

Утверждаю:  
Директор: Погодаева В.Н

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**10.03. 2025г.**  
Возрастная категория: 1.5-3 лет

| Приём пищи              | Наименование блюда                        | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|-------------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                         |                                           |           | белки            | жиры | углеводы |                         |             |
| Неделя 1<br>День 1      |                                           |           |                  |      |          |                         |             |
| Завтрак                 | Сыр твердых сортов в нарезке              | 5         | 1,2              | 1,5  | 0        | 17,9                    | 54-1з       |
|                         | Масло сливочное (порциями)                | 5         | 0                | 3,6  | 0,1      | 33                      | Пром.       |
|                         | Каша вязкая молочная кукурузная           | 150       | 5,4              | 6,9  | 33       | 215,8                   | 54-2к       |
|                         | Чай с сахаром                             | 180       | 0,1              | 0    | 5,7      | 23,5                    | 54-2гн      |
|                         | Хлеб пшеничный                            | 20        | 1,5              | 0,2  | 9,8      | 46,9                    | Пром.       |
| Итого за завтрак        |                                           | 360       | 8,2              | 12,2 | 48,6     | 337,1                   |             |
| Второй завтрак          | Сок фруктовый                             | 150       | 0,4              | 0,1  | 9,1      | 41,3                    | Пром.       |
|                         |                                           |           |                  |      |          |                         |             |
| Итого за второй завтрак |                                           | 150       | 0,4              | 0,1  | 9,1      | 41,3                    |             |
| Обед                    | Салат из белокочанной капусты             | 40        | 1                | 4,1  | 4,2      | 57,2                    | 54-7з       |
|                         | Суп крестьянский с крупой (крупя рисовая) | 150       | 3,7              | 4,3  | 8,5      | 87,7                    | 54-11с      |
|                         | Макароны отварные                         | 110       | 3,9              | 3,6  | 24,1     | 144,3                   | 54-1г       |
|                         | Гуляш из говядины                         | 50        | 8,5              | 8,3  | 1,9      | 116,1                   | 54-2м       |
|                         | Компот из смеси сухофруктов               | 150       | 0,4              | 0    | 14,8     | 60,7                    | 54-1хн      |
|                         | Хлеб ржаной                               | 55        | 3,6              | 0,7  | 18,4     | 93,9                    | Пром.       |
| Итого за обед           |                                           | 555       | 21,1             | 21   | 71,9     | 559,9                   |             |
| Полдник                 | Молоко 2.5%                               | 150       | 4,4              | 3,8  | 7,2      | 80                      | Пром.       |
|                         | Запеканка творожная                       | 50        | 9,9              | 3,6  | 7,4      | 101,4                   | 54-1г       |
| Итого за полдник        |                                           | 200       | 14,3             | 7,4  | 14,6     | 181,4                   |             |
| Итого за весь день      |                                           | 1265      | 44               | 40,7 | 144,2    | 1119,7                  |             |

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**10.03. 2025г.**  
**Возрастная категория: 3-7 лет**

| Приём пищи              | Наименование блюда                        | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------|-------------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                         |                                           |           | белки            | жиры | углеводы |                         |             |
| Неделя 1<br>День 1      |                                           |           |                  |      |          |                         |             |
| Завтрак                 | Сыр твердых сортов в нарезке              | 10        | 1,4              | 1,8  | 0        | 21,5                    | 54-1з       |
|                         | Масло сливочное (порциями)                | 7         | 0,1              | 5,1  | 0,1      | 46,3                    | Пром.       |
|                         | Каша вязкая молочная кукурузная           | 200       | 6,9              | 8,7  | 41,8     | 273,4                   | 54-2к       |
|                         | Чай с сахаром                             | 180       | 0,1              | 0    | 5,7      | 23,5                    | 54-2гн      |
|                         | Хлеб пшеничный                            | 25        | 1,9              | 0,2  | 12,3     | 58,6                    | Пром.       |
| Итого за завтрак        |                                           | 422       | 10,4             | 15,8 | 59,9     | 423,3                   |             |
| Второй завтрак          | Сок фруктовый                             | 180       | 0,5              | 0,1  | 10,1     | 43,3                    | Пром.       |
|                         |                                           |           |                  |      |          |                         |             |
| Итого за второй завтрак |                                           | 180       | 0,5              | 0,1  | 10,1     | 43,3                    |             |
| Обед                    | Салат из белокочанной капусты             | 70        | 1,8              | 7,1  | 7,3      | 100,1                   | 54-7з       |
|                         | Суп крестьянский с крупой (крупя рисовая) | 180       | 5                | 5,8  | 11,3     | 116,9                   | 54-11с      |
|                         | Макаронные отварные                       | 130       | 3,9              | 3,6  | 24,1     | 144,3                   | 54-1г       |
|                         | Гуляш из говядины                         | 70        | 11,9             | 11,6 | 2,7      | 162,5                   | 54-2м       |
|                         | Компот из смеси сухофруктов               | 180       | 0,4              | 0    | 17,8     | 72,9                    | 54-1хн      |
|                         | Хлеб ржаной                               | 73        | 4,8              | 0,9  | 24,4     | 124,7                   | Пром.       |
| Итого за обед           |                                           | 703       | 27,8             | 29   | 87,6     | 721,4                   |             |
| Полдник                 | Молоко 2.5%                               | 200       | 5,8              | 5    | 9,6      | 106,6                   | Пром.       |
|                         | Запеканка творожная                       | 70        | 29,68            | 10,7 | 22,31    | 304,2                   | 54-1г       |
| Итого за полдник        |                                           | 270       | 35,48            | 15,7 | 31,91    | 410,8                   |             |
| Итого за весь день      |                                           | 1575      | 74,18            | 60,6 | 189,51   | 1598,8                  |             |