|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищиНеделя первая | Наименование блюда | Выход блюда |  Пищевые вещества | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
| День 1 |   |  Грамм | Б | Ж | У |   |   |
| Завтрак  | Каша молочная гречневаяХлеб пшеничный с маслом,Чай с лимоном | 15036170 | 4,042,20,18 | 8,66,83,25 | 18,2413,1610,64 | 147,6122,442,06 | 661137 |
| Итого за завтрак |  | **356** | **6,42** | **18,65** | **42,04** | **312,06** |  |
| 2 завтрак | Сок фруктовый | 100 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 46 | 134 |
| Обед | Суп гороховыйКотлета рубленнаяМакароны отварныеСоус томатный с овощамиОгурец солёныйХлеб ржанойКисель | 18060120403540160 | 3,6910,076,840,580,362,40 | 3,859,525,782,830,050,40 | 24,613,1532,945,041,1317,7315,68 | 395,997,50236,4147,961,575,664 | 42305204349112700122 |
| Итого за обед |  | **635** | **23,88** | **22,63** | **99,18** | **917,67** |  |
| Полдник  | Кондитерское изделие промышленного производстваМолоко кипячёное  | 60160 | 4,84,88 | 124,35 | 308,08  | 22390,67 | б/н400 |
| Итого за полдник |  | **220** | **9,68** | **16,35** | **38,08** | **313,67** |  |
| Итого за 1 день |   | 1311 | 40,48 | 57,73 | 189,4 | 1589,4 |  |



|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищиНеделя первая |  Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
| День 2 |   |  Грамм | Б | Ж | У |   |   |
| Завтрак  | Каша молочная пшеннаяХлеб пшеничный с масломЧай с лимоном | 15036170 | 5,072,20,18 | 8,86,83,25 | 21,313,1610,64 | 180,2122,442,06 | 701137 |
| Итого за завтрак |  | **356** | **7,45** | **18,85** | **45,1** | **344,66** |  |
| 2 завтрак | Апельсин  | 95 | 0,4 | 0,22 | 17,42 | 49,26 | 368/371 |
| Обед | Рассольник ленинградский со сметанойСельдь соленая с луком и масломКартофельное пюреСалат овощнойХлеб ржаной,Напиток | 180501204040160 | 9,86,192,450,542,40,2 | 3,46,0153,843,480,40 | 13,28116,363,3417,7312,18 | 346,682,9109,837,5675,655 | 7628586/20/21/75700407 |
| Итого за обед |  | **590** | **21,92** | **17,355** | **66,89** | **717,53** |  |
| Полдник  |  Сдоба обыкновеннаяКофейный напиток на сгущенном молоке | 60160 | 5,432,15 | 3,31,46 | 36,6115,5 | 197,484 | 466396 |
| Итого за полдник |  | **220** | **7,58** | **4,76** | **52,11** | **281,4** |  |
| Итого 2 за день |   | 1261 | 37,35 | 41,185 | 181,52 | 1392,85 |  |





