

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детский сад № 15, СанПиН 2.3/2.4.3590-20, в соответствии с нормами физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастных групп 1-3 года



Номер карты	Емлюдо	1 День, неделя первая				
		Выход блюда	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак						
7.н1.2.3-с	Каша из овсяных хлопьев на молоке со сливочным маслом	0.150	124.40000	0.00356	0.00514	0.01496
7.н1.2.3-с-2	Каша из овсяных хлопьев на концентратированном молоке со сливочным маслом	0.150	139.77000	0.00440	0.00592	0.01640
7.035	Хлеб пшеничный с маслом	0.029	88.67000	0.00195	0.00405	0.01336
7.431	Хлеб пшеничный с маслом 25г	0.030	95.15000	0.00193	0.00436	0.01257
7.285	Какао с молоком	0.150	86.54000	0.00223	0.00229	0.01263
7.354	Чай с сахаром	0.150	36.95250	0.00000	0.00000	0.00895
	Итого:	0.659	571.48250	0.01407	0.02176	0.07877
Второй завтрак						
7.031	Сок фруктовый 100 г	0.100	46.00000	0.00050	0.00010	0.01010
	Итого:	0.100	46.00000	0.00050	0.00010	0.01010
Обед						
7.271/12	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растител. маслом 40гр	0.040	55.33860	0.00076	0.00247	0.00634
7.31/12	Салат из отварного картофеля с реп луком, сол. огурцом раст. маслом 40гр	0.040	45.97920	0.00059	0.00243	0.00454
7.274/3	Суп крестьянский с мясом со сметаной	0.150	126.91950	0.00618	0.00656	0.00848
7.243	Голубцы ленивые в молочном соусе	0.180	220.92080	0.01264	0.01184	0.01295
7.061	Бигус с мясом	0.180	170.66200	0.00914	0.00869	0.01308
7.110	Компот из кураги	0.150	62.75000	0.00044	0.00000	0.01539
7.002/1	Хлеб ржаной 30 гр	0.030	54.30000	0.00198	0.00036	0.01254
7.044	Соль	0.003	0.00000	0.00000	0.00000	0.00000
7.500	Аскорбиновая кислота в третьем блюде на обед	0.035	0.00000	0.00000	0.00000	0.00000
	Итого:	0.898	736.86110	0.03173	0.03235	0.07333
Полдник						
7.13/5/6	Запеканка из творога с морковью	0.130	372.65800	0.01510	0.02655	0.01893
7.н0/40	Пудинг творожный с изюмом запеченный	0.110	290.84868	0.01113	0.01420	0.01367
7.211/12	Соус молочный сладкий 20 гр	0.020	25.06200	0.00047	0.00101	0.00298
7.004	Сухое молоко 15 гр	0.075	49.15200	0.00111	0.00131	0.00860
7.052	Хлеб пшеничный 30 гр	0.030	69.30000	0.00228	0.00027	0.01503
7.082	Кисломолочный продукт 150	0.150	124.30080	0.00389	0.00479	0.01632
	Итого:	0.455	891.32138	0.03398	0.04813	0.07553
	Всего:	2.022	2245.66498	0.08028	0.10234	0.23773

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
Муниципального дошкольного образовательного учреждения - Детский сад № 15, СанПиН 2.3/2.4.3590-20, в соответствии с
нормами физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастных групп
ясли 1-3 года

Утверждено
 Приказом от 01 сентября 2023г.
 № 62-2/ОД
 МБДОУ-детский сад 15

 Галкина А.Г.

