

Утверждаю  
Заведующая МБДОУ №23  
г. Невинномысск  
Л.И.Чаленко  
Приказ № 67-од от « 30 » сентября 2024г.



## **10 ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

**Для детей с 1,5-3 лет**

**( с 12-ти часовым пребыванием)**

**Зимний период**

Прием пищи (Если)	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1							
День 1							
Завтрак	Суп молочный с макаронами	150	4,2	3,8	7,1	79,5	548
	Яйцо отварное	25	2,55	2,3	0,15	31,4	424
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	8,4	40,6	
	Масло сливочное	5	0,1	3,6	0,1	33,1	
	Кофейный напиток 1/2 молока	180	2,6	2,3	10,24	73,1	1221
Итого за завтрак	<b>350</b>	<b>380</b>	<b>11,05</b>	<b>12,2</b>	<b>25,99</b>	<b>257,7</b>	
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	
Итого за 2 завтрак	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>46</b>	
Обед	Суп картофельный	150	1,6	3,1	14,4	88	299
	Капуста тушеная	120	2,8	3,6	11,7	88,7	440
	Шницель рыбный натуральный	60	9,2	3,6	5,5	89,7	511
	Хлеб ржаной	40	3,2	0,5	16,8	81,2	
	Компот из сухофруктов	150	0,4	0,1	10,7	43	1113
Итого за обед	<b>450</b>	<b>520</b>	<b>17,2</b>	<b>10,9</b>	<b>59,1</b>	<b>390,6</b>	
Уплотненный полдник	Плов из курицы	230	15,1	12,9	34,1	305,5	893-2
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	8,4	40,6	
	Капуста квашеная	20	0,2	0	0,4	2,8	
	Чай	150	0	0	6,1	22,6	1203
Итого за полдник	<b>400</b>	<b>420</b>	<b>16,9</b>	<b>13,1</b>	<b>49</b>	<b>371,5</b>	
Ужин	Кефир	150	4,2	4,8	6,2	89	1227
	Булочка сдобная	50	4,8	5,2	32,8	188,7	1312
Итого за ужин	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>39</b>	<b>277,7</b>	
Итого за день			54,65	46,3	183,19	1343,5	

Прием пищи (Ясли)	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1							
День 2							
Завтрак	Каша молочная «Геркулес» жидкая 1/2	150	4,8	6,7	20,7	158,9	548
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	8,4	40,6	
	Масло сливочное	5	0,1	3,6	0,1	33,1	
	Какао на 1/2 молоке	180	2,8	2,5	10,5	74,7	1221
Итого за завтрак	<b>350</b>	<b>355</b>	<b>9,3</b>	<b>13</b>	<b>39,7</b>	<b>307,3</b>	
Второй завтрак	Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46
Итого за 2 завтрак	<b>100</b>	<b>Сок</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	
Обед	Борщ Сибирский	150	2,4	3,1	9,6	74,8	177
	Сметана	4	0,1	0,6	0,1	6,4	
	Биточки, рубленые из птицы	60	10,6	7,8	6,4	136,6	671
	Пюре картофельное	120	2,7	3,8	20,4	122,1	429
	Соленья	10	0,3	0	0,1	1,9	
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	16	76	
	Компот из сухофруктов	150	0,4	0,1	10,7	43	1113
Итого за обед	<b>450</b>	<b>534</b>	<b>19,1</b>	<b>15,8</b>	<b>63,3</b>	<b>460,8</b>	
Уплотненный полдник	Запеканка из творога	200	30,6	14,7	33,6	381,4	620
	Соус сметанный	30	0,4	2,2	2	29,4	1044
	Хлеб пшеничный	10	0,8	0,1	4,2	20,3	
	Чай	180	0	0	7,1	26,49	
Итого за полдник	<b>400</b>	<b>420</b>	<b>31,8</b>	<b>17</b>	<b>46,9</b>	<b>457,59</b>	
Ужин	Молоко кипяченое	170	4,7	4,3	8	90,1	1226
	Хлеб пшеничный	10	0,8	0,1	4,2	20,3	
	Повидло	10	0	0	6,5	24,5	
Итого за ужин	<b>200</b>	<b>190</b>	<b>5,5</b>	<b>4,4</b>	<b>18,7</b>	<b>134,9</b>	

