

Утверждаю

Директор ООО "СоюзЖЕО"



26 января

Согласовано

Директор *МКОУ Торшгородской ОМ*

Виталий Николаевич О.И.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет 1 день



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) №168	200	7,5	8,2	33,8	245,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	180	2,8	2,2	15,2	92,1
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10	0,1	7,3	0,1	74,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
Итого за прием пищи:	430	13,4	17,9	68,6	503,8
II Завтрак					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	100	0,4	0,4	9,5	45,6
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	9,5	45,6
Обед					
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
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67	200	1,5	4,0	7,2	71,6
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ №305	70	11,5	11,6	11,5	197,7
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165	150	8,4	6,3	38,3	248,8
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	710	26,2	22,5	107,1	744,6
Полдник					
ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177,0
КАКАО С МОЛОКОМ №397	200	3,9	3,3	16,7	113,2
Итого за прием пищи:	250	5,3	5,0	55,4	290,2
Всего за день:		45,3	45,8	240,6	1 584,2

Утверждаю

Директор ООО "Солнышко"



27 января

Согласовано

Директор МБОУ Горьковский лицей
Носова О.К. Диниц



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет 2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	200/2	5,8	5,1	19,7	149,9
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	30/5/10	4,4	6,7	14,6	141,6
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за прием пищи:	447	10,3	11,8	44,1	330,9
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	150	0,8	0,2	14,7	62,6
Обед					
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
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	150	22,2	25,9	13,6	374,8
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
Итого за прием пищи:	640	29,3	28,8	87,0	720,6
Полдник					
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
Итого за прием пищи:	250	4,5	5,2	57,4	306,6
Всего за день:		44,9	46,0	203,2	1 420,7

Утверждаю

Директор ООО "Сюз-К"



18 января

Согласовано

Директор МБОУ Горнодобровольской с/ш
Князева О.И. Князева

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет 3 день



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №174	200	5,7	9,8	41,2	284,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	5	0,0	3,6	0,0	37,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
Итого за прием пищи:	442	8,9	13,6	70,7	455,5
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	150	0,8	0,2	14,7	62,6
Обед					
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
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ №247	80	8,7	4,1	2,2	80,0
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №125	130	2,5	3,5	20,9	129,6
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	14,0	55,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	690	19,1	9,2	85,0	507,4
Полдник					
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	200	0,2	0,2	23,2	95,6
ПРЯНИК	50	3,0	2,4	37,5	183,0
Итого за прием пищи:	250	3,2	2,6	60,7	278,6
Всего за день:		32,0	25,6	231,1	1 304,1

Утверждаю

Директор ООО "Союз-К"



13 января

Согласовано

Директор *Ирина Горюховна*

Николаева О.И.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет 4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	200/5	6,1	2,9	31,0	173,8
ЧАЙ С МОЛОКОМ №394	200	3,0	2,5	15,6	97,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	5	0,0	3,6	0,0	37,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9
Итого за прием пищи:	440	11,3	9,2	61,2	377,4
II Завтрак					
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	100	0,4	0,4	9,5	45,6
Итого за прием пищи:	100	0,9	0,2	7,9	41,7
Обед					
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
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) №287	70	9,1	10,3	8,4	166,0
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	30	0,4	1,4	2,0	24,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	130/5	4,9	4,1	31,4	186,7
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180	0,0	0,0	14,0	55,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	725	20,7	20,4	101,9	686,2
Полдник					
ВАФЛИ	50	1,4	1,7	38,7	177,0
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	200	0,5	0,1	28,3	116,4
Итого за прием пищи:	250	1,9	1,8	67,0	293,4
Всего за день:		34,8	31,6	238,0	1 398,7

Утверждаю

Директор ООО "Сюэз-К"



30 января

Согласовано

Директор *ММОУ Тарновской ош*

Кочесова О.Н. Владим.



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 3-7 лет 5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	200/2	5,8	5,1	19,7	149,9
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	30/5/10	4,4	6,7	14,6	141,6
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за прием пищи:	447	10,3	11,8	44,1	330,9
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	150	0,8	0,2	14,7	62,6
Обед					
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 ИЗ ОВОЩЕЙ №135	200	1,5	3,0	8,8	71,7
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304	150	25,4	27,3	25,3	454,3
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
Итого за прием пищи:	640	32,1	30,9	91,9	781,3
Полдник					
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
Итого за прием пищи:	250	4,5	5,2	57,4	306,6
Всего за день:		47,7	48,1	208,1	1 481,4