Номер карты	Блюдо	2 день, неделя первая				
		Выход блюда	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак						
7.7/4/4	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	0.15	162,79000	0.00433	0.00646	0.01893
7.035	Батон с маслом	0.029	88,67000	0.00195	0.00405	0.01336
7.431	Хлеб пшеничный с маслом 25/5	0.030	95,15000	0.00193	0.00436	0.01257
7.067	Кофейный напиток с молоком	0.15	89,75000	0.00210	0.00211	0.01288
	Итого:	0.359	436,36000	0.01031	0.01698	0.05774
Второй завтрак						
7.346	Свежий фрукт 100гр	0.1	39,60000	0.00035	0.00035	0.01038
7.031	Сок фруктовый 100г	0.1	46,00000	0.00050	0.00010	0.01010
	Итого:	0.2	85,60000	0.00085	0.00045	0.02048
Обед						
7.292	Салат из белокочанной капусты с огурцами	0.04	27,52420	0.00063	0.00204	0.00241
7.6/1/2	Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом	0.04	41,58720	0.00064	0.00289	0.00455
7.133	Салат из свеклы с соевым маслом	0.04	23,99400	0.00054	0.00092	0.00374
7.0086-2	Суп гороховый с мясом со сметаной	0.15	113,29270	0.00600	0.00436	0.01068
7.043-с	Суп овощной на мясном бульоне со сметаной	0.15	46,4326	0.00098	0.00228	0.0051
7.82р/2	Запеканка картофельная с отварным мясом	0.18	277,38640	0.01358	0.01395	0.01856
7.6/1/3	Запеканка картофельная с печенью	0.18	260,80520	0.02125	0.00960	0.01756
7.078	Соус сметанный 15 гр	0.015	15,78000	0.00017	0.00121	0.00060
7.500	Компот из яблок	0.15	71,68000	0.00017	0.00000	0.01747
7.002/1	Аскорбиновая кислота в трети блюда на обед	0.035	0,00000	0.00000	0.00000	0.00000
7.044	Хлеб ржаной 30 гр	0.03	54,30000	0.00198	0.00036	0.01254
	Итого:	0.003	0,00000	0.00000	0.00000	0.00000
	Итого:	1.013	932,78230	0.04594	0.03741	0.09321
Полдник						
7.н132	Макаронные изделия в молоке с маслом	0.15	106,45750	0.00342	0.00434	0.01109
7.435/5	Сыр 9 гр	0.009	29,14560	0.00215	0.00222	0.00000
7.052	Хлеб пшеничный 30 гр	0.03	69,30000	0.00228	0.00027	0.01503
7.354	Чай с сахаром	0.15	36,95250	0.00000	0.00000	0.00885
	Итого:	0.339	241,85560	0.00785	0.00683	0.03497
	Итого:	1.911	1696,59790	0.06495	0.06167	0.20640

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада № 15, СанПиН 2.3/2.4.3590-20, в соответствии с нормами физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастных групп

