



УТВЕРЖДЕНО
приказом заведующего
МАДОУ ДСКН №4 г. Сосновоборска
от 01.09.2022г. № 186 В.В.Тиншан

МЕНЮ. День 1

Дети 1,5-3 года, 12 часовое пребывание.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
завтрак 1:						
	Каша пшеничная молочная жидкая	150	3,36	5,96	18,95	151,00
	Кофейный напиток с молоком	175	1,45	2,80	12,79	84,00
	Бутерброд с маслом	20/5	1,58	4,22	10,02	85,00
	итого за завтрак 1:	350	6,39	12,98	41,76	320,00
завтрак 2:						
	Фрукты свежие (яблоки или апельсины или мандарины или груши или бананы)	105	0,42	0,42	10,92	47,25
	итого за завтрак 2:	105	0,42	0,42	10,92	47,25
обед:						
	Салат из зеленого горошка	30	0,78	3,04	2,01	38,00
	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне со сметаной	150/7	1,88	2,78	4,91	55,00
	Плов из отварной говядины	50/110	13,97	13,51	22,88	279,00
	Напиток из шиповника	150	0,51	0,21	13,23	66,00
	Хлеб пшеничный	10	1,76	0,08	4,92	23,50
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	43,50
	итого за обед:	532	20,55	19,92	56,30	505,00
полдник:						
	Молоко кипяченое	160	3,47	5,10	8,06	96,00
	Пирожки, печенные с фаршем (картофельным)	40	2,87	3,02	17,31	111,00
	итого за полдник:	200	6,34	8,12	25,37	207,00
ужин:						
	Винегрет овощной	30	0,38	3,04	2,22	38,00
	Яйца вареные	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00
	Сырники с морковью с молоком сгущенным	130/10	10,14	11,22	29,71	297,00
	Чай с сахаром	170	0,00	0,00	8,00	30,00
	Хлеб пшеничный	20	3,52	0,16	9,84	47,00
	итого за ужин:	400	19,14	19,02	50,07	475,00
			Б	Ж	У	Эн/ц (ккал)
	Итого за первый день		52,84	60,46	184,42	1554,25

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 0082D05543177E9FEB47187511AF2FB935
Владелец: Тиншан Виктория Викторовна
Действителен: с 09.07.2024 до 02.10.2025



УТВЕРЖДЕНО
приказом заведующего
МАДОУ ДСКН №4 г. Сосновоборска
от 01.09.2022г. №186 В.В.Тиншан

МЕНЮ. День 2

Дети 1,5-3 года, 12 часовое пребывание.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
завтрак 1:						
	Омлет натуральный	150	2,67	3,51	4,05	58,00
	Какао с молоком	175	2,03	3,22	13,46	93,00
	Бутерброд с сыром	20/6	2,72	2,34	9,96	74,00
	итого за завтрак 1:	351	7,42	9,07	27,47	225,00
завтрак 2:						
	Фрукты свежие (яблоки или апельсины или мандарины или груши или бананы)	105	0,42	0,42	10,92	47,25
	итого за завтрак 2:	105	0,42	0,42	10,92	47,25
обед:						
	Овощи натуральные (соленые или свежие)	30	0,24	0,03	0,78	4,00
	Рассольник Ленинградский с мясом и со сметаной	150/15/7	4,03	5,72	10,25	112,00
	Голубцы ленивые	50	3,56	4,15	3,26	68,00
	Соус томатный с овощами	20	0,19	1,29	1,06	17,00
	Картофельное пюре	110	2,25	3,62	11,44	100,00
	Кисель из клюквы	150	0,07	0,00	12,33	50,00
	Хлеб пшеничный	10	1,76	0,08	4,92	23,50
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	43,50
	итого за обед:	567	13,75	15,19	52,39	418,00
полдник:						
	Кисломолочный продукт (ряженка или кефир или йогурт или снежок или бифидок и др.)	160	3,48	3,50	6,54	75,61
	Булочка "Веснушка"	40	3,54	3,02	23,95	142,00
	итого за полдник:	200	7,02	6,52	30,49	217,61
ужин:						
	Салат "Степной"	40	0,63	3,68	3,42	50,00
	Рыба, тушеная в томате с овощами	60/60	7,15	3,68	3,11	94,00
	Кондитерские изделия витаминизированные (пряники или вафли или печенье)	24	0,67	0,79	18,55	84,96
	Чай с лимоном	170/7	0,18	0,04	7,23	29,00
	Хлеб пшеничный	10	1,76	0,08	4,92	23,50
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20
	итого за ужин:	401	12,37	8,63	47,25	333,66
			Б	Ж	У	Эн/ц (ккал)
	Итого за второй день		40,98	39,83	168,52	1241,52

