

Согласовано:

Заведующей МБДОУ № 24

Хомченко Л.И.

МЕНЮ

на _____ 2025г.

День: первый Неделя: первая

Комплекс для детей до 3-х лет

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамин С	№ рец.
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК								
1	Каша пшённая вязкая на молоке	150	4.01	4.55	27.48	166.95	0.00	106/20
2	Кофейный напиток с молоком	180	2.85	2.41	14.36	91.00	1.17	264
3	Батон	20	1.54	0.60	10.66	53.90	0.00	317
4	Джем/повидло	10	0.05	0.00	6.61	25.30	0.09	313
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	Соки овощные, фруктовые, ягодные	100	0.75	0.00	15.15	64.00	3.00	268
Итого завтрак:		460	9.20	7.56	74.26	401.15	4.26	
ОБЕД								
1	Щи из свежей капусты с картофелем	150	1.05	2.93	5.09	50.85	11.10	56
2	Котлеты, биточки, шницели	50	7.03	5.73	5.11	99.38	0.58	181
3	Каша гречневая вязкая	110	3.35	3.70	15.05	106.70	0.00	209/1
4	Компот из сушёных фруктов	150	0.33	0.01	20.82	85.50	0.30	253
5	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00	310
6	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69.33	0.00	311
Итого обед:		520	15.99	13.05	69.11	459.06	11.98	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК								
1	Запеканка из творога	80	14.21	9.70	14.70	202.40	0.19	149
2	Молоко сгущенное	8	0.58	0.68	4.44	25.39	0.08	316
3	Чай с сахаром	150	0.04	0.01	7.88	33.33	0.02	261
4	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00	310
Итого полдник:		258	16.42	10.59	36.70	308.42	0.29	
Итого завтрак, обед, полдник:			41.61	31.20	180.07	1,168.64	16.53	
ИТОГО стоимость комплекса: 172,40 руб.								

Ответственный по питанию:

(подпись)

(расшифровка подписи)

Заведующий производством:

(подпись)

(расшифровка подписи)

Согласовано:

Заведующей МБДОУ № 24

МЕНЮ

на _____ 2025г.

День: второй Неделя: первая

Комплекс для детей до 3-х лет

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамин С	№ рец.
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК								
1	Каша вязкая овсяная "Геркулес"молочная	150	3.79	5.33	23.67	157.50	0.00	106/25
2	Чай с молоком или сливками	180	2.67	2.34	14.31	89.00	0.03	263
3	Батон	20	1.54	0.60	10.66	53.90	0.00	317
4	Сыр (порциями)	8	2.10	2.13	0.00	27.20	0.06	6
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	Напиток из плодов шиповника	100	0.34	0.14	9.49	40.67	30.00	267
Итого завтрак:		458	10.44	10.54	58.13	368.27	30.09	
ОБЕД								
1	Салат из свеклы отварной	30	0.43	1.83	2.51	28.20	2.85	34
2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	150	5.86	1.90	11.62	92.88	5.21	64/1
3	Котлеты рубленные из птицы	50	7.86	8.04	8.32	136.67	0.42	202
4	Рагу из овощей	110	1.64	2.96	7.45	63.56	10.51	87
5	Компот из яблок	150	0.12	0.12	17.91	72.00	1.29	251/1
6	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00	310
7	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69.33	0.00	311
Итого обед:		550	20.14	15.53	70.85	509.94	20.28	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК								
1	Биточки рыбные "Сказка"	50	7.74	2.94	5.80	78.13	2.00	168
2	Соус сметанный	20	0.30	1.00	1.17	14.80	0.00	241
3	Рис отварной	110	2.70	3.90	26.90	154.00	0.00	210
4	Чай с лимоном	150/3,5	0.10	0.02	8.50	34.20	2.40	262
5	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00	310
Итого полдник:		354	12.43	8.06	52.05	328.43	4.40	
Итого завтрак, обед, полдник:			43.01	34.13	181.03	1,206.64	54.77	
ИТОГО стоимость комплекса: 172,40 руб.								

