

Утверждаю:  
Директор: Погодаева В.Н

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ  
11.04. 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 5      |                                          |           |                  |      |          |                         |             |
| 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 "Дружба"                            | 150       | 3,7              | 4,4  | 18       | 126,7                   | 54-16к      |
|                         | Чай с молоком и сахаром                  | 180       | 1,3              | 1    | 7,7      | 45,2                    | 54-4гн      |
|                         | Хлеб пшеничный                           | 20        | 1,5              | 0,2  | 9,8      | 46,9                    | Пром.       |
| Итого за завтрак        |                                          | 360       | 7,7              | 10,7 | 35,6     | 269,7                   |             |
| Второй завтрак          | Сок фруктовый                            | 150       | 0,5              | 0,1  | 10,1     | 43,3                    |             |
| Итого за второй завтрак |                                          | 150       | 0,5              | 0,1  | 10,1     | 43,3                    |             |
| Обед                    | Салат из белокочанной капусты с морковью | 40        | 0,7              | 4    | 3,9      | 54,4                    | 54-8з       |
|                         | Щи из свежей капусты со сметаной         | 150       | 3,5              | 4,2  | 4,3      | 69,2                    | 54-1с       |
|                         | Каша гречневая рассыпчатая               | 110       | 6                | 4,7  | 26,4     | 171,4                   | 54-4г       |
|                         | Тефтели из говядины с рисом              | 60        | 6,6              | 6,7  | 6,1      | 111                     | 54-21м      |
|                         | Соус красный основной                    | 25        | 0,7              | 0,5  | 1,8      | 14,1                    | 54-3соус    |
|                         | 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           |                                          | 590       | 21,5             | 20,8 | 75,7     | 574,7                   |             |
| Полдник                 | Молоко 2.5%                              | 150       | 4,4              | 3,8  | 7,2      | 80                      | Пром.       |
|                         | Печенье                                  | 50        | 3,8              | 4,9  | 37,2     | 207,9                   | Пром.       |
| Итого за полдник        |                                          | 200       | 8,2              | 8,7  | 44,4     | 287,9                   |             |
| Итого за весь день      |                                          | 1300      | 37,9             | 40,3 | 165,8    | 1175,6                  |             |

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**11.04.2025г.**  
**Возрастная категория: 3-7 лет**

| Приём пищи                     | Наименование блюда                              | Вес блюда   | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность | № рецептуры     |
|--------------------------------|-------------------------------------------------|-------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|-----------------|
|                                |                                                 |             | белки            | жиры        | углеводы     |                         |                 |
| <b>Неделя 1</b>                |                                                 |             |                  |             |              |                         |                 |
| <b>День 5</b>                  |                                                 |             |                  |             |              |                         |                 |
| <b>Завтрак</b>                 | <b>Сыр твердых сортов в нарезке</b>             | <b>10</b>   | <b>2,3</b>       | <b>3</b>    | <b>0</b>     | <b>35,8</b>             | <b>54-1з</b>    |
|                                | <b>Масло сливочное (порциями)</b>               | <b>7</b>    | <b>0,1</b>       | <b>5,1</b>  | <b>0,1</b>   | <b>46,3</b>             | <b>Пром.</b>    |
|                                | <b>Каша "Дружба"</b>                            | <b>200</b>  | <b>5</b>         | <b>5,9</b>  | <b>24</b>    | <b>168,9</b>            | <b>54-16к</b>   |
|                                | <b>Чай с молоком и сахаром</b>                  | <b>180</b>  | <b>1,3</b>       | <b>1</b>    | <b>7,7</b>   | <b>45,2</b>             | <b>54-4гн</b>   |
|                                | <b>Хлеб пшеничный</b>                           | <b>25</b>   | <b>1,9</b>       | <b>0,2</b>  | <b>12,3</b>  | <b>58,6</b>             | <b>Пром.</b>    |
| <b>Итого за завтрак</b>        |                                                 | <b>422</b>  | <b>10,6</b>      | <b>15,2</b> | <b>44,1</b>  | <b>354,8</b>            |                 |
| <b>Второй завтрак</b>          | <b>Сок фруктовый</b>                            | <b>180</b>  | <b>0,5</b>       | <b>0,1</b>  | <b>10,1</b>  | <b>43,3</b>             |                 |
| <b>Итого за второй завтрак</b> |                                                 | <b>180</b>  | <b>0,5</b>       | <b>0,1</b>  | <b>10,1</b>  | <b>43,3</b>             |                 |
| <b>Обед</b>                    | <b>Салат из белокочанной капусты с морковью</b> | <b>60</b>   | <b>1,2</b>       | <b>7,1</b>  | <b>6,7</b>   | <b>95,1</b>             | <b>54-8з</b>    |
|                                | <b>Щи из свежей капусты со сметаной</b>         | <b>180</b>  | <b>4,7</b>       | <b>5,6</b>  | <b>5,7</b>   | <b>92,2</b>             | <b>54-1с</b>    |
|                                | <b>Каша гречневая рассыпчатая</b>               | <b>130</b>  | <b>7,1</b>       | <b>5,5</b>  | <b>31,1</b>  | <b>202,5</b>            | <b>54-4г</b>    |
|                                | <b>Тефтели из говядины с рисом</b>              | <b>70</b>   | <b>13</b>        | <b>13,2</b> | <b>7,3</b>   | <b>199,7</b>            | <b>54-21м</b>   |
|                                | <b>Соус красный основной</b>                    | <b>25</b>   | <b>0,7</b>       | <b>0,5</b>  | <b>1,8</b>   | <b>14,1</b>             | <b>54-3соус</b> |
|                                | <b>Компот из смеси сухофруктов</b>              | <b>180</b>  | <b>0,4</b>       | <b>0</b>    | <b>17,8</b>  | <b>72,9</b>             | <b>54-1хн</b>   |
|                                | <b>Хлеб ржаной</b>                              | <b>73</b>   | <b>4,8</b>       | <b>0,9</b>  | <b>24,4</b>  | <b>124,7</b>            | <b>Пром.</b>    |
| <b>Итого за обед</b>           |                                                 | <b>718</b>  | <b>31,9</b>      | <b>32,8</b> | <b>94,8</b>  | <b>801,2</b>            |                 |
| <b>Полдник</b>                 | <b>Молоко 2.5%</b>                              | <b>200</b>  | <b>5,8</b>       | <b>5</b>    | <b>9,6</b>   | <b>106,6</b>            | <b>Пром.</b>    |
|                                | <b>Печенье</b>                                  | <b>50</b>   | <b>3,8</b>       | <b>4,9</b>  | <b>37,2</b>  | <b>207,9</b>            | <b>Пром.</b>    |
| <b>Итого за полдник</b>        |                                                 | <b>250</b>  | <b>9,6</b>       | <b>9,9</b>  | <b>46,8</b>  | <b>314,5</b>            |                 |
| <b>Итого за весь день</b>      |                                                 | <b>1570</b> | <b>52,6</b>      | <b>58</b>   | <b>195,8</b> | <b>1513,8</b>           |                 |