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 0082D05543177E9FEB47187511AF2FB935
Владелец: Тиншан Виктория Викторовна
Действителен: с 09.07.2024 до 02.10.2025



УТВЕРЖДЕНО
приказом заведующего
МАДОУ ДСКН №4 г.Сосновоборска
от 27.03.2025г. № 57 В.В.Тиншан

МЕНЮ. День 3

Дети 1,5-3 года, 12 часовое пребывание.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
завтрак 1:						
	Каша молочная кукурузная жидкая	150	3,72	5,94	20,50	154,00
	Кофейный напиток с молоком	170	1,38	2,72	12,37	81,00
	Бутерброд с сыром и с маслом	20/6/5	2,26	5,96	10,02	107,00
	итого за завтрак 1:	351	7,36	14,62	42,89	342,00
завтрак 2:						
	Соки фруктовые	150	0,75	0,15	15,15	69,00
	итого за завтрак 2:	150	0,75	0,15	15,15	69,00
обед:						
	Салат из моркови	30	0,38	3,02	2,01	37,00
	Суп крестьянский с крупой с мясом и со сметаной	150/15/6	4,81	4,90	5,18	94,00
	Бефстроганов из отварной говядины	50/20	14,83	14,50	1,73	197,00
	Макаронные изделия отварные	110	3,85	3,21	22,03	138,00
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,30	0,01	14,07	58,00
	Хлеб пшеничный	10	1,76	0,08	4,92	23,50
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	43,50
	итого за обед:	576	27,58	26,02	58,29	591,00
полдник:						
	Молоко кипяченое	160	3,47	5,10	8,06	96,00
	Корж молочный	40	2,65	4,77	26,52	159,00
	итого за полдник:	200	6,12	9,87	34,58	255,00
ужин:						
	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	30	0,54	3,08	2,94	41,00
	Котлеты куриные	60	5,16	5,54	6,26	115,00
	Соус красный основной	20	0,22	0,39	1,21	9,00
	Каша гречневая рассыпчатая	110	5,71	4,39	28,05	176,00
	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	6,01	23,00
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,80
	итого за ужин:	405	14,09	13,76	58,53	434,05
			Б	Ж	У	Эн/ц (ккал)
	Итого за третий день		55,90	64,42	209,44	1691,05

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 0082D05543177E9FEB47187511AF2FB935
Владелец: Тиншан Виктория Викторовна
Действителен: с 09.07.2024 до 02.10.2025



УТВЕРЖДЕНО
приказом заведующего
МАДОУ ДСКН №4 г.Сосновоборска
от 01.09.2022г. №186 В.В.Тиншан

