яйцо	1/10	0,51	0,46	0,028	6,28	
	Масло сливочное	2	0	2	0	17,98	
	Масло растительное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Соль	0,3	0	0	0	0	
330	Пюре гороховое		6,47	2,63	16,58	114,22	70
	Горох	28	6,44	0,45	16,16	94,42	
	Масло сливочное	3	0,03	2,18	0,42	19,8	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
639	Компот из сухофруктов		0,19	0	8,06	32,22	150
	Сухофрукты	6	0,19	0	4,1	16,38	
	Сахар	4	0	0	3,96	15,84	
	Хлеб		3,3	0,95	20,92	105,42	
	Хлеб белый	19	1,33	0,57	9,12	46,93	19
	Хлеб ржаной	29	1,97	0,38	11,8	58,49	29
Итого за обед:			23,5	12,47	62,528	446,41	
Уплотненный полдник							
332	Отварные макароны		1,61	2,2	11,13	70,68	50
	Макароны	15	1,61	0,2	11,13	52,7	
	Масло сливочное	2	0	2	0	17,98	
	Соль	0,3	0	0	0	0	
523	Морковь тушеная		1	1,53	5,28	38,82	60
	Морковь	75/60	0,98	0,08	5,25	25,58	
	Масло растительное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
685	Чай с сахаром		0,14	0,04	7,95	32,67	150
	Чай черный высшего сорта	0,7	0,14	0,04	0,03	0,99	
	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
	Хлеб пшеничный	16	1,6	0,48	6,88	38,24	16
Итого за полдник:			4,35	4,25	31,24	180,41	
ИТОГО ЗА 9 ДЕНЬ:			36,174	26,87	125,938	896,25	

Х день ясли

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
I завтрак							
161	Суп молочный с крупой		4,2	4,21	16,52	120,74	150
	Молоко цельное/сухое	104/11,4	2,93	2,6	4,92	54,81	
	Крупа ячневая	12	1,25	0,16	8,6	40,81	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Сахар	3	0	0	2,97	11,88	
	Соль	0.7	0	0	0	0	
692	Кофейный напиток		0,09	0,003	9,21	37,24	150
	Кофейный напиток	1,1	0,09	0,003	1,29	5,56	

	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
1	Бутерброд с маслом	12	0,88	3,26	5,82	56,12	12/4
	Хлеб	12	0,84	0,36	5,76	29,64	
	Масло сливочное	4	0,04	2,9	0,06	26,48	
Итого за завтрак:			5,17	7,473	31,55	214,1	
II завтрак							
Обед							
114	Борщ с картофелем		5,12	1,65	15,04	113,443	150
	Мясо кур	13/11	2,99	0,13	0	13,13	
	Картофель	48/36	0,96	0,05	9,46	42,1	
	Капуста свежая	25/20	0,45	0	1,35	7,2	
	Свекла	19/15	0,32	0	2,05	9,5	
	Лук	10/8	0,17	0	0,95	4,483	
	Морковь	10/8	0,13	0,01	0,7	3,41	
	Масло растительное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло сливочное	2	0	2	0	17,98	
	Паста томатная	3	0,08	0,01	0,5	2,4	
	Соль	1	0	0	0	0	
489	Рагу из птицы		13,18	4,04	25,96	192,883	150
	Мясо кур	45/40	10,35	0,45	0	45,45	
	Картофель	120/96	2,4	0,12	23,64	105,24	
	Лук	10/8	0,17	0	0,95	4,483	
	Морковь	12/10	0,16	0,01	0,84	4,09	
	Масло растительное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло сливочное	2	0	2	0	17,98	
	Паста томатная	3	0,08	0,01	0,5	2,4	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
639	Компот из сухофруктов		0,19	0	8,06	32,22	150
	Сухофрукты	6	0,19	0	4,1	16,38	
	Сахар	4	0	0	3,96	15,84	
	Хлеб		3,3	0,95	20,92	105,42	
	Хлеб белый	19	1,33	0,57	9,12	46,93	19
	Хлеб ржаной	29	1,97	0,38	11,8	58,49	29
Итого за обед:			21,79	6,64	69,98	443,966	
Уплотненный полдник							
337	Яйцо вареное		0,13	0,12	0,01	1,54	1шт.
	Яйцо	1шт.	0,13	0,12	0,01	1,54	
	Соль	0,7	0	0	0	0	
	Икра кабачковая	28	0,28	1,96	19,6	27,2	28
685	Чай с сахаром		0,14	0,04	7,95	32,67	150
	Чай черный высшего сорта	0,7	0,14	0,04	0,03	0,99	
	Сахар	8	0	0	7,92	31,68	
	Хлеб пшеничный	16	1,6	0,48	6,88	38,24	16
773	Булочка «Веснушка»		5,33	5,02	37,025	214,53	60
	Молоко цельное/сухое	17/1,9	0,56	0,5	0,95	10,54	
	Мука	36	3,82	0,47	26,35	124,88	
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,24	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	Сахар	4	0	0	3,96	15,84	
	Яйцо	1/11	0,64	0,58	0,035	7,85	
	Изюм	6	0,18	0	5,7	23,52	

	Дрожжи сухие	0,7	0,11	0,02	0	0,68	
	Соль	0,5	0	0	0	0	
Итого за полдник:			7,48	7,62	71,465	314,18	
ИТОГО ЗА 10 ДЕНЬ:			34,44	21,733	172,995	972,246	

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Колосок» городского поселения Петров Вал
Камышинского муниципального района Волгоградской области
ИНН 3410062341 КПП 341001001 БИК 011806101 ОКПО 53566345 ОГРН 1033400645772 л/с 0210К024401
р/с 03231643186180002900 к/с 40102810445370000021
отделение Волгоград Банка России// УФК по Волгоградской области г. Волгоград
Адрес: 403840, Россия, Волгоградская обл., Камышинский р-он, г.Петров Вал, ул.Камышинская,45. Тел.: 6- 56 – 62

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МКДОУ дс «Колосок»
_____ В.С.Копейкина
«__» _____ 2022г

**Двухнедельное меню
для детей с 1 до 3 лет
МКДОУ дс «Колосок»**

осенне-зимний период

Муниципальное казенное
Дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Колосок»
городского поселения Петров Вал

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МКДОУ дс «Колосок»
_____ В.С.Копейкина
«__» _____ 2025г

Двухнедельное меню для детей с 3 до 7 лет МКДОУ дс «Колосок»

весенне-летний период

2025г.