ясли 1-3 года

3 день, неделя первая

Номер карты	Емело	Выход блюда	Энергетическая ценность		Белки	Жиры	Углеводы
			ккал	г			
Завтрак							
4.14.4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	0.15	136.38000	0.00367	0.00450	0.01769	
7.0352	Батон с маслом 25/6	0.031	103.63000	0.00196	0.00570	0.01338	
7.437	Хлеб с маслом 25/5	0.03	95.15000	0.00193	0.00436	0.01257	
7.118	Чай с молоком	0.15	75.16000	0.00200	0.00214	0.01052	
7.354	Чай с сахаром	0.15	36.95250	0.00000	0.00000	0.00885	
	Итого:	0.511	447.27250	0.00956	0.01670	0.06301	
Второй завтрак							
7.031	Сок фруктовый 100 г	0.1	46.00000	0.00050	0.00010	0.01010	
	Итого:	0.1	46.00000	0.00050	0.00010	0.01010	
Обед							
7.017-2	Зеленый горошек 20 гр	0.02	7.88400	0.00057	0.00003	0.00117	
7.19.1.2	Салат из морской капусты с морковью с яблоком и растит. маслом 40 гр	0.04	67.65560	0.00090	0.00608	0.00276	
7.416	Салат из морской капусты с растит.лиственными маслом.	0.04	83.05620	0.00049	0.00698	0.00480	
7.111-3	Суп картофельный с клецками мясом кури со сметаной	0.15	83.22838	0.00399	0.00277	0.00913	
7.3.3.4	Картофельное пюре	0.12	130.82000	0.00268	0.00291	0.02155	
7.4.7.3	Рыба, тушеная с овощами 60 гр	0.06	79.31800	0.00581	0.00311	0.00290	
7.11.7.1	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	0.15	292.50000	0.01857	0.01086	0.02448	
7.115.1	Компот из сухофруктов	0.15	57.81500	0.00037	0.00002	0.01327	
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	0.035	0.00000	0.00000	0.00000	0.00000	
7.002.1	Хлеб ржаной 30 гр	0.003	54.30000	0.00198	0.00036	0.01254	
7.044	Соль	0.003	0.00000	0.00000	0.00000	0.00000	
	Итого:	0.798	856.57718	0.03536	0.03312	0.08260	
Полдник							
7.10.3.2	Морковь тушенная 130 гр	0.13	117.97500	0.00181	0.00599	0.01391	
7.38.3.1	Запеканка творожная 130 гр	0.13	144.38840	0.00321	0.00483	0.02588	
7.1.1.9	Джем 15 гр	0.015	39.75000	0.00006	0.00000	0.01043	
7.052	Хлеб пшеничный 30 гр	0.03	69.30000	0.00228	0.00027	0.01503	
7.308.6	Кондитерское изделие 20 гр	0.02	91.60000	0.00208	0.00104	0.01536	
7.103.5	Менчик 50 гр	0.05	229.52647	0.00555	0.00688	0.03243	
7.075	Кисло-молочный продукт 150 гр	0.15	83.86560	0.00419	0.00479	0.00614	
7.032	Чай с сахаром	0.15	39.79500	0.00000	0.00000	0.00954	
	Итого:	0.675	816.20047	0.01918	0.02390	0.12872	
	Всего:	2.084	2166.05015	0.06460	0.07372	0.29443	



ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
4 день, неделя первая
 Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - Детский сад № 15, СанПиН 2.3/2.4.3590-20, в соответствии с нормами физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастных групп ясли 1-3 года

Код	Наименование	Выход блюда	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак						
7.005.1	Каша вязкая кукурузная молочная с маслом	0.15	138.96000	0.00349	0.00379	0.01986
7.035	Батон с маслом	0.028	88.67000	0.00195	0.00405	0.01336
7.431	Хлеб пшеничный с маслом 25/5	0.03	95.15000	0.00193	0.00436	0.01257
7.285	Какао с молоком	0.15	86.54000	0.00223	0.00229	0.01263
Итого:		0.359	409.35000	0.00960	0.01449	0.05842
Второй завтрак						
7.031	Сок фруктовый 100 г	0.100	46.00000	0.00050	0.00010	0.01010
Итого:		0.100	46.00000	0.00050	0.00010	0.01010
Обед						
7.130.1	Салат из свежих помидор и огурцов с растительным маслом	0.04	16.26940	0.00036	0.00105	0.00176
7.435.1	Салат из капусты со сладкой кукурузой	0.04	41.15180	0.00079	0.00209	0.00539
7.435.2	Салат из кефирной капусты с яблоком 4г ар	0.045	49.29750	0.00061	0.00310	0.00569
7.102	Свекольник с мясом со сметаной	0.15	123.06720	0.00509	0.00611	0.01041
7.043с	Суп овощной на мясном бульоне со сметаной	0.15	46.4326	0.00298	0.00228	0.0051
7.44/3.4	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	0.12	177.26480	0.00458	0.00555	0.02789
7.44/3.4	Каша перловая	0.12	159.85600	0.00365	0.00301	0.02840
7.142.1	Котлета из говядины	0.06	152.05020	0.01021	0.00937	0.00310
7.163	Котлета из говядины	0.06	167.01000	0.00988	0.00981	0.00605
7.7.8.2	Бефстроганное из отварного мяса говядины 60 гр	0.02	17.44800	0.00036	0.00102	0.00126
7.1.1/1.	Соус молочный (для подачи к блюду) 20 гр	0.15	67.26000	0.00019	0.00000	0.01627
7.028	Компот из черносмородины	0.035	0.00000	0.00000	0.00000	0.00000
7.500	Аскорбиновая кислота в третьем блюде на обед	0.003	54.30000	0.00198	0.00036	0.01254
7.002.1	Хлеб ржаной 30 гр	0.003	0.00000	0.00000	0.00000	0.00000
7.044	Соль	1.023	1071.40750	0.03868	0.04375	0.12386
Итого:						
Полдник						
7.4.6/6	Омлет с картофелем (запеченный) 130 гр	0.13	166.06200	0.00835	0.00757	0.01277
7.052	Хлеб пшеничный 30 гр	0.03	69.30000	0.00228	0.00027	0.01503
7.35.4	Чай с сахаром	0.15	36.95250	0.00000	0.00000	0.00885
7.308.6	Кондитерское изделие 20 гр	0.02	91.60000	0.00208	0.00104	0.01536
Итого:		0.33	363.91450	0.01271	0.00888	0.05201
Всего:		1.812	1890.67200	0.06149	0.06722	0.24439