Прем пищи (Ясли)	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1							
День 3							
Завтрак	Суп молочный с крупой (пшениной) 1/2	150	5,7	7,7	19,5	167,7	385
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	8,4	40,6	
	Масло сливочное	5	0,1	3,6	0,1	33,1	
	Кофейный напиток на 1/2 молока	180	2,6	2,3	10,24	73,1	1221
Итого за завтрак	<b>350</b>	<b>355</b>	<b>10</b>	<b>13,8</b>	<b>38,24</b>	<b>314,5</b>	
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	
Итого за 2 завтрак	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>46</b>	
Обед	Суп овощной	150	1,2	3	7,9	62	300
	Котлета из говядины	60	14,3	11,2	13,3	208,7	841
	Свекла тушеная	100	2,1	3,3	12,1	83,6	442
	Горошек консервированный	20	0,6	0	1,3	4	
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	16	76	
	Компот из сухофруктов	150	0,4	0,1	10,7	43	1113
Итого за обед	<b>450</b>	<b>520</b>	<b>21,2</b>	<b>18</b>	<b>61,3</b>	<b>477,3</b>	
Уплотненный полдник	Макароны отварные	100	3,6	1,5	26,3	129,4	566
	икра из кабачков	100	2	9	8,6	122	
	Яйцо отварное	50	5,1	4,6	0,3	62,8	424
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	8,4	40,6	
	Чай	150	0	0	6,1	22,6	1203
Итого за полдник	<b>400</b>	<b>420</b>	<b>12,3</b>	<b>15,3</b>	<b>49,7</b>	<b>377,4</b>	
Ужин	Кефир	180	5	7,2	7,6	115,2	1226
	Печенье	28	2,8	1,4	11,2	105,2	
Итого за ужин	<b>200</b>	<b>208</b>	<b>7,8</b>	<b>8,6</b>	<b>18,8</b>	<b>220,4</b>	
Итого за день			<b>51,8</b>	<b>55,8</b>	<b>178,14</b>	<b>1435,6</b>	

Приним пищи (Ясли)	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетиче- ская ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1							
День 4							
Завтрак	Каша молочная пшеничная жидкая (1/2)	150	4,7	5,5	22	155,1	385
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	8,4	40,6	
	Масло сливочное	5	0,1	3,6	0,1	33,1	
	Чай	180	0	0	7,1	26,49	1203
Итого за завтрак	<b>350</b>	<b>355</b>	<b>6,4</b>	<b>9,3</b>	<b>37,6</b>	<b>255,29</b>	
Второй завтрак	Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46
Итого за 2 завтрак	<b>100</b>	<b>Сок</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	
Обед	Борщ Украинский	150	1,5	2	9,4	60,2	278
	Сметана	4	0,1	0,6	0,1	6,4	
	Рагу из птицы	160	11,8	9,1	19,8	204,5	642
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	16	76	
	Компот из сухофруктов	150	0,4	0,1	10,7	43	
							0
Итого за обед	<b>450</b>	<b>504</b>	<b>16,4</b>	<b>12,2</b>	<b>56</b>	<b>390,1</b>	
Уплотненный полдник	Омлет натуральный	110	11,1	13,6	2,1	174,6	588
	Капуста тушенная	50	1,1	1,5	4,8	36,9	440
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	8,4	40,6	
	Кофейный напиток без молока	180	0,1	0	6	25,4	1221
Итого за полдник	<b>400</b>	<b>360</b>	<b>13,9</b>	<b>15,3</b>	<b>21,3</b>	<b>277,5</b>	
Ужин	Молоко кипяченое	170	4,7	4,3	8	90,1	
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	8,4	40,6	
	Повидло	10	0	0	6,5	24,5	
Итого за ужин	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>6,3</b>	<b>4,5</b>	<b>22,9</b>	<b>155,2</b>	





