УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ д/с № 17

Самодурова М.Е.

**МЕНЮ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ПРИЕМ ПИЩИ** | **НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА** | **1.5-3**  **ГОДА** | **3-7**  **ЛЕТ** |
| **ЗАВТРАК** | СУП РИСОВЫЙ МОЛОЧНЫЙ  ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ И СЫРОМ  КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 150  30/6/4  150 | 180  40/8/6  180 |
| **ЗАВТРАК 2** | СОК | **100** | **100** |
| КАЛЛОРИЙНОСТЬ ЗА ЗАВТРАК |  | 385.5 | 487.9 |
| **выход** |  | **340** | **414** |
| **ОБЕД** | САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ  СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ С СМЕТАНОЙ  ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ  КАША ПШЕННАЯ  ХЛЕБ РЖАНОЙ  КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 30  150/6  60  110  40  150 | 50  200/10  80  130  50  180 |
| КАЛЛОРИЙНОСТЬ ЗА ОБЕД |  | 498 | 676.1 |
| **выход** |  | **546** | **690** |
| **КИСЛОМОЛОЧНАЯ ПРОДУКЦИЯ** | СНЕЖОК | **150** | **180** |
| КАЛЛОРИЙНОСТЬ |  | 118.5 | 142.2 |
| **УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК** | СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ  СОУС СМЕТАННЫЙ  ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  ПЕЧЕНЬЕ  КИСЕЛЬ | 130  15  30  20  150 | 150  30  40  40  180 |
| КАЛЛ ЗА ПОЛДНИК |  | 407 | 528 |
| КАЛЛ ЗА ДЕНЬ |  | 1409 | 1834 |
| **выход** |  | **345** | **440** |
| **Выход за день** |  | **1481** | **1824** |

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ д/с № 17

Самодурова М.Е.

**МЕНЮ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ПРИЕМ ПИЩИ** | **НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА** | **1.5-3 ГОД** | **3-7 ЛЕТ** |
| **ЗАВТРАК** | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАННОЙ КРУПОЙ  ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ И СЫРОМ  КАКАО С МОЛОКОМ | 150  30/6/4  150 | 180  40/8/6  180 |
| **ЗАВТРАК 2** | СОК | **100** | **100** |
| ККАЛ. ЗАВТРАК |  | 401 | 502.06 |
| **выход** |  | **340** | **414** |
| **ОБЕД** | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ И СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ  СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ  СУФЛЕ ИЗ МЯСА КУРИЦЫ  РОЖКИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛ.  ХЛЕБ РЖАНОЙ  КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 30  150  70  110  40  150 | 50  200  80  130  50  180 |
| КАЛЛ. ЗА ОБЕД |  | 495.95 | 612.95 |
| **Выход** |  | **550** | **690** |
| **КИСЛО.М.ПРОД** | КЕФИР | **150** | **180** |
| **КАЛЛОРИЙНОСТЬ** |  | 75.05 | 85.40 |
| **УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК** | РИС ОТВАРНОЙ  РЫБНЫЙ ГУЛЯШ  ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  ВАФЛЯ  ЧАЙ  ФРУКТ ЯБЛОКО | 110  60  30  20  150  95 | 130  80  40  40  180  100 |
| КАЛЛ ЗА ПОЛДНИК |  | 421 | 539.5 |
| КАЛЛ ЗА ДЕНЬ |  | 1357 | 1736.74 |
| **выход** |  | **465** | **570** |
| **Выход за день** |  | **1605** | **1954** |

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ д/с № 17

Самодурова М.Е.