|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищиНеделя первая |  Наименование блюда | Выход блюда |  Пищевые вещества | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
| День 3 |   |  Грамм | Б | Ж | У |   |   |
| Завтрак  | Каша молочная геркулесоваяХлеб пшеничный с маслом,Чай с лимоном | 15036170 | 4,92,20,18 | 8,256,83,25 | 19,113,1610,64 | 185,5122,442,06 | 691137 |
| Итого за завтрак |  | **356** | **7,28** | **18,3** | **42,9** | **349,96** |  |
| 2 завтрак | Сок фруктовый | 100 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 46 | 134 |
| Обед | Борщ со сметанойПлов Салат овощнойХлеб ржанойКомпот  | 1801204040160 | 12,08120,542,40,35 | 5,7411,093,480,40,02 | 10,4220,083,3418,7322,21 | 664,9823837,5675,690,4 | 623046/20/21/75700376 |
| Итого за обед |  | **540** | **27,37** | **20,73** | **75,78** | **1116,54** |  |
| Полдник  | Сырники Какао на сгущенном молоке | 60160 | 18,62,62 | 13,62,4 | 19,816,5 | 286,998,1 | 231384 |
| Итого за полдник |  | **220** | **21,22** | **16** | **36,3** | **385** |  |
| Итого за 3 день |   | 1216 | 56,37 | 55,13 | 165,08 | 1897,5 |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищиНеделя первая |  Наименование блюда | Выход блюда |  Пищевые вещества | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
| День 4 |   |  Грамм | Б | Ж | У |   |   |
| Завтрак  | Суп молочный с вермишельюХлеб пшеничный с маслом, сыромЧай с лимоном | 15056170 | 4,75,90,18 | 3,68,63,25 | 17,818,1310,64 | 144172,9842,06 | 933137 |
| Итого за завтрак |  | **376** | **10,78** | **15,45** | **46,57** | **359,04** |  |
| 2 завтрак | Сок фруктовый | 100 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 46 | 134 |
| Обед | Суп картофельный с мясными фрикаделькамиРагу овощноеОгурец соленыйХлеб ржаной,Напиток | 2101503540160 | 10,31,790,362,40,54 | 3,149,240,050,40,22 | 12,3611,171,1317,7315,18 | 400,31351,575,665,07 | 83/121137112700407 |
| Итого за обед |  | **595** | **15,63** | **13,05** | **57,57** | **676,27** |  |
| Полдник  | Запеканка пшенная с варёной сгущенкойКисель  | 100160 | 4,80 | 4,20 | 36,8815,68 | 203,6764 | 188122 |
| Итого за полдник |  | **260** | **4,8** | **4,2** | **52,56** | **267,67** |  |
| Итого за 4 день |  | 1331 | 32,71 | 32,8 | 166,8 | 1348,98 |  |

 

 

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищиНеделя первая |  Наименование блюда | Выход блюда |  Пищевые  вещества | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
| День 5 |   |  Грамм | Б | Ж | У |   |   |
| Завтрак  | Каша молочная маннаяХлеб пшеничный с масломЧай с лимоном | 15036170 | 5,252,20,18 | 7,86,83,25 | 18,7513,1610,64 | 174,7122,442,06 | 1321137 |
| Итого за завтрак |  | **356** | **7,63** | **17,85** | **42,55** | **339,16** |  |
| 2 завтрак | Яблоко | 95 | 0,4 | 0,22 | 17,42 | 49,26 | 368/371 |
| Обед | Суп рыбныйМясо кур отварное в соусеКаша гречневаяОгурец соленыйХлеб ржаной,Напиток  | 180601203540160 | 7,38,066,840,362,40,2 | 1,87,475,780,050,40 | 11,971,7632,941,1317,7312,18 | 258,61102,5216,411,575,655 | 442/967112700407 |
| Итого за обед |  | **595** | **25,16** | **15,5** | **77,71** | **709,62** |  |
| Полдник  | Винегрет Хлеб пшеничныйКофейный напиток с молоком | 10030160 | 1,761,843,66 | 80,644,03 | 1012,5617,2 | 119,0864,33116,28 | 45701130 |
| Итого за полдник |  | **290** | **7,26** | **12,67** | **39,76** | **299,69** |  |
| Итого за 5 день |   | 1336 | 40,45 | 46,24 | 177,44 | 1397,73 |  |
| Итого за неделю |  | **6455** | **207,36** | **233,085** | **880,24** | **7626,46** |  |

 

  