№ п/п (Ясли)	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
2							
7							
Завтрак	Каша молочная рисовая жидкая 1/2	150	3,6	5,6	23,1	152,5	548
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	8,4	40,6	
	Масло сливочное	5	0,1	3,6	0,1	33,1	
	Кофейный напиток на 1/2 молока	180	2,6	2,3	10,24	73,1	1221
Итого за завтрак	<b>350</b>	<b>355</b>	<b>7,9</b>	<b>11,7</b>	<b>41,84</b>	<b>299,3</b>	
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	
Итого за 2 завтрак	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>46</b>	
Обед	Щи из квашеной капусты с картофелем	150	1,1	3	6	54,4	290
	Сметана	4	0,1	0,6	0,1	6,4	
	Котлета рубленая из птицы	60	9,6	7,3	9,7	141,9	667
	Свекла тушенная	100	2,1	3,3	12,1	83,6	442
	Соленья	15	0,1	0	0,5	2,3	
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	16	76	
	Компот из сухофруктов	150	0,4	0,1	10,7	43	1113
Итого за обед	<b>450</b>	<b>519</b>	<b>16</b>	<b>14,7</b>	<b>55,1</b>	<b>407,6</b>	
Полдничный напиток	Рагу из овощей	150	3,3	3,2	20,1	117,3	445\321
	Фрикадельки рыбные в томатном соусе	60	7,7	7,2	4	110,4	517
	Соус томатный	30	0,3	1	1,9	18,7	1029
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	8,4	40,6	
	Чай	180	0	0	6,1	22,6	1203
Итого за полдник	<b>400</b>	<b>440</b>	<b>12,9</b>	<b>11,6</b>	<b>40,5</b>	<b>309,6</b>	1226
Ужин	Молоко кипяченое	170	4,7	4,3	8	90,1	1226
	Повидло	10	0	0	6,5	24,5	
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	8,4	40,6	
Итого за ужин	<b>200</b>	<b>6,3</b>	<b>4,5</b>	<b>22,9</b>	<b>155,2</b>		



Прием пищи (Ясли)	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2							
День 8							
Завтрак	Каша молочная манная жидкая 1\2	150	4,7	5	24,5	156,3	548
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	8,4	40,6	
	Масло сливочное	5	0,1	3,6	0,1	33,1	
	Какао на цельном молоке	180	5,3	4,7	14,8	122,4	1221
Итого за завтрак	<b>350</b>	<b>355</b>	<b>11,7</b>	<b>13,5</b>	<b>47,8</b>	<b>352,4</b>	
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	
Итого за 2 завтрак	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>46</b>	
Обед	Суп овощной	150	1,2	3	7,9	62	300
	Птица, тушенная с овощами	160	11	10,7	26,3	234,3	909
	Соус красный основной	20	0,2	0,3	1,5	9,5	1011
	Соленья	10	0,3	0	0,1	1,9	
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	16	76	
	Компот из сухофруктов	150	0,4	0,1	10,7	43	1113
Итого за обед	<b>450</b>	<b>530</b>	<b>15,7</b>	<b>14,5</b>	<b>62,5</b>	<b>426,7</b>	
Уплотненный полдник	Пудинг с рисом	180	27,7	6,9	30	289,1	236
	Соус молочный сладкий	30	0,9	1,8	4,8	3,8	1041
	Хлеб пшеничный	15	1,2	0,2	6,3	30,5	
	Чай	180	0	0	7,1	26,49	1203
Итого за полдник	<b>400</b>	<b>405</b>	<b>29,8</b>	<b>8,9</b>	<b>48,2</b>	<b>349,89</b>	
Ужин	Кефир	180	5,4	4,5	7,2	91,8	1227
	Печенье	28	2,8	1,4	11,2	105,2	
Итого за ужин	<b>200</b>	<b>208</b>	<b>8,2</b>	<b>5,9</b>	<b>18,4</b>	<b>197</b>	