**МЕНЮ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ПРИЕМ ПИЩИ** | **НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА** | **1.5- 3 ГОДА** | **3-7 ЛЕТ** |
| **ЗАВТРАК** | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ  ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ И СЫРОМ  КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 150  30/6/4  150 | 180  40/8/6  180 |
| **ЗАВТРАК 2** | СОК | **100** | **100** |
| ККАЛ.ЗАВТРАК |  | 401.45 | 503.19 |
| **выход** |  | **340** | **414** |
| **ОБЕД** | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ  РАССОЛЬНИК С МЯСОМ СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ  КОТЛЕТА МЯСНАЯ  КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ  ХЛЕБ РЖАНОЙ  КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 30  150/6  60  110  40  150 | 50  200/10  80  130  50  180 |
| ККАЛ. ЗА ОБЕД |  | 505.64 | 670.69 |
| **выход** |  | **546** | **700** |
| **КИСЛ. ПРОД.** | ВАРЕНЕЦ | **150** | **180** |
| ККАЛ КИС. ПРОД |  | 79.50 | 95.40 |
| **УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК** | ЛЕНИВЫЕ ВАРЕНИКИ С ТВОРОГА С МАСЛОМ  ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  КИСЕЛЬ  ФРУКТ АПЕЛЬСИН (МАНДАРИН) | 150  30  150  95 | 200  40  180  100 |
| ККАЛ ПОЛДНИК |  | 409.5 | 536.62 |
| ККАЛ ЗА ДЕНЬ |  | 1396 | 1805.9 |
| **выход** |  | **425** | **520** |
| **Выход за день** |  | **1561** | **1914** |

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ д/с № 17

Самодурова М.Е.

**МЕНЮ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ПРИЕМ ПИЩИ** | **НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА** | **1.5-3 ГОДА** | **3-7 ЛЕТ** |
| **ЗАВТРАК** | СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ  ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ И СЫРОМ  КАКАО С МОЛОКОМ | 150  30/6/4  150 | 180  40/8/6  180 |
| **ЗАВТРАК 2** | СОК | **100** | **100** |
| ККАЛ. ЗАВТРАК |  | 406.08 | 511.06 |
| **выход** |  | **340** | **414** |
| **ОБЕД** | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ  БИГУС С МЯСОМ  ХЛЕБ РЖАНОЙ  КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 180  180  40  150 | 200  230  50  180 |
| ККАЛ. ОБЕД |  | 461.45 | 603.18 |
| **выход** |  | **540** | **660** |
| **КИСЛ. МОЛ** | СНЕЖОК | **150** | **180** |
| ККАЛ.КИС .МОЛ. |  | 118.5 | 142.2 |
| **УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК** | РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ ПОД ОМЛЕТОМ  ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  БЛИНЧИКИ С ПОВИДЛОМ  ЧАЙ  ФРУКТ ГРУША | 130  30  40/18  150  95 | 150  40  50/20  180  100 |
| ККАЛ. УСИЛЕНН. ПОЛДНИК |  | 420.97 | 550.56 |
| ККАЛ ЗА ДЕНЬ |  | 1407 | 1807 |
| **выход** |  | **463** | **540** |
| **Выход за день** |  | **1593** | **1894** |

ТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ д/с № 17

Самодурова М.Е.

**МЕНЮ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ПРИЕМ ПИЩИ** | **НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА** | **1.5-3 ГОДА** | **3-7 ЛЕТ** |
| **ЗАВТРАК** | КАША ОВСЯННАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) МОЛОЧНАЯ  ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ И СЫРОМ  КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 150  30/6/4  150 | 180  40/8/6  180 |
| **ЗАВТРАК 2** | СОК | **100** | **100** |
| ККАЛ ЗАВТРАК |  | 444.31 | 609.93 |
| **выход** |  | **340** | **414** |
| **ОБЕД** | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПШЕНОМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ С ЗЕЛЕНЬЮ  ЕЖИКИ МЯСНЫЕ  СВЕКЛА ТУШЕННАЯ  ХЛЕБ РЖАНОЙ  КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 150  60  110  40  150 | 200  80  130  50  180 |
| ККАЛ. ОБЕД |  | 550.46 | 708.3 |
| **выход** |  | **510** | **640** |
| **КИСЛОМОЛ. ПРОД** | КЕФИР | **150** | **180** |
| ККАЛ КИСЛ. МОЛ |  | 75.05 | 85.40 |
| **УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК** | КОТЛЕТА РЫБНАЯ  ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ  ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  ПЕЧЕНЬЕ  ЧАЙ  ФРУКТ ЯБЛОКО | 60  110  30  20  150  95 | 80  130  40  40  180  100 |
| ККАЛ. ПОЛДН. |  | 498.18 | 590.27 |
| ККАЛ ЗА ДЕНЬ |  | 1463 | 1893.9 |
| **выход** |  | **465** | **570** |
| **Выход за день** |  | **15655** | **1904** |

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ д/с № 17

Самодурова М.Е.