Ответственный по питанию:

(подпись)

(расшифровка подписи)

Заведующий производством:

(подпись)

(расшифровка подписи)

Согласовано:

Заведующей МБДОУ № 24

МЕНЮ

на _____ 2025г.

День: третий Неделя: первая

Комплекс для детей до 3-х лет

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамин С	№ рец.
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК								
1	Каша манная молочная вязкая	150	3.18	3.71	26.10	150.90	0.00	106/26
2	Какао с молоком	180	3.67	3.19	15.82	107.00	1.43	266
3	Батон	20	1.54	0.60	10.66	53.90	0.00	317
4	Масло сливочное	8	0.06	5.80	0.10	52.80	0.00	5
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	Яблоко	1 шт	0.40	0.40	9.80	44.00	10.00	248
Итого завтрак:		458	8.85	13.70	62.48	408.60	11.43	
ОБЕД								
1	Икра кабачковая (заводская)	30	0.20	3.14	1.78	40.90	1.68	45Т
2	Агырчишyd	150	3.15	1.80	8.55	63.00	18.03	59
3	Котлеты, биточки, шницели рыбные	50	4.88	2.72	17.71	71.25	0.26	163
4	Пюре картофельное	110	2.24	3.52	15.00	101.20	13.32	216
5	Компот из кураги	150	0.33	0.01	20.82	85.50	0.30	253/4
6	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00	310
7	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69.33	0.00	311
Итого обед:		550	15.03	11.87	86.90	478.48	33.59	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК								
1	Винегрет овощной	30	0.41	1.85	2.54	28.44	3.08	8
2	"Гребешок" из дрожжевого теста	75	6.88	10.60	37.70	273.75	0.20	285
3	Напиток из сока	150	0.18	0.03	10.33	40.67	2.13	160Т
4	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00	310
Итого полдник:		275	9.06	12.68	60.25	390.16	5.41	
Итого завтрак, обед, полдник:			32.94	38.25	209.63	1,277.24	50.43	
ИТОГО стоимость комплекса: 172,40 руб.								

Ответственный по питанию:

Заведующий производством:

(подпись)

(подпись)

(расшифровка подписи)

(расшифровка подписи)

Согласовано:

Заведующей МБДОУ № 24

МЕНЮ

на _____ 2025г.

День: четвертый Неделя: первая

Комплекс для детей до 3-х лет

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамин С	№ рец.
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК								
1	Каша вязкая ячневая молочная	150	3.09	3.79	24.49	144.40	0.00	106/23
2	Молоко кипяченое	180	5.48	4.88	9.07	102.00	2.46	269
3	Батон	20	1.54	0.60	10.66	53.90	0.00	317
4	Джем/повидло	10	0.05	0.00	6.61	25.30	0.00	313
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	Напиток из свежих ягод	100	0.05	0.02	10.50	37.98	0.55	335/1
Итого завтрак:		460	10.21	9.29	61.33	363.58	3.01	
ОБЕД								
1	Суп картофельный с рыбой	150/8	4.85	3.73	13.90	100.42	7.65	61/1
2	Фрикадельки мясные	50	8.15	8.20	7.45	136.25	0.40	189
3	Макаронные изделия отварные с маслом	110	6.24	4.80	29.98	188.10	0.00	124
4	Компот из сушёных фруктов	150	0.33	0.01	20.82	85.50	0.30	253
5	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00	310
6	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69.33	0.00	311
Итого обед:		528	23.80	17.42	95.19	626.90	8.35	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК								
1	Запеканка морковная	105	3.29	7.77	19.59	161	2.18	98
2	Молоко сгущенное	8	0.58	0.68	4.44	25.39	0.08	316
3	Чай с сахаром	150	0.04	0.01	7.88	33.33	0.02	261
4	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00	310
Итого полдник:		283	5.50	8.66	41.59	267.02	2.28	
Итого завтрак, обед, полдник:			39.51	35.37	198.11	1,257.51	13.64	
ИТОГО стоимость комплекса: 172,40 руб.								