Утверждено
 Приказом от 01 сентября 2023г.
 № 62 -2 ОД
 МЕДОУ-детский сад 15
 Галкина А.Г.



ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детский сад № 15, СанПин 2.3/2.4.3590-20, в соответствии с нормами
физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастных групп
если 1-3 года
5 день, неделя первая

Номер карты	Блюдо	Выход блюда	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак						
7.19/4/4	Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная) с маслом сливочным	0.15	170.06000	0.00454	0.00495	0.02323
7.009	Батон с маслом с сыром 30/4/4	0.038	114.50000	0.00337	0.00527	0.01602
7.432	Хлеб пшеничный с маслом с сыром 25/4/6	0.035	108.79000	0.00348	0.00514	0.01256
7.067	Кофейный напиток с молоком	0.15	89.75000	0.00210	0.00211	0.01286
	Итого:	0.373	483.10000	0.01349	0.01747	0.06469
Второй завтрак						
7.346	Свежий фрукт 100гр	0.1	39.60000	0.00035	0.00035	0.01038
7.031	Сок фруктовый 100г	0.1	46.00000	0.00050	0.00010	0.01010
	Итого:					
Обед						
7.29/1/2	Салат из отвар. картофеля, моркови, свеклы с реп луком сол. огурцом раст. мас. 40гр.	0.04	55.92520	0.00058	0.00359	0.00439
7.21/1/2	Салат из отварной свеклы и моркови с растительным маслом	0.04	44.37810	0.00050	0.00296	0.00367
7.044с	Суп овощной с мясом кури	0.15	50.11740	0.00352	0.00170	0.00476
7.49/2	Плов из мяса кур 180 гр	0.18	346.92720	0.01742	0.01628	0.02671
7.179/1	Рис прилуценный с овощами.	0.12	175.23270	0.00326	0.00577	0.02596
7.4190-3с	Гуляш из мяса кури.	0.06	84.09130	0.01229	0.00239	0.00172
7.15/15	Напиток из ягод	0.15	47.48750	0.00011	0.00000	0.01135
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	0.035	0.00000	0.00000	0.00000	0.00000
7.002/1	Хлеб ржаной 30 гр	0.03	54.30000	0.00198	0.00036	0.01254
7.044	Соль	0.003	0.00000	0.00000	0.00000	0.00000
	Итого:	0.808	857.85940	0.03966	0.03305	0.09110
Полдник						
7.63с-1/4	Картофель отварной 110 гр	0.11	107.20600	0.00210	0.00217	0.01832
7.215/2	Киса кабанковая 30 гр	0.03	36.53900	0.00060	0.00270	0.00282
7.35/1	Сельдь с маслом	0.015	51.90000	0.00173	0.00498	0.00004
7.052	Хлеб пшеничный 30 гр	0.03	69.30000	0.00228	0.00027	0.01503
7.087	Чай с лимонном	0.15	39.22000	0.00003	0.00000	0.00926
	Итого:	0.335	304.16500	0.00674	0.01012	0.04547
	Всего:	1.616	1691.12440	0.06039	0.06074	0.21136



ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
6 День, Неделя втора
 Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада № 15, СанПин 2.3/2.4.3590-20, в соответствии с
 нормами физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастных групп
 3-6 лет



Номер карты	Блюдо	Выход блюда	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак						
7 н1 24с-2	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	0,15	144,18000	0,00403	0,00484	0,01793
7 035	Батон с маслом	0,029	98,67000	0,00195	0,00405	0,01336
7 431	Хлеб пшеничный с маслом 25/5	0,030	95,15000	0,00193	0,00436	0,01257
7 285	Какао с молоком	0,150	86,54000	0,00223	0,00229	0,01263
7 354	Чай с сахаром	0,150	36,95250	0,00000	0,00000	0,00885
	Итого:	0,509	451,49250	0,01014	0,01554	0,06534
Второй завтрак						
7 346	Свежий фрукт 100гр	0,1	39,60000	0,00035	0,00035	0,01038
7 033 2	Сок фруктовый 100г	0,1	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010
	Итого:	0,2	85,60000	0,00085	0,00045	0,02048
Обед						
7 321/17	Салат из отварного картофеля с зелеными горошком и растит.масл 40 гр.	0,04	65,05730	0,00096	0,00364	0,00572
7 281/2	Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растител. м	0,04	48,10140	0,00063	0,00243	0,00518
7 037с	Расольник "Ленинградский" с мясом со сметаной	0,15	102,28140	0,00397	0,00420	0,01046
7 250	Запеканка капустная с мясом	0,18	240,83722	0,01426	0,01297	0,01318
7 111/1.	Соус молочный (для подачи к блюду) 20 гр	0,02	17,44800	0,00036	0,00102	0,00126
7 н76с	Капуста тушеная	0,12	83,09640	0,00239	0,00319	0,01180
7 н234	Шницель из мяса	0,06	151,89200	0,00959	0,00959	0,00280
7 115/1	Компот из сухофруктов	0,15	57,81500	0,00037	0,00002	0,01327
7 500	Аскорбиновая кислота в третьем блюде на обед	0,035	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000
7 002/1	Хлеб ржаной 30 гр	0,03	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254
7 044	Соль	0,003	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000
	Итого:	0,828	820,82872	0,03491	0,03742	0,07621
Полдник						
7 н039-1	Запеканка творожная 130 гр	0,13	344,09200	0,16720	0,02095	0,01311
7 004	Сливочное молоко 15 гр	0,015	49,15200	0,00111	0,00131	0,00850
7 211/2	Соус молочный сладкий 20 гр	0,02	25,06200	0,00047	0,00101	0,00298
7 052	Хлеб пшеничный 30 гр	0,03	69,30000	0,00228	0,00027	0,01503
7 082	Кисло-молочный продукт 150г	0,15	124,30080	0,00389	0,00479	0,01632
	Итого:	0,345	611,90680	0,17495	0,02633	0,05604
	Всего:	1,882	1969,82802	0,22085	0,08174	0,21807

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - Детский сад №15, СанПин 2.3/2.4.3590-20, в соответствии с нормами физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастных групп ясли 1-3 года

