

## Примерное десятидневное меню на весеннее - летний период

С 1.05 по 1.10

	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница
<b>З А В Т Р А К</b>	1. Каша молочная манная со сливочным маслом 2. Печенье 3. Чай с сахаром.	1. Суп молочный гречневый со сливочным маслом 2. Батон 3. Сливочное масло 4. Чай с сахаром.	1. Каша молочная геркулесовая со сливочным маслом 2. Батон 3. Масло сливочное 4. Сыр 5. Чай с сахаром.	1. Каша молочная Дружба со сливочным маслом 2. Батон Повидло 3. Чай с сахаром.	1. Суп молочный вермишелевый со сливочным маслом 2. Батон 3. Сливочное масло 4. Чай с сахаром.	1. Каша молочная пшеничная со сливочным маслом 2. Печенье. 3. Чай с сахаром.	1. Суп молочный вермишелевый со сливочным маслом 2. Батон Повидло 3. Чай с сахаром.	1. Суп молочный рисовый со сливочным маслом 2. Батон 3. Сливочное масло 4. Чай с сахаром.	1. Каша молочная сборная со сливочным маслом 2. Батон 3. Сливочное масло 4. Чай с сахаром.	1. Каша молочная пшеничная со сливочным маслом 2. Батон 3. Сливочное масло 4. Чай с сахаром.
	2 завтрак Сок	2 завтрак Яблоко	2 завтрак Банан	2 завтрак Яблоко	2 завтрак Напиток шиповника	2 завтрак Сок	2 завтрак Яблоко	2 завтрак Апельсин	2 завтрак Напиток шиповника	2 завтрак Яблоко
<b>О Б Е Д</b>	1. Горошек консервированный. 2. Борщ с капустой и картофелем на кур/б со сметаной. 3. Гуляш из отварного мяса кур. Каша рисовая. 4. Кисель, 5. Хлеб пшеничный пеклеванный.	1. Кукуруза консервированная 2. Суп полевой на кур/б. 3. Суфле яично - мясное 4. Компот из сухофруктов 5. Хлеб пшеничный пеклеванный.	1. Помидоры свежие. 2. Суп с клецками на кур/б 3. Жаркое домашнему. 4. Компот из сухофруктов 5. Хлеб пшеничный пеклеванный.	1. Огурцы свежие. 2. Суп овощ. с картоф. на к/б 3. Котлета мясная Каша гречневая 4. Подлива 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб пшеничный пеклеванный.	1. Помидоры свежие 2. Суп гороховый на кур/б. 3. Овощное рагу с отварным мясом курицы. 4. Компот из сухофруктов. 5. Хлеб пшеничный пеклеванный.	1. Горошек консервированный 2. Щи с картофелем и свежей капустой на кур/б 3. Макароны с отварным мясом кур 4. Кисель. 5. Хлеб пшеничный пеклеванный.	1. Кукуруза консервированная 2. Рассольник со сметаной на кур/б. 3. Тефтеля гречневая из отварного мяса курицы 4. Сметанный соус, лук 5. Компот из сухофруктов. 6. Хлеб пшеничный пеклеванный.	1. Огурцы свежие. 2. Суп харчо на кур/б. 3. Капуста тушеная с отварным мясом кур 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб пшеничный пеклеванный.	1. Помидоры свежие. 2. Суп вермишелевый на к/б. 3. Биточек мясной 4. Картофельное пюре 5. Компот из сухофруктов 6. Хлеб пшеничный пеклеванный.	1. Огурцы свежие 2. Суп весенний на кур/б 3. Запеканка рисовая с печенью подлива 4. Компот их сухофруктов 5. Хлеб пшеничный пеклеванный.
<b>П О Л Д Н И К</b>	1. Творожная запеканка со сметаной. 2. Какао с молоком	1. Оладьи из печени 2. Чай с сахаром. 3. Хлеб	1. Тефтеля рыбная Томатный соус. 2. Хлеб. 3. Чай с сахаром.	1. Овощи тушеные 2. Чай с сахаром 3. Хлеб пшеничный	1. Плетенка сладкая с повидлом 2. Снежок.	1. Сырники творожные со сметаной 2. Какао с молоком	1. Котлета рыбная тушеная капуста 2. Хлеб. 3. Чай с сахаром.	1. Омлет 2. Чай с сахаром 3. Хлеб	1. Рожки с маслом сахаром сыром 2. Кисель.	1. Булочка домашнему 2. Снежок.