Ответственный по питанию:

(подпись)

(расшифровка подписи)

Заведующий производством:

(подпись)

(расшифровка подписи)

Согласовано:

Заведующей МБДОУ № 24

МЕНЮ

на _____ 2025г.

День: пятый Неделя: первая

Комплекс для детей до 3-х лет

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамин С	№ рец.
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК								
1	Каша "Дружба"	150	4.66	5.80	20.78	150.75	1.46	107
2	Кофейный напиток с молоком	180	2.85	2.41	14.36	91.00	1.17	264
3	Батон	20	1.54	0.60	10.66	53.90	0.00	317
4	Сыр (порциями)	8	2.10	2.13	0.00	27.20	0.06	6
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	Напиток из плодов шиповника	100	0.34	0.14	9.49	40.67	30.00	267
Итого завтрак:		458	11.49	11.08	55.29	363.52	32.69	
ОБЕД								
1	Борщ со сметаной на мясном бульоне	150/4	2.79	4.00	8.82	82.50	6.94	52/4
2	Запеканка картофельная с мясом	160/5	12.13	9.50	25.70	237.00	3.80	193
3	Компот из изюма	150	0.12	0.12	17.91	72.00	1.30	253/6
4	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00	310
5	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69.33	0.00	311
Итого обед:		529	19.27	14.30	75.47	508.13	12.04	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК								
1	Омлет с зеленым горошком	100	6.58	8.70	3.71	117.86	2.52	132
2	Чай с лимоном	150/3,5	0.10	0.02	8.50	34.20	2.40	262
3	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00	310
Итого полдник:		273.5	8.27	8.92	21.89	199.36	4.92	
Итого завтрак, обед, полдник:			39.03	34.30	152.65	1,071.01	49.65	
ИТОГО стоимость комплекса: 172,40 руб.								

Ответственный по питанию:

(подпись)

(расшифровка подписи)

Заведующий производством:

(подпись)

(расшифровка подписи)

Согласовано:

Заведующей МБДОУ № 24

МЕНЮ

на _____ 2025г.

День: первый Неделя: вторая

Комплекс для детей до 3-х лет

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамин С	№ рец.
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК								
1	Каша пшеничная молочная жидкая	150	4.11	4.29	25.20	153.90	0.39	111/6
2	Какао с молоком	180	3.67	3.19	15.82	107.00	1.43	266
3	Батон	20	1.54	0.60	10.66	53.90	0.00	317
4	Масло сливочное	8	0.06	5.80	0.10	52.80	0.00	5
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	Соки овощные, фруктовые, ягодные	100	0.75	0.00	15.15	64.00	3.00	268
Итого завтрак:		458	10.13	13.88	66.93	431.60	4.82	
ОБЕД								
1	Суп картофельный с крупой	150	1.33	1.71	8.60	54.92	4.95	62
2	Котлеты домашние	50	6.91	10.97	8.54	125.00	0.05	611
3	Капуста тушеная	110	2.28	3.56	10.41	82.50	18.87	228
4	Компот из кураги	150	0.33	0.01	20.82	85.50	0.30	253/4
5	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00	310
6	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69.33	0.00	311
Итого обед:		520	15.08	16.93	71.41	464.55	24.17	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК								
1	Салат из отварных овощей	30	0.55	1.54	3.44	29.02	4.12	ттк
2	Ватрушка с творогом	70	9.22	5.48	29.18	202.00	0.04	283/1
3	Компот из яблок и шиповника	150	0.57	0.28	19.83	76.67	5.00	251/9
4	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00	310
Итого полдник:		270	11.93	7.50	62.13	354.99	9.16	
Итого завтрак, обед, полдник:			37.14	38.31	200.47	1,251.14	38.15	
ИТОГО стоимость комплекса: 172,40 руб.								

Ответственный по питанию:

(подпись)

(расшифровка подписи)

Заведующий производством:

(подпись)

(расшифровка подписи)

Согласовано:

Заведующей МБДОУ № 24

МЕНЮ

на _____ 2025г.