7 день, неделя вторая

Номер карты	Блюдо	Выход блюда	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
	Завтрак					
7 11/4/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	0.15	187,29000	0.00535	0.00645	0.02216
7 189-4	Батон 30 гр	0.03	70,50000	0.00231	0.00090	0.01599
7 4052	Хлеб пшеничный 30 гр	0.03	69,30000	0.00228	0.00027	0.01503
7 435/5	Сыр 9 гр	0.009	29,14560	0.00215	0.00222	0.00000
7 067	Кофейный напиток с молоком	0.15	89,75000	0.00210	0.00211	0.01288
	Итого:	0.389	445,98560	0.01419	0.01195	0.05606
	Второй завтрак					
7 031	Сок фруктовый 100г	0.1	46,00000	0.00050	0.00010	0.01010
	Итого:	0.1	46,00000	0.00050	0.00010	0.01010
	Обед					
7 20/1/2	Салат из отварной свеклы с растительным маслом 40гр	0.04	46,54940	0.00055	0.00297	0.00422
7 151/4	Салат из свежих помидор с растительным маслом	0.04	17,83000	0.00042	0.00107	0.00197
4 19/2	Суп картофельный с рыбой	0.15	108,33000	0.00543	0.00308	0.01096
7 424	Суп из свежей рыбы с крупой	0.15	106,93740	0.00604	0.00181	0.01309
7 н151-2	Макаронные изделия отварные	0.12	185,89600	0.00471	0.00278	0.03274
7 256	Угряш из отварного мяса (ясли 60г, сад 80г)	0.06	89,37900	0.00556	0.00506	0.00354
7 9/84	Печень по-строгановски 70 гр	0.07	158,74160	0.00931	0.01083	0.00191
7 110	Компот из кураги	0.15	62,75000	0.00044	0.00000	0.01539
7 500	Аскорбиновая кислота в третьем блюде на обед	0.035	0.00000	0.00000	0.00000	0.00000
7 002/1	Хлеб ржаной 30 гр	0.03	54,30000	0.00198	0.00036	0.01254
7 044	Соль	0.003	0.00000	0.00000	0.00000	0.00000
	Итого:	0.848	830,51340	0.03444	0.02796	0.09636
	Полдник					
7 27/2/3	Суп-пюре из разных овощей 150 гр	0.15	68,80500	0.00180	0.00293	0.00071
7 052	Хлеб пшеничный 30 гр	0.03	69,30000	0.00228	0.00027	0.01503
7 032	Чай с сахаром	0.15	39,79500	0.00000	0.00000	0.00954
7 308/6	Кондитерское изделие 20 гр	0.02	91,60000	0.00208	0.00104	0.01536
7 346	Свежий фрукт 100гр	0.1	39,60000	0.00035	0.00035	0.01038
	Итого:	0.45	309,10000	0.00651	0.00459	0.05802
	Всего:	1,767	1631,59900	0,05564	0,04460	0,23054

Утверждено
 Приказом от 01 сентября 2023г.
 № 62 -2 ОД
 МБДОУ-детский сад 15
 Галкина А.Г.

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
8 день, неделя вторая
 ясли 1-3 года

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детский сад № 15, СанПин 2.3/2.4.3590-20, в соответствии с нормами физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастных групп

Утверждено
 Приказом от 01 сентября 2023г.
 № 62-2-ОД
 МБДОУ-детский сад № 15
 Галинина А.Г.