МЕНЮ. День 4

Дети 1,5-3 года, 12 часовое пребывание.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
завтрак 1:						
	Суп молочный с макаронными изделиями	150	3,86	5,19	13,85	122,00
	Чай с сахаром	175	0,00	0,00	7,01	27,00
	Бутерброд с маслом	20/5	1,58	4,22	10,02	85,00
	итого за завтрак 1:	350	5,44	9,41	30,88	234,00
завтрак 2:						
	Плоды свежие (яблоки или апельсины или мандарины или груши или бананы)	105	0,42	0,42	10,92	47,25
	итого за завтрак 2:	105	0,42	0,42	10,92	47,25
обед:						
	Салат картофельный с зеленым горошком	30	0,55	3,08	3,07	42,00
	Борщ с капустой и картофелем м.	150/15/6	3,92	5,47	5,54	99,00
	Тефтели рыбные с соусом	50/20	4,59	1,64	6,76	67,00
	Картофельное пюре	110	2,25	3,62	11,44	100,00
	Напиток из шиповника	150	0,51	0,21	13,23	66,00
	Хлеб пшеничный	10	1,76	0,08	4,92	23,50
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	43,50
	итого за обед:	566	15,23	14,40	53,31	441,00
полдник:						
	Кисломолочный продукт (ряженка или кефир или йогурт или снежок или бифидок и др.)	170	3,76	3,72	6,95	80,34
	Кондитерские изделия витаминизированные (пряники или вафли или печенье)	30	0,84	0,99	23,19	106,20
	итого за полдник:	200	4,60	4,71	30,14	186,54
ужин:						
	Салат из свеклы с чесноком	30	0,52	3,03	2,77	41,00
	Сердце в соусе	60/20	11,81	5,53	3,58	121,00
	Каша перловая рассыпчатая	110	3,37	3,27	23,92	140,00
	Соки фруктовые	175	0,87	0,17	17,67	80,50
	Хлеб пшеничный	20	3,52	0,16	9,84	47,00
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,80
	итого за ужин:	435	21,41	12,40	64,46	464,30
			Б	Ж	У	Эн/ц (ккал)
	Итого за четвертый день		47,10	41,34	189,71	1373,09

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 0082D05543177E9FEB47187511AF2FB935
Владелец: Тиншан Виктория Викторовна
Действителен: с 09.07.2024 до 02.10.2025



УТВЕРЖДЕНО
приказом заведующего
МАДОУ ДСКН №4 г.Сосновоборска
от 01.09.2022г. № 186 В.В.Тиншан

МЕНЮ. День 5

Дети 1,5-3 года, 12 часовое пребывание.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
завтрак 1:						
	Яйца вареные	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00
	Пудинг из творога с молоком сгущенным	130/10	16,29	9,42	27,17	265,00
	Кофейный напиток с молоком	150	1,10	2,40	10,81	71,00
	Бутерброд с сыром и с маслом	20/6/5	2,26	5,96	10,02	107,00
	итого за завтрак 1:	361	24,75	22,38	48,30	506,00
завтрак 2:						
	Плоды свежие (яблоки или апельсины или мандарины или груши или бананы)	102	0,40	0,40	10,60	45,90
	итого за завтрак 2:	102	0,40	0,40	10,60	45,90
обед:						
	Сельдь с гарниром	38	0,33	2,07	2,61	30,00
	Суп картофельный с бобовыми и с мясом	150/15	5,42	4,40	13,63	117,00
	Зразы из говядины с рисом	50	4,08	4,78	8,94	103,00
	Соус красный основной	20	0,22	0,39	1,21	9,00
	Капуста тушеная	110	2,47	3,02	7,03	73,00
	Кисель из клюквы	150	0,07	0,00	12,33	50,00
	Хлеб пшеничный	10	1,76	0,08	4,92	23,50
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	43,50
	итого за обед:	568	16,00	15,04	59,02	449,00
полдник:						
	Молоко кипяченое	160	3,47	5,10	8,06	96,00
	Ватрушка с творожным фаршем	40	3,59	3,02	17,56	126,00
	итого за полдник:	200	7,06	8,12	25,62	222,00
ужин:						
	Овощи натуральные (соленые или свежие)	30	0,24	0,03	0,78	4,00
	Рагу овощное	150	2,55	7,92	13,39	137,00
	Чай с молоком	180	1,56	1,73	10,50	61,00
	Хлеб пшеничный	30	5,28	0,24	14,76	70,50
	Хлеб ржаной	10	0,66	0,12	3,34	17,40
	итого за ужин:	400	10,29	10,04	42,77	289,90
			Б	Ж	У	Эн/ц (ккал)
	Итого за пятый день		58,50	55,98	186,31	1512,80

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 0082D05543177E9FEB47187511AF2FB935
Владелец: Тиншан Виктория Викторовна
Действителен: с 09.07.2024 до 02.10.2025