**МЕНЮ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ПРИЕМ ПИЩИ** | **НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД** | **1.5-3 ГОДА** | **3-7 ЛЕТ** |
| **ЗАВТРАК** | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ  ХЛЕБ С МАСЛОМ И СЫРОМ  КАКАО НА МОЛОКЕ | 150  30/6/4  150 | 180  40/8/6  180 |
| **ЗАВТРАК 2** | СОК | **100** | **100** |
| ККАЛ ЗАВТРАК |  | 363.1 | 482.16 |
| **выход** |  | **340** | **414** |
| **ОБЕД** | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ  СУП УРАЛЬСКИЙ С ЗЕЛЕНЬЮ И СМЕТАНОЙ  ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ  ГРЕЧКА ОТВАРНАЯ  ХЛЕБ РЖАНОЙ  КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 30  150/10  60  110  30  150 | 50  200/10  80  130  50  180 |
| ККАЛ ОБЕД |  | 529.4 | 706.21 |
| **выход** |  | **540** | **700** |
| **КИСЛ. МОЛ** | ВАРЕНЕЦ | **150** | **180** |
| ККАЛ К.М. |  | 79.50 | 95.40 |
| **УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК** | ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МАНКОЙ  СМЕТАННЫЙ СОУС  ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ  ЧАЙ | 130  15  30  50  150 | 150  30  40  70  180 |
| ККАЛ УС.ПОЛД |  | 403 | 511.44 |
| ККАЛ. ЗА ДЕНЬ |  | 1375 | 1795.32 |
| **выход** |  | **375** | **470** |
| **Выход за день** |  | **1505** | **1864** |

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ д/с №17

Самодурова М.Е.

**МЕНЮ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ПРИЕМ ПИЩИ** | **НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД** | **1.5-3 ГОДА** | **3-7 ЛЕТ** |
| **ЗАВТРАК** | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ  ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ И СЫРОМ  КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 150  30/6/4  150 | 180  40/8/6  180 |
| **ЗАВТРАК 2** | СОК | **100** | **100** |
| ККАЛ.ЗАВТРАК |  | 346.05 | 483.8 |
| **выход** |  | **340** | **414** |
| **ОБЕД** | САЛАТ ИЗ СЕЖЕЙ КАПУСТЫ(КВАШЕННОЙ)  СУП С КЛЕЦКАМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ  ПЛОВ С МЯСОМ  ХЛЕБ РЖАНОЙ  КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 30  150  150  40  150 | 50  200  200  50  180 |
| ККАЛ ОБЕД |  | 511.55 | 637.53 |
| **выход** |  | **520** | **680** |
| **КИСЛ. МОЛ** | СНЕЖОК | **150** | **180** |
| ККАЛ К.М. |  | 118.5 | 142.2 |
| **УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК** | РЫБА СОЛЕНАЯ СЛУКОМ  КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ  ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  БУЛОЧКА ПО ДОМАШНЕМУ  ЧАЙ  ФРУКТ ЯБЛОКО | 30  110  30  50  150  95 | 50  130  40  70  180  100 |
| ККАЛ УПЛ. ПОЛД |  | 405.9 | 538.5 |
| ККАЛ ЗА ДЕНЬ |  | 1382 | 1802.03 |
| **выход** |  | **465** | **570** |
| **Выход за день** |  | **1575** | **1944** |

УТВЕРЖДАЮ.:

Заведующий МБДОУ д/с № 17

Самодурова М.Е.