Номер карты	Емкость	Выход блюда	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак						
7.5/4.4	Каша манная молочная с маслом сливочным	0.15	177.69000	0.00512	0.00646	0.02122
7.035	Батон с маслом	0.029	88.67000	0.00195	0.00405	0.01336
7.431	Хлеб с маслом 25/5	0.03	95.15000	0.00193	0.00436	0.01257
7.118	Чай с молоком	0.15	75.16000	0.00200	0.00214	0.01052
	Итого:	0.359	436.67000	0.01100	0.01701	0.05767
Второй завтрак						
7.031	Сок фруктовый 100г	0.1	46.00000	0.00050	0.00010	0.01010
	Итого:	0.1	46.00000	0.00050	0.00010	0.01010
Обед						
7.001/1	Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом 45 гр	0.045	35.74500	0.00078	0.00230	0.00400
7.61/2	Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом	0.04	41.56720	0.00064	0.00269	0.00455
7.017-2	Зеленый горошек	0.02	7.88400	0.00057	0.00003	0.00117
7.425-4.2	Салат из квашеной капусты с луком 40 гр	0.04	40.03200	0.00069	0.00243	0.00464
7.044с-4	Суп овощной с курой со сметаной	0.15	76.80900	0.00716	0.00261	0.00533
7.137	Щи с мясом со сметаной	0.15	75.14240	0.00298	0.00407	0.00549
7.3/3.4	Картофельное пюре	0.12	130.82000	0.00268	0.00291	0.02155
7.047	Пюре розовое	0.12	93.49200	0.00223	0.00236	0.01471
7.355	Биточки рыбные	0.06	117.65800	0.01130	0.00459	0.00539
7.063	Напиток на шиповнике	0.15	65.37000	0.00029	0.00000	0.01581
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	0.035	0.00000	0.00000	0.00000	0.00000
7.002/1	Хлеб ржаной 30 гр	0.03	54.30000	0.00198	0.00036	0.01254
7.044	Соль	0.003	0.00000	0.00000	0.00000	0.00000
	Итого:	0.963	738.83960	0.03130	0.02435	0.09518
Полдник						
7.14/5/3	Запеканка из творога с рисом 120 г	0.12	315.67300	0.01426	0.02109	0.01750
7.1/1/9	Джем	0.015	39.75000	0.00006	0.00007	0.01043
7.052	Хлеб пшеничный 30 гр	0.03	69.30000	0.00228	0.00027	0.01503
7.075-3	Кисломолочный продукт 150 г	0.15	83.86560	0.00419	0.00479	0.00614
	Итого:	0.315	508.58860	0.02079	0.02615	0.04910
	Всего:	1.737	1730.09820	0.06359	0.06761	0.21205

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
9 день, неделя вторая
 ясли 1-3 года



Утверждено
 Приказом от 01 сентября 2023г.
 № 62-2/ОД

МБДОУ - детский сад № 15
 Галкина А.Г.

Номер карты	Емело	Выход блюда	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
	Завтрак					
7 080	Каша гречневая молочная с маслом	0,15	118,64950	0,00351	0,00398	0,01625
7 035	Батон с маслом	0,029	88,67000	0,00195	0,00405	0,01336
7 431	Хлеб пшеничный с маслом 25/5	0,030	95,15000	0,00193	0,00436	0,01257
7 285	Какао с молоком	0,15	86,54000	0,00223	0,00229	0,01263
	Итого:	0,359	389,00950	0,00962	0,01468	0,05481
	Второй завтрак					
7 031	Сок фруктовый 100г	0,1	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010
	Итого:	0,1	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010
	Обед					
7 057/2	Салат из моркови с растительным маслом 45 гр	0,045	34,89300	0,00059	0,00185	0,00509
7 141/4	Салат из свежих овощей с растительным маслом	0,04	14,29000	0,00029	0,00103	0,00143
7 425/4/2	Салат из квашеной капусты с луком	0,04	40,03200	0,00069	0,00243	0,00464
7 234	Борщ с мясом со сметаной	0,15	73,30800	0,00224	0,00392	0,00670
7 0/68-1	Борщ с фасолью с мясом со сметаной	0,15	94,11260	0,00452	0,00485	0,00718
7 0/70-1	Жаркое по-домашнему	0,18	257,91540	0,01277	0,01089	0,02242
7 152	Азу	0,18	246,34550	0,01198	0,01159	0,01882
4 15/15	Напиток из ягод	0,15	47,48750	0,00011	0,00000	0,01135
7 500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	0,035	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000
7 002/1	Хлеб ржаной 30 гр	0,03	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254
7 044	Соль	0,003	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000
	Итого:	1,003	862,68400	0,03517	0,03692	0,09017
	Полдник					
7 0/38/6	Омлет натруженный 120 гр	0,12	176,70000	0,00942	0,01207	0,00303
7 052	Хлеб пшеничный 30 гр	0,03	69,30000	0,00228	0,00027	0,01503
7 354	Чай с сахаром	0,15	36,95250	0,00000	0,00000	0,00885
7 308/6	Кондитерское изделие 20 гр	0,02	91,60000	0,00208	0,00104	0,01536
7 346	Свежий фрукт 100гр	0,1	46,00000	0,00050	0,00070	0,01010
	Итого:	0,42	420,55250	0,01428	0,01348	0,05237
	Всего:	1,882	1718,24600	0,05957	0,06518	0,20745