МЕНЮ. День 6

Дети 1,5-3 года, 12 часовое пребывание.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
завтрак 1:						
	Каша "Дружба" молочная жидкая	150	4,26	5,93	19,32	151,00
	Какао с молоком	170	1,99	3,13	13,03	90,00
	Бутерброд с сыром и с маслом	20/6/5	2,26	5,96	10,02	107,00
	<i>итого за завтрак 1:</i>	351	8,51	15,02	42,37	348,00
завтрак 2:						
	Плоды свежие (яблоки или апельсины или мандарины или груши или бананы)	102	0,40	0,40	10,60	45,90
	<i>итого за завтрак 2:</i>	102	0,40	0,40	10,60	45,90
обед:						
	Салат из свеклы с чесноком	30	0,52	3,03	2,77	41,00
	Рассольник домашний, с мясом и со сметаной	150/15/7	4,05	5,70	9,75	110,00
	Голубцы ленивые	60	4,13	5,30	3,26	97,00
	Соус томатный с овощами	20	0,19	1,29	1,06	17,00
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,30	0,01	14,07	58,00
	Хлеб пшеничный	10	1,76	0,08	4,92	23,50
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	43,50
	<i>итого за обед:</i>	467	12,60	15,71	44,18	390,00
полдник:						
	Кисломолочный продукт (ряженка или кефир или йогурт или снежок или бифидок и др.)	170	3,76	3,72	6,95	80,34
	Кондитерские изделия витаминизированные (пряники или вафли или печенье)	30	0,84	0,99	23,19	106,20
	<i>итого за полдник:</i>	200	4,60	4,71	30,14	186,54
ужин:						
	Салат "Степной"	30	0,47	3,07	2,56	40,00
	Тефтели из говядины с рисом ("ёжики")	60	5,47	7,59	7,25	126,00
	Макаронные изделия отварные с овощами	110	3,63	4,14	20,77	130,00
	Соус томатный	20	0,17	0,65	0,91	10,00
	Чай с лимоном	150/7	0,16	0,04	7,23	29,00
	Хлеб пшеничный	10	1,76	0,08	4,92	23,50
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,80
	<i>итого за ужин:</i>	407	12,98	15,81	50,32	393,30
			Б	Ж	У	Эн/ц (ккал)
	<i>Итого за шестой день</i>		39,09	51,65	177,61	1363,74

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ



УТВЕРЖДЕНО
приказом заведующего
МАДОУ ДСКН №4 г.Сосновоборска
от 01.09.2022г. № 186 В.В.Тиншан

МЕНЮ. День 7

Дети 1,5-3 года, 12 часовое пребывание.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
завтрак 1:						
	Суп молочный с крупной гречневой	150	3,17	5,44	13,14	123,00
	Кофейный напиток с молоком	175	1,45	2,80	12,79	84,00
	Бутерброд с маслом	20/5	1,58	4,22	10,02	85,00
	итого за завтрак 1:	350	6,20	12,46	35,95	292,00
завтрак 2:						
	Плоды свежие (яблоки или апельсины или мандарины или груши или бананы)	102	0,40	0,40	10,60	45,90
	итого за завтрак 2:	102	0,40	0,40	10,60	45,90
обед:						
	Салат из моркови с зеленым горошком	30	0,59	3,04	1,86	38,00
	Борщ с капустой, картофелем со сметаной	150/6	1,22	3,00	5,33	59,00
	Котлеты из говядины	60	8,48	8,13	10,37	156,00
	Рис припущенный	110	2,58	3,22	23,89	140,00
	Соус красный основной	20	0,22	0,39	1,21	9,00
	Соки фруктовые	150	0,75	0,15	15,15	69,00
	Хлеб пшеничный	10	1,76	0,08	4,92	23,50
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	43,50
	итого за обед:	561	14,67	15,09	47,19	398,00
полдник:						
	Молоко кипяченое	160	3,47	5,10	8,06	96,00
	Пирожки, печенные с фаршем (картофельным)	40	2,87	3,02	17,31	111,00
	итого за полдник:	200	6,34	8,12	25,37	207,00
ужин:						
	Салат из свеклы с моркови	40	0,62	3,04	3,33	43,00
	Зразы из говядины с рисом	50	5,08	4,78	8,94	103,00
	Картофель отварной	110	2,13	3,24	14,83	106,00
	Соус томатный	20	0,17	0,65	0,91	10,00
	Чай с молоком	150	1,28	1,25	8,16	50,00
	Хлеб пшеничный	30	5,28	0,24	14,76	70,50
	итого за ужин:	400	14,56	13,20	50,93	382,50
			Б	Ж	У	Эн/ц (ккал)
	Итого за седьмой день		42,17	49,27	170,04	1325,40

