



Утверждаю

Директор ООО "Союз-К"



20 января

Согласовано

Директор *Евдокимовская О.И.*  
*Молочникова О.И.*



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет 7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №174	200	5,7	9,8	41,2	284,5
КАКАО С МОЛОКОМ №397	200	3,9	3,3	16,7	113,2
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10	0,1	7,3	0,1	74,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>12,7</b>	<b>20,6</b>	<b>77,5</b>	<b>564,4</b>
<b>II Завтрак</b>					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	100	0,4	0,4	9,5	45,6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21,0</b>	<b>96,0</b>
<b>Обед</b>					
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50	0,8	0,1	4,4	21,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №82	200	2,3	2,2	16,2	94,4
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ №302	150	12,5	11,5	15,1	216,6
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,5	101,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>640</b>	<b>20,0</b>	<b>14,3</b>	<b>85,0</b>	<b>552,4</b>
<b>Полдник</b>					
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	200	0,5	0,1	28,3	116,4
ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177,0
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>1,9</b>	<b>1,8</b>	<b>67,0</b>	<b>293,4</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>36,1</b>	<b>37,2</b>	<b>250,5</b>	<b>1 506,2</b>

Утверждаю

Директор ООО "Союз-К"



21 января

Согласовано

Директор

*МБОУ Горноуровненское осм*  
*Николаева О.Н. Директор*



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет 8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА №175	200	5,8	6,7	36,7	236,3
СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	10	2,2	2,9	0,0	35,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200	3,1	2,4	17,0	102,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>14,1</b>	<b>12,2</b>	<b>73,2</b>	<b>466,0</b>
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>14,7</b>	<b>62,6</b>
<b>Обед</b>					
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50	0,8	0,1	4,4	21,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №77	200	1,9	2,3	15,7	91,1
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) №455	70	9,0	11,6	9,1	179,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	130/5	4,9	4,1	31,4	186,7
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	180	0,1	0,0	25,5	101,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>695</b>	<b>21,0</b>	<b>18,6</b>	<b>113,8</b>	<b>711,7</b>
<b>Полдник</b>					
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>4,5</b>	<b>5,2</b>	<b>57,4</b>	<b>306,6</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>40,4</b>	<b>36,2</b>	<b>259,1</b>	<b>1 546,9</b>

Утверждаю

Директор ООО "Солнечный Куст"



*26 января*

Согласовано

Директор

*МКОУ Гарматовская ООС*  
*Массимова О.И. Минин*

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет 9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	200/2	5,8	5,1	19,7	149,9
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	40/10	3,2	7,5	20,2	169,5
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>452</b>	<b>9,1</b>	<b>12,6</b>	<b>49,7</b>	<b>358,8</b>
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>14,7</b>	<b>62,6</b>
<b>Обед</b>					
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50	0,8	0,1	4,4	21,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (пшено) №80	200	1,9	2,2	13,5	81,9
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	150	22,2	25,9	13,6	374,8
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	180	0,4	0,1	25,4	104,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>640</b>	<b>29,7</b>	<b>28,8</b>	<b>81,8</b>	<b>705,0</b>
<b>Полдник</b>					
ПРЯНИК	50	3,0	2,4	37,5	183,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>3,2</b>	<b>2,4</b>	<b>47,5</b>	<b>224,7</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>42,8</b>	<b>44,0</b>	<b>193,7</b>	<b>1 351,1</b>



Утверждаю

Директор ООО "Совз-К"



13 апреля

Согласовано

Директор Мелев Валерий Сергеевич

Новоселова О.К.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет 10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	200/5	6,1	2,9	31,0	173,8
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10	0,1	7,3	0,1	74,8
ЧАЙ С МОЛОКОМ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>455</b>	<b>12,3</b>	<b>12,9</b>	<b>66,8</b>	<b>440,6</b>
<b>II Завтрак</b>					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>14,7</b>	<b>62,6</b>
<b>Обед</b>					
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50	0,8	0,1	4,4	21,4
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57	200	1,5	4,0	10,0	82,5
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304	150	25,4	27,3	25,3	454,3
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>640</b>	<b>32,1</b>	<b>31,9</b>	<b>89,0</b>	<b>778,2</b>
<b>Полдник</b>					
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	200	0,0	0,0	15,5	61,9
ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177,0
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>1,4</b>	<b>1,7</b>	<b>54,2</b>	<b>238,9</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>46,6</b>	<b>46,7</b>	<b>224,7</b>	<b>1 520,3</b>