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
10 день, неделя вторая
Ясли 1-3 года

Утверждено
 Приказом от 01 сентября 2023г.
 № 62 -2 ОД
 МБДОУ-детский сад 15
 г. Ижевск
 Директор
 Галкина А.Г.



Номер карты	Блюдо	Выход блюда	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы
	Завтрак					
7 н091/1	Каша из пшена и риса молочная "Дружка 3" со сливочным маслом	0,15	108,59500	0,00248	0,00367	0,01432
7 435/5	Сыр 9 гр	0,009	29,14560	0,00215	0,00222	0,00000
7 035	Батон с маслом	0,029	88,67000	0,00195	0,00405	0,01336
7 431	Хлеб пшеничный с маслом 2,5/5	0,030	95,15000	0,00193	0,00436	0,01257
7 067	Кофейный напиток с молоком	0,15	89,75000	0,00210	0,00211	0,01288
	Итого:	0,368	411,31060	0,01061	0,01641	0,05313
	Второй завтрак					
3 042	Фруктовое пюре	0,125	40,50000	0,00056	0,00011	0,01013
7 031	Сок фруктовый 100г	0,1	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010
	Итого:	0,225	86,50000	0,00106	0,00021	0,02023
	Обед					
7 133	Салат из свежих с соевыми орешком	0,04	23,99400	0,00054	0,00092	0,00374
7 47с/6	Суп-лапша с маслом кури с сметаной	0,15	88,22220	0,00557	0,00294	0,00841
7 183/2	Рагу из овощей 130г	0,13	96,12960	0,00204	0,00327	0,01413
7 н114/1	Котлета из мяса кури	0,06	85,84250	0,01138	0,00216	0,00313
7 н186с-1	Судак из мяса кур с рисом	0,06	132,63940	0,01416	0,00506	0,00489
7 028	Комлот из черносливки	0,15	67,25000	0,00019	0,00000	0,01627
7 500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	0,035	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000
7 002/1	Хлеб ржаной 30 гр	0,03	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254
7 044	Соль	0,003	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000
	Итого:	0,658	548,38770	0,03586	0,01471	0,06311
	Полдник					
7 362-1	Пюре из гороха со сливочным маслом	0,12	149,12000	0,00773	0,00360	0,01943
7 052	Хлеб пшеничный 30 гр	0,03	69,30000	0,00228	0,00027	0,01503
7 022-3	Чай с лимоном	0,15	46,80000	0,00003	0,00000	0,01108
7 209-2	Кондитерское изделие 20 гр	0,02	70,00000	0,00096	0,00056	0,01554
4 17-2/12	Пирожки печенье из дрожжевого теста с повидлом (джемом)	0,035	119,32876	0,00198	0,00162	0,02221
7 346	Свежий фрукт 100гр	0,1	39,60000	0,00035	0,00035	0,01038
	Итого:	0,455	494,14876	0,01333	0,00640	0,09367
	Всего:	1,706	1540,34706	0,06086	0,03773	0,23014

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430581

Владелец Галкина Александра Геннадьевна

Действителен с 22.04.2024 по 22.04.2025