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 0082D05543177E9FEB47187511AF2FB935
Владелец: Тиншан Виктория Викторовна
Действителен: с 09.07.2024 до 02.10.2025



УТВЕРЖДЕНО
приказом заведующего
МАДОУ ДСКН №4 г.Сосновоборска
от 01.09.2022г. №186 В.В.Тиншан

МЕНЮ. День 8

Дети 1,5-3 года, 12 часовое пребывание.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
завтрак 1:						
	Омлет натуральный	150	2,67	3,51	4,05	58,00
	Чай с сахаром	175	0,00	0,00	7,01	27,00
	Бутерброд с сыром	20/6	2,72	2,34	9,96	74,00
	итого за завтрак 1:	351	5,39	5,85	21,02	159,00
завтрак 2:						
	Соки фруктовые	150	0,75	0,15	15,15	69,00
	итого за завтрак 2:	150	0,75	0,15	15,15	69,00
обед:						
	Салат картофельный с зеленым горошком	30	0,55	3,08	3,07	42,00
	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом и со сметаной	150/15/7	3,92	5,66	5,15	97,00
	Фрикадельки рыбные	50	5,38	0,68	3,64	48,00
	Картофельное пюре	110	2,25	3,62	11,44	100,00
	Соус томатный с овощами	20	0,19	1,29	1,06	17,00
	Кисель из клюквы	150	0,07	0,00	12,33	50,00
	Хлеб пшеничный	10	1,76	0,08	4,92	23,50
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	43,50
	итого за обед:	567	15,77	14,71	49,96	421,00
полдник:						
	Кисломолочный продукт (ряженка или кефир или йогурт или снежок или бифидок и др.)	170	3,76	3,72	6,95	80,34
	Кондитерские изделия витаминизированные (пряники или вафли или печенье)	30	0,84	0,99	23,19	106,20
	итого за полдник:	200	4,60	4,71	30,14	186,54
ужин:						
	Винегрет овощной	30	0,38	3,04	2,22	38,00
	Вареники ленивые с маслом	130/5	14,49	11,34	17,00	236,00
	Яйца вареные	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00
	Соки фруктовые	175	0,87	0,17	17,67	80,50
	Хлеб пшеничный	10	1,76	0,08	4,92	23,50
	Хлеб ржаной	10	0,66	0,12	3,34	17,40
	итого за ужин:	400	23,26	19,35	45,45	458,40
			Б	Ж	У	Эн/ц (ккал)
	Итого за восьмой день		49,77	44,77	161,72	1293,94

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 0082D05543177E9FEB47187511AF2FB935
Владелец: Тиншан Виктория Викторовна
Действителен: с 09.07.2024 до 02.10.2025



УТВЕРЖДЕНО
приказом заведующего
МАДОУ ДСКН №4 г.Сосновоборска
от 01.09.2022г. №186 В.В.Тиншан

МЕНЮ. День 9

Дети 1,5-3 года, 12 часовое пребывание.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
завтрак 1:						
	Суп молочный с макаронными изделиями	150	3,86	5,19	13,85	122,00
	Кофейный напиток с молоком	175	1,45	2,80	12,79	84,00
	Бутерброд с маслом	20/5	1,58	4,22	10,02	85,00
	итого за завтрак 1:	350	6,89	12,21	36,66	291,00
завтрак 2:						
	Плоды свежие (яблоки или апельсины или мандарины или груши или бананы)	102	0,40	0,40	10,60	45,90
	итого за завтрак 2:	102	0,40	0,40	10,60	45,90
обед:						
	Салат из моркови с зеленым горошком	30	0,59	3,04	1,86	38,00
	Свекольник с мясом и со сметаной	150/15/6	3,14	5,14	7,70	108,00
	Фрикадельки из кур	60	6,06	5,13	4,75	104,00
	Капуста тушеная	110	2,47	3,02	7,03	73,00
	Соус томатный	20	0,17	0,65	0,91	10,00
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,30	0,01	14,07	58,00
	Хлеб пшеничный	10	1,76	0,08	4,92	23,50
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	43,50
	итого за обед:	576	16,14	17,37	49,59	458,00
полдник:						
	Молоко кипяченое	160	3,47	5,10	8,06	96,00
	Пирожки, печенные с фаршем (морковным)	40	2,83	2,90	16,48	105,00
	итого за полдник:	200	6,30	8,00	24,54	201,00
ужин:						
	Овощи натуральные (соленые или свежие)	30	0,24	0,03	0,78	4,00
	Рыба, тушеная в томате с овощами	60/20	6,75	1,53	1,04	64,00
	Картофель отварной	110	2,13	3,24	14,83	106,00
	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	7,01	27,00
	Хлеб пшеничный	10	1,76	0,08	4,92	23,50
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,80
	итого за ужин:	400	12,20	5,12	35,26	259,30
			Б	Ж	У	Эн/ц (ккал)
	Итого за девятый день		41,93	43,10	156,65	1255,20