Пример пищи (Ясли)	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 2							
День 9							
Завтрак	Суп молочный с макаронами 1/2	150	3,4	5,5	16,6	127,7	548
	Яйцо отварное	25	2,55	2,3	0,15	31,4	424
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	8,4	40,6	
	Масло сливочное	5	0,1	3,6	0,1	33,1	
	Кофейный напиток на 1/2 молока	180	2,2	1,9	8,53	60,5	1221
<b>Итого за завтрак</b>	<b>350</b>	<b>380</b>	<b>9,85</b>	<b>13,5</b>	<b>33,78</b>	<b>293,3</b>	
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	
<b>Итого за 2 завтрак</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>46</b>	
Обед	Рассольник Ленинградский	150	1,2	3	12	79,1	297
	Сметана	6	0,12	1	0,12	10	
	Котлеты из птицы	60	9,7	7,3	9,7	141,9	667
	Каша рассыпчатая гречневая	100	6	2,7	32,6	171,1	378
	Соленья	15	0,1	0	0,5	2,3	
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	16	76	
	Компот из сухофруктов	150	0,4	0,1	10,7	43	1113
<b>Итого за обед</b>	<b>450</b>	<b>521</b>	<b>20,12</b>	<b>14,5</b>	<b>81,62</b>	<b>523,4</b>	
Уплотненный полдник	Картофельное пюре	120	2,7	3,8	20,4	122,1	429
	Фрикадельки рыбные в томатном соусе	60	7,7	7,2	4	110,4	517
	Соус томатный	30	0,4	2,7	1,8	33,1	1029
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	8,4	40,6	
	Чай	180	0	0	7,1	26,49	
<b>Итого за полдник</b>	<b>400</b>	<b>410</b>	<b>12,4</b>	<b>13,9</b>	<b>41,7</b>	<b>332,69</b>	
Ужин	Молоко кипяченое	150	4,2	3,8	7,1	79,5	1226
	Ватрушка с повидлом	50	3,6	3,5	31,7	164,9	1312\1322
<b>Итого за ужин</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>7,8</b>	<b>7,3</b>	<b>38,8</b>	<b>244,4</b>	

Прием пищи (Ясли)	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник 2							
День 10							
Завтрак	Каша молочная пшеничная (1/2)	150	4,7	5,5	22	155,1	385
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	8,4	40,6	
	Масло сливочное	5	0,1	3,6	0,1	33,1	
	Чай	180	0	0	7,1	26,49	1203
Итого за завтрак	<b>350</b>	<b>355</b>	<b>6,4</b>	<b>9,3</b>	<b>37,6</b>	<b>255,29</b>	
Второй завтрак	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46	
Итого за 2 завтрак	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>46</b>	
Обед	Суп с клецками	150	2,4	3,4	15,8	100,6	213
	Биточки, рубленые из птицы	60	9,1	6,7	5,4	118,1	671
	Пюре картофельное	110	2,6	3,1	18,6	109,4	429
	Соленья	15	0,1	0	0,5	2,3	
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	8,4	40,6	
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	16	76	
	Компот из сухофруктов	150	0,4	0,1	10,7	43	1113
Итого за обед	<b>450</b>	<b>545</b>	<b>18,8</b>	<b>13,9</b>	<b>75,4</b>	<b>490</b>	
Уплотненный полдник	Омлет натуральный	110	11,1	13,6	2,1	174,6	588
	Икра кабачковая	50	1	4,5	4,3	61	
	Капуста тушеная	50	1,1	1,5	4,8	36,9	440
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	8,4	40,6	
	Кофейный напиток на 1/2 молока	150	2,2	1,9	8,53	60,5	1221
Итого за полдник	<b>400</b>	<b>380</b>	<b>15,9</b>	<b>20,2</b>	<b>23,33</b>	<b>336,7</b>	
Ужин	Кефир	180	5	7,2	7,6	115,2	1226
	Печенье	28	2,8	1,4	11,2	105,2	

*Врученно*

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад общеразвивающего вида № 23 «Огонек» с приоритетным осуществлением физического воспитания воспитанников»  
Невинномысский район

Заведующий *И.И. Чаленко*



Table with multiple columns and rows, containing numerical data and some text, likely a financial or administrative report. The text is mostly illegible due to blurriness and orientation.