День: второй Неделя: вторая

Комплекс для детей до 3-х лет

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамин С	№ рец.
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК								
1	Каша рисовая молочная вязкая	150	2.20	3.96	27.15	150.90	0.00	106/21
2	Чай с молоком или сливками	180	2.67	2.34	14.31	89.00	0.03	263
3	Батон	20	1.54	0.60	10.66	53.90	0.00	317
4	Джем/повидло	10	0.05	0.00	6.61	25.30	0.09	313
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	Напиток из свежих ягод	100	0.05	0.02	10.50	37.98	0.55	335/1
Итого завтрак:		460	6.51	6.92	69.23	357.08	0.67	
ОБЕД								
1	Салат из соленых огурцов с луком	30	0.25	1.51	0.55	16.80	2.12	29
2	Суп с бобовыми	150	3.20	1.50	13.92	78.85	1.92	138
3	Чорыг селянка	50	8.85	2.43	1.64	63.75	0.50	159
4	Пюре картофельное	110	2.24	3.52	15.00	101.20	13.32	216
5	Компот из яблок	150	0.12	0.12	17.91	72.00	1.29	251/1
6	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00	310
7	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69.33	0.00	311
Итого обед:		550	18.89	9.76	72.06	449.23	19.15	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК								
1	Суп молочный с макаранными изделиями	150	4.30	3.92	14.08	108.90	0.70	68
2	Компот из черноплодной рябины	150	0.00	0.00	7.33	27.88	4.35	1/10
3	Печенье	20	1.28	3.36	13.70	90.20	0.00	309
4	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00	310
Итого полдник:		340	7.17	7.48	44.79	274.28	5.05	
Итого завтрак, обед, полдник:			32.57	24.16	186.08	1,080.59	24.87	
ИТОГО стоимость комплекса: 172,40 руб.								

Ответственный по питанию:

Заведующий производством:

(подпись)

(подпись)

(расшифровка подписи)

(расшифровка подписи)

Согласовано:

Заведующей МБДОУ № 24

МЕНЮ

на _____ 2025г.

День: третий Неделя: вторая

Комплекс для детей до 3-х лет

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамин С	№ рец.
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК								
1	Каша вязкая ячневая молочная	150	3.09	3.79	24.49	144.40	0.00	106/23
2	Чай с сахаром	180	0.05	0.01	9.46	40.00	0.02	261
3	Батон	20	1.54	0.60	10.66	53.90	0.00	317
4	Сыр (порциями)	8	2.10	2.13	0.00	27.20	0.06	6
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	Кефир	100	2.90	2.50	4.00	50.00	0.70	270
Итого завтрак:		458	9.68	9.03	48.61	315.50	0.78	
ОБЕД								
1	Пуштышyd на курином бульоне	150	7.65	2.61	8.72	94.53	7.41	63
2	Кнели куриные с рисом	50/5	10.64	8.86	3.31	135.57	0.02	207
3	Макаронные изделия отварные с маслом	110	6.24	4.80	29.98	188.10	0.00	124
4	Компот из сушёных фруктов	150	0.33	0.01	20.82	85.50	0.30	253
5	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00	310
6	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69.33	0.00	311
Итого обед:		525	29.09	16.96	85.87	620.33	7.73	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК								
1	Запеканка из творога	80	14.21	9.70	14.70	202.40	0.19	149
2	Молоко сгущенное	8	0.576	0.68	4.44	25.392	0.08	316
3	Чай с лимоном	150/3,5	0.10	0.02	8.50	34.20	2.40	262
4	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00	310
Итого полдник:		262	16.48	10.60	37.32	309.29	2.67	
Итого завтрак, обед, полдник:			55.25	36.59	171.80	1,245.13	11.18	
ИТОГО стоимость комплекса: 172,40 руб.								

Ответственный по питанию:

Заведующий производством:

(подпись)

(подпись)

(расшифровка подписи)

(расшифровка подписи)

Согласовано:

Заведующей МБДОУ № 24

МЕНЮ

на _____ 2025г.