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 0082D05543177E9FEB47187511AF2FB935
Владелец: Тиншан Виктория Викторовна
Действителен: с 09.07.2024 до 02.10.2025



УТВЕРЖДЕНО
приказом заведующего МАДОУ ДСКН
№4 г.Сосновоборска от
01.09.2022г. №186 В.В.Тиншан

МЕНЮ. День 10

Дети 1,5-3 года, 12 часовое пребывание.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
завтрак 1:						
	Суп молочный рисовый	150	3,39	5,16	12,18	114,00
	Кофейный напиток с молоком	175	1,45	2,80	12,79	84,00
	Бутерброд с сыром	20/8	2,99	2,92	9,96	81,00
	<i>итого за завтрак 1:</i>	353	<i>7,83</i>	<i>10,88</i>	<i>34,93</i>	<i>279,00</i>
завтрак 2:						
	Плоды свежие (яблоки или апельсины или мандарины или груши или бананы)	105,5	0,42	0,42	10,97	47,47
	<i>итого за завтрак 2:</i>	105,5	<i>0,42</i>	<i>0,42</i>	<i>10,97</i>	<i>47,47</i>
обед:						
	Салат из моркови	30	0,38	3,02	2,01	37,00
	Суп картофельный с клецками и с мясом	150/15/15	3,04	5,27	8,46	107,00
	Биточки рыбные	50	5,58	1,01	5,26	59,00
	Картофельное пюре	110	2,25	3,62	11,44	100,00
	Соус томатный с овощами	20	0,19	1,29	1,06	17,00
	Кисель из клюквы	150	0,07	0,00	12,33	50,00
	Хлеб пшеничный	10	1,76	0,08	4,92	23,50
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	43,50
	<i>итого за обед:</i>	575	<i>14,92</i>	<i>14,59</i>	<i>53,83</i>	<i>437,00</i>
полдник:						
	Кисломолочный продукт (ряженка или кефир или йогурт или снежок или бифидок и др.)	160	3,48	3,50	6,54	75,61
	Пирожки, печенные с фаршем (капустным)	40	2,93	3,49	15,86	109,00
	<i>итого за полдник:</i>	200	<i>6,41</i>	<i>6,99</i>	<i>22,40</i>	<i>184,61</i>
ужин:						
	Салат из зеленого горошка	30	0,78	3,04	2,01	38,00
	Зразы картофельные с овощами	150	3,56	3,22	23,60	140,00
	Яйца вареные	1/40	5,10	4,60	0,30	63,00
	Соки фруктовые	150	0,75	0,15	15,15	69,00
	Хлеб пшеничный	40	7,04	0,32	19,68	94,00
	<i>итого за ужин:</i>	410	<i>17,23</i>	<i>11,33</i>	<i>60,74</i>	<i>404,00</i>
			Б	Ж	У	Эн/ц (ккал)
	<i>Итого за десятый день</i>		<i>46,81</i>	<i>44,21</i>	<i>182,87</i>	<i>1352,08</i>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 0082D05543177E9FEB47187511AF2FB935
Владелец: Тиншан Виктория Викторовна
Действителен: с 09.07.2024 до 02.10.2025