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищиНеделя вторая |  Наименование блюда | Выход блюда |  Пищевые  вещества | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
| День 1 |   | Грамм | Б | Ж | У |   |   |
| Завтрак  | Каша молочная «Дружба»Хлеб пшеничный с маслом,Чай с лимоном | 15036170 | 4,82,20,18 | 7,76,83,25 | 19,713,1610,64 | 167,4122,442,06 | 681137 |
| Итого за завтрак |  | **356** | **7,18** | **17,75** | **43,5** | **331,86** |  |
| 2 завтрак | Сок фруктовый | 100 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 46 | 134 |
| Обед | Свекольник со сметанойОладьи из печени по-кунцевскиРис отварнойСоус томатный с овощамиОгурец солёныйХлеб ржаной,Компот | 18060120403540160 | 7,412,092,920,580,362,40,35 | 7,28,44,32,830,050,40,02 | 118,129,355,041,1317,7322,21 | 316156,9167,847,961,575,690,4 | 5594315349112700376 |
| Итого за обед |  | **635** | **26,1** | **23,2** | **94,56** | **856,16** |  |
| Полдник  | Салат из моркови Хлеб пшеничный,Напиток  | 9030160 | 1,091,840,2 | 6,40,640 | 8,712,5612,18 | 95,364,3355 | 17701407 |
| Итого за полдник |  | **280** | **3,13** | **7,04** | **33,44** | **214,63** |  |
| Итого за 1 день |   | 1371 | 36,91 | 48,09 | 181,6 | 1448,65 |  |

  

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищиНеделя вторая |  Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
| День 2 |   |  Грамм | Б | Ж | У |   |   |
| Завтрак  | Каша молочная геркулесовая,Хлеб пшеничный с маслом, сыромЧай с лимоном | 15056170 | 4,95,90,18 | 8,258,63,25 | 19,118,1310,64 | 185,5172,9842,06 | 693137 |
| Итого за завтрак |  | **376** | **10,98** | **20,1** | **47,87** | **400,54** |  |
| 2 завтрак | Апельсин | 95 | 0,4 | 0,22 | 17,42 | 49,26 | 368/371 |
| Обед | Суп с крупой Котлета рыбнаяКартофельное пюреСоус томатный с овощамиСалат овощнойХлеб ржанойКисель | 18060120404040160 | 1,58,022,450,580,542,40 | 3,652,823,842,833,480,40 | 12,35,9916,365,043,3417,7315,68 | 286,694,5109,847,9637,5675,664 | 155255583496/20/21/75700122 |
| Итого за обед |  | **640** | **15,49** | **17,02** | **76,44** | **716,02** |  |
| Полдник  | Омлет Икра кабачковаяХлеб пшеничныйКофейный напиток с молоком | 653530160 | 5,730,661,843,63 | 9,043,110,644,03 | 18,12,712,5617,2 | 12741,664,33126,28 | 2155701130 |
| Итого за полдник |  | **290** | **11,86** | **16,82** | **50,56** | **359,21** |  |
| Итого за 2 день |  | 1401 | 38,73 | 54,16 | 192,29 | 1525,03 |  |

 