**МЕНЮ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ПРИЕМ ПИЩИ** | **НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД** | **1.5-3 ГОДА** | **3-7 ЛЕТ** |
| **ЗАВТРАК** | СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ  ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ И СЫРОМ  КАКАО С МОЛОКОМ | 150  30/6/4  150 | 180  40/8/6  180 |
| **ЗАВТРАК 2** | СОК | **100** | **100** |
| ККАЛ. ЗАВТРАК |  | 421.1 | 515.16 |
| **выход** |  | **340** | **414** |
| **ОБЕД** | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И СЛ. ПЕРЦЕМ  ЩИ НА МЯСН. БУЛЬОНЕ С СВЕЖ. КАПУСТЫ С СМЕТАНОЙ  ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ  РОЖКИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ  ХЛЕБ РЖАНОЙ  КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 30  150/6  60  110  40  150 | 50  200/10  80  130  50  180 |
| ККАЛ ОБЕД |  | 574 | 696.6 |
| **выход** |  | **546** | **690** |
| **КИС. МОЛ.** | КЕФИР | **150** | **180** |
| ККАЛ К.М. |  | 75 | 85.40 |
| **УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК** | СЫРНИКИ ТВОРОЖНЫЕ ЗАПЕЧ  СОУС СМЕТАННЫЙ  ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  ПЕЧЕНЬЕ  ЧАЙ  ФРУКТ АПЕЛЬСИН (МАНД) | 110  15  30  20  150  95 | 130  30  40  40  180  100 |
| ККАЛ УСИЛ.ПОЛ |  | 488 | 587.42 |
| ККАЛ ЗА ДЕНЬ |  | 1479 | 1909.68 |
| **выход** |  | **420** | **520** |
| **Выход за день** |  | **1556** | **1904** |

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ д/с № 17

Самодурова М.Е.

**МЕНЮ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ПРИЕМ ПИЩИ** | **НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД** | **1.5-3 ГОДА** | **3-7 ЛЕТ** |
| **ЗАВТРАК** | СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОВОЙ КРУПОЙ  ХЛЕБ С МАСЛОМ И СЫРОМ  КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 150  30/6/4  150 | 180  40/8/6  180 |
| **ЗАВТРАК 2** | СОК | **100** | **100** |
| ККАЛ. ЗАВТРАК |  | 367.05 | 455.4 |
| **выход** |  | **340** | **414** |
| **ОБЕД** | САЛАТ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ  СУП ГОРОХОВЫЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ С ГРЕНКАМИ  МЯСО ОТВАРНОЕ, ТУШЕННОЕ С КАРТОФЕЛЕМ ПО ДОМ.  ХЛЕБ РЖАНОЙ  КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 40  150/10  150  40  150 | 50  200/10  200  50  180 |
| ККАЛ. ОБЕД |  | 529.02 | 698.84 |
| **выход** |  | **540** | **690** |
| **КИСЛ МОЛОЧ.** | ВАРЕНЕЦ | **150** | **180** |
| ККАЛ К.М. |  | 79.5 | 95.40 |
| **УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК** | КОТЛЕТА РЫБНАЯ  КАПУСТА ТУШЕННАЯ  ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  ВАФЛЯ  ЧАЙ  ФРУКТ ГРУША | 60  110  30  20  150  95 | 80  130  40  40  180  100 |
| ККАЛ ПОЛД. |  | 416.43 | 536.02 |
| ККАЛ ЗА ДЕНЬ |  | 1392 | 1785.26 |
| **выход** |  | **465** | **570** |
| **Выход за день** |  | **1595** | **1954** |

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ д/с № 17

Самодурова М.Е.

**МЕНЮ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ПРИЕМ ПИЩИ** | **НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД** | **1.5-3 ГОДА** | **3-7 ЛЕТ** |
| **ЗАВТРАК** | КАША ОВСЯННАЯ МОЛОЧНАЯ  ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ С МАСЛОМ И СЫРОМ  КАКАО С МОЛОКОМ | 150  30/6/4  150 | 180  40/8/6  180 |
| **ЗАВТРАК 2** | СОК | **100** | **100** |
| ККАЛ ЗАВТРАК |  | 409.4 | 522 |
| **выход** |  | **340** | **414** |
| **ОБЕД** | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ  СУП РЫБНЫЙ ИЗ КОНСЕРВ  ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ  ХЛЕБ РЖАНОЙ  КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 30  150  150  40  150 | 50  200  200  50  180 |
| ККАЛ ОБЕД |  | 504.1 | 637.38 |
| **выход** |  | **520** | **680** |
| КИСЛ.МОЛ.ПРОД | СНЕЖОК | **150** | **180** |
| ККАЛ К.М. |  | 118.5 | 142.2 |
| **УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК** | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ  МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ  ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ  ЧАЙ  ФРУКТ ЯБЛОКО | 80  80  30  150  95 | 100  100  40  180  100 |
| ККАЛ ПОЛДН |  | 447. | 594.16 |
| ККАЛ ЗА ДЕНЬ |  | 1479 | 1895.74 |
| **выход** |  | **435** | **520** |
| **Выход за день** |  | **1545** | **1894** |