День: четвертый Неделя: вторая

Комплекс для детей до 3-х лет

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			Эц (ккал)	Витамин С	№ рец.
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК								
1	Каша пшенная вязкая на молоке	150	4.01	4.55	27.48	166.95	0.00	106/20
2	Кофейный напиток с молоком	180	2.85	2.41	14.36	91.00	1.17	264
3	Батон	20	1.54	0.60	10.66	53.90	0.00	317
4	Масло сливочное	8	0.06	5.80	0.10	52.80	0.00	5
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	Напиток лимонный	100	0.09	0.01	12.10	46.50	18.00	156
Итого завтрак:		458	8.55	13.37	64.70	411.15	19.17	
ОБЕД								
1	Рассольник ленинградский	150	1.25	3.08	10.00	72.50	4.50	60/1
2	Котлеты, биточки (особые)	50	6.23	5.93	6.87	105.00	0.05	609
3	Картофель отварной	110	2.12	3.16	16.92	104.50	15.40	213
4	Компот из изюма	150	0.12	0.12	17.91	72.00	1.30	253/6
5	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00	310
6	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69.33	0.00	311
Итого обед:		520	13.95	12.97	74.74	470.63	21.25	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК								
1	Салат из квашеной капусты с луком	30	0.50	1.50	2.54	25.71	5.94	18
2	Каша гречневая вязкая	110	3.35	3.70	15.05	106.70	0.00	209/1
3	Напиток из сока	150	0.18	0.03	10.33	40.67	2.13	160Т
4	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00	310
Итого полдник:		310	5.62	5.43	37.60	220.38	8.07	
Итого завтрак, обед, полдник:			28.12	31.77	177.04	1,102.16	48.49	
ИТОГО стоимость комплекса: 172,40 руб.								

Ответственный по питанию:

Заведующий производством:

(подпись)

(подпись)

(расшифровка подписи)

(расшифровка подписи)

Согласовано:

Заведующей МБДОУ № 24

МЕНЮ

на _____ 2025г.

День: пятый Неделя: вторая

Комплекс для детей до 3-х лет

Приём пищи	Наименование блюд	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамин С	№ рец.
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК								
1	Каша манная молочная вязкая	150	3.18	3.71	26.10	150.90	0.00	106/26
2	Чай с молоком или сливками	180	2.67	2.34	14.31	89.00	0.03	263
3	Батон	20	1.54	0.60	10.66	53.90	0.00	317
4	Джем/повидло	10	0.05	0.00	6.61	25.30	0.09	313
ВТОРОЙ ЗАВТРАК								
1	Яблоки	1 шт	0.40	0.40	9.80	44.00	10.00	248
Итого завтрак:		460	7.84	7.05	67.48	363.10	10.12	
ОБЕД								
1	Суп из овощей со сметаной	150/5	1.60	3.50	8.00	80.00	3.70	56-08
2	Тефтели мясные	50	7.40	8.30	9.76	142.50	0.54	187
3	Гороховое пюре	110	9.52	4.79	24.46	178.10	0.00	120
4	Компот из кураги	150	0.33	0.01	20.82	85.50	0.30	253/4
5	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00	310
6	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69.33	0.00	311
Итого обед:		525	23.08	17.28	86.08	602.73	4.54	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК								
1	Икра свекольная	30	0.72	1.38	3.72	30.03	2.02	47
2	Булочка Российская	70	4.90	5.60	38.80	225.20	0.01	294
3	Компот из черноплодной рябины	150	0.00	0.00	7.33	27.88	4.35	1/10
4	Хлеб пшеничный	20	1.59	0.20	9.68	47.30	0.00	310
Итого полдник:		270	7.21	7.18	59.53	330.41	6.38	
Итого завтрак, обед, полдник:			38.13	31.51	213.09	1,296.24	21.04	
ИТОГО стоимость комплекса: 172,40 руб.								

Ответственный по питанию:

(подпись)

(расшифровка подписи)

Заведующий производством:

(подпись)

(расшифровка подписи)