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищиНеделя вторая |  Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
| День 3 |   |  Грамм | Б | Ж | У |   |   |
| Завтрак  | Каша молочная маннаяХлеб пшеничный с маслом,Чай с лимоном | 15036170 | 5,252,20,18 | 7,86,83,25 | 18,7513,1610,65 | 174,7122,442,06 | 1321137 |
| Итого за завтрак |  | **356** | **7,63** | **17,85** | **42,56** | **339,16** |  |
| 2 завтрак | Сок фруктовый | 100 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 46 | 134 |
| Обед | Щи со сметанойМясо отварное в соусеМакароны отварныеОгурец соленыйХлеб ржаной,Компот  | 180601203540 160 | 7,588,066,840,362,40,35 | 8,277,475,780,050,40,02 | 6,971,7632,941,1317,7322,21 | 446,6102,5236,411,575,690,4 | 322/9204112700376 |
| Итого за обед |  | **595** | **25,59** | **21,99** | **82,74** | **953,01** |  |
| Полдник  | Запеканка творожнаяКисель  | 130160 | 17,760 | 11,750 | 12,8915,68 | 235,7364 | 81122 |
| Итого за полдник |  | **290** | **17,76** | **11,75** | **28,57** | **299,73** |  |
| Итого за 3 день |   | 1341 | 51,48 | 51,69 | 163,97 | 1637,9 |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищиНеделя вторая |  Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
| День 4 |   | Грамм | Б | Ж | У |   |   |
| Завтрак  | Каша молочная рисоваяХлеб пшеничный с маслом,Чай с лимоном | 15036170 | 4,52,20,18 | 7,386,83,25 | 27,2713,1610,65 | 193,5122,442,06 | 1311137 |
| Итого за завтрак |  | **356** | **6,88** | **17,43** | **51,08** | **357,96** |  |
| 2 завтрак | Сок фруктовый | 100 | 0,5 | 0,1 | 10,1 | 46 | 134 |
| Обед | Суп картофельный с клёцкамиКапуста тушёная (солянка)Салат овощнойХлеб ржанойКисель  | 1801504040160 | 9,646,80,542,40 | 9,4873,480,40 | 15,06113,3417,7315,68 | 416,210337,5675,664 | 852006/20/21/75700122 |
| Итого за обед |  | **570** | **19,38** | **20,36** | **62,81** | **696,36** |  |
| Полдник  | Сдоба обыкновеннаяКакао с молоком | 60160 | 5,431,62 | 3,31,4 | 36,6116,5 | 197,498,1 | 466397 |
| Итого за полдник |  | **220** | **7,05** | **4,7** | **53,11** | **295,5** |  |
| Итого за 4 день |   | 1246 | 33,81 | 42,59 | 177,1 | 1395,82 |  |

 

 

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищиНеделя вторая |  Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
| День 5 |   |  Грамм | Б | Ж | У |   |   |
| Завтрак  | Каша молочная пшеннаяХлеб пшеничный с масломЧай с лимоном | 15036160 | 5,072,20,18 | 8,86,83,25 | 21,313,1610,65 | 180,2122,442,06 | 701137 |
| Итого за завтрак |  | **346** | **7,45** | **18,85** | **45,11** | **344,66** |  |
| 2 завтрак | Яблоко | 95 | 0,4 | 0,22 | 17,42 | 49,26 | 368/371 |
| Обед | Суп картофельныйТефтели в соусе томатномСалат овощнойХлеб ржанойКомпот  | 210604040160 | 1,884,10,542,40,35 | 2,264,523,480,40,02 | 13,35,13,3417,7322,21 | 58177,537,5675,690,4 | 77287/3496/20/21/75700376 |
| Итого за обед |  | **510** | **9,27** | **10,68** | **61,68** | **862,06** |  |
| Полдник  | Кисломолочный продукт промышленного производстваХлеб пшеничный | 17030 | 4,81,84 | 0,80,64 | 6,412,56 | 52,2764,33 | 401(г)701 |
| Итого за полдник |  | **200** | **6,64** | **1,44** | **18,96** | **112,6** |  |
| Итого за 5 день |   | 1151 | 23,76 | 31,19 | 143,17 | 1368,58 |  |
| Итого за неделю |  | **6510** | **184,69** | **227,72** | **858,13** | **7375,98** |  |
| Итого за весь период |  | **12965** | **392,05** | **460,805** | **1738,37** | **15002,44** |  |

 

 

 



***ОСНОВНОЕ***

***(ОРГАНИЗОВАННОЕ) ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 1 -3 ЛЕТ***

***(ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД)***

***МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ***

***ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ***

***«РЯЖСКИЙ ДЕТСКИЙ САД № 8»***

***УТВЕРЖДАЮ:***

***И.О.ЗАВЕДУЮЩЕГО МДОУ***

***«РЯЖСКИЙ ДЕТСКИЙ САД № 8»***

***Л.В. Рубайлова\_\_\_\_\_***

***Приказ № 67 «31» августа» 2023 год.***