Меню  
Возрастная категория 3-7 лет

Утверждаю: приказ №119-од от 28.04.2023

Заведующий  
МКДОУ «Детский сад №4  
«Якорь» г. Калача-на-Дону  
Н.В. Голованова

Меню  
Возрастная категория 4-5 лет



Прием пищи наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Прием пищи наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У				Б	Ж	У	
Неделя первая День 1		Б	Ж	У	1800	Неделя первая День 1		Б	Ж	У	1400
<b>Завтрак 8.20</b> Каша молочная манная со сливочным маслом Чай с сахаром. Печенье	180/5 200/10 20	7,33 2,7 1,5	9,59 0,98 2,36	27 16,7 14,98	225 84 83,4	<b>Завтрак 8.10</b> Каша молочная манная со сливочным маслом Чай с сахаром. Печенье	150/5 180/10 20	5,9 0,13 1,5	8,5 0,01 2,36	21,2 1,81 14,98	186,7 60,15 83,4
<b>Итого за завтрак</b>	<b>400</b>	<b>11,53</b>	<b>12,93</b>	<b>58,68</b>	<b>392,4</b>	<b>Итого за завтрак</b>	<b>350</b>	<b>7,53</b>	<b>10,87</b>	<b>37,99</b>	<b>330,25</b>
<b>2 завтрак 9.40</b> Сок.	<b>100</b>	<b>0,5</b>	—	<b>13,7</b>	<b>56,0</b>	<b>2 завтрак 9.30</b> Сок.	<b>100</b>	<b>0,5</b>	—	<b>13,7</b>	<b>56,0</b>
<b>Обед 11.35</b> Горошек консервированный Борщ с капустой и картофелем на кур/б со сметаной. Гуляш из отварного мяса кур Каша рисовая Кисель. Хлеб пшеничный, пеклеванный.	50 180/10 70 100/5 200 80 50	1,5 8,3 21,4 3,37 12,6 6,48 3,3	0,24 6,7 20,88 4,37 6,9 0,8 0,55	33,72 20 10,88 27,66 10,47 39,04 20,5	29 378 482,02 157,8 41,6 193,6 103	<b>Обед 11.30</b> Горошек консервированный Борщ с капустой и картофелем на кур/б со сметаной. Гуляш из отварного мяса кур Каша рисовая Кисель. Хлеб пшеничный, пеклеванный	30 150/5 50 90 150 50 50	0,9 7,9 17,5 2,03 10 4,5 3,3	0,12 5,7 17,58 3,51 6 1,3 0,55	2,1 18,1 8,5 23,7 6,9 28,5 20,5	15 349 426,91 133,12 27,7 140 103
<b>Итого за обед</b>	<b>730</b>	<b>56,95</b>	<b>40,44</b>	<b>162,27</b>	<b>1385,02</b>	<b>Итого за завтрак</b>	<b>570</b>	<b>46,13</b>	<b>34,76</b>	<b>108,3</b>	<b>1194,73</b>
<b>Полдник 15.15</b> Творожная запеканка со сметаной.	120/18	23,57	17,15	35,41	329,54	<b>Полдник 15.10</b> Творожная запеканка со сметаной.	110/15	20,08	8,73	24,34	260,64
Какао с молоком	180	4,68	5,14	12,59	113	Какао с молоком	150	3,04	3,37	8,87	77
<b>Итого за полдник</b>	<b>300</b>	<b>28,25</b>	<b>22,29</b>	<b>48</b>	<b>442,54</b>	<b>Итого за полдник</b>	<b>260</b>	<b>23,12</b>	<b>12,1</b>	<b>33,21</b>	<b>337,64</b>
<b>Итого за первый день:</b>	<b>1530</b>	<b>97,23</b>	<b>75,66</b>	<b>282,65</b>	<b>2275,96</b>	<b>Итого за первый день:</b>	<b>1280</b>	<b>77,28</b>	<b>57,73</b>	<b>193,2</b>	<b>1918,62</b>
Шеф повар					Гурева						

**Меню**  
**Возрастная категория 3-7 лет**

Утверждаю: приказ №119-од от 28.04.2023  
Заведующий  
МКДОУ «Детский сад №4  
«Якорек» г.Калача-на-Дону  
Ц.В. Голованова  
**Меню**  
**Возрастная категория 1-3 лет**

Прием пищи наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетич еская ценност (ккал)	Прием пищи наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетич еская ценност (ккал)
		Б	Ж	У				Б	Ж	У	
<b>Неделя первая День 2</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>1800</b>	<b>Неделя первая День 2</b>		<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>1400</b>
<b>Завтрак 8.20</b> Суп молочный гречневый со сливочным маслом Батон Сливочное масло Чай с сахаром.	180/5 30 5 200/10	8,38 2,7 0,035 2,7	10,2 0,98 3,9 0,98	28,85 16,7 0,05 16,7	236,51 84 35,4 84	<b>Завтрак 8.10</b> Суп молочный гречневый со сливочным маслом Батон Сливочное масло Чай с сахаром.	150/5 20 4 180/10	6,7 1,5 0,035 0,13	9,0 0,58 3,9 0,01	24,4 10,18 0,05 1,81	205 52,8 35,4 60,15
<b>Итого за завтрак</b>	<b>415</b>	<b>13,8</b>	<b>16</b>	<b>62,3</b>	<b>439,9</b>	<b>Итого за завтрак</b>	<b>354</b>	<b>13,2</b>	<b>13,5</b>	<b>36,4</b>	<b>353,3</b>
<b>2 завтрак 9.40</b> Яблоко	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47</b>	<b>2 завтрак 9.30</b> Яблоко	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47</b>
<b>Обед 11.35</b> Кукуруза консервированная Суп полевой на кур/б Суфле яично-мясное Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный, пеклеванный	50 180 130 200 30 50	1,39 7,55 20,78 0,5 2,7 3,30	0,4 11,52 20,9 0,01 1,1 0,55	5,9 19,08 4,52 24,3 17 20,5	33,7 212 256,87 107 84 103	<b>Обед 11.30</b> Кукуруза консервированная Суп полевой на кур/б Суфле яично-мясное Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный, пеклеванный	30 150 50 150 20 40	1,11 5,57 17,4 0,4 2,43 2,64	0,32 7,11 16,86 0,01 0,3 0,44	4,72 14,95 3,92 20 14,64 16,4	27 147,5 210,59 80 72,6 82,4
<b>Итого за обед</b>	<b>640</b>	<b>36,22</b>	<b>34,48</b>	<b>91,3</b>	<b>796,57</b>	<b>Итого за обед</b>	<b>440</b>	<b>29,55</b>	<b>25,04</b>	<b>74,63</b>	<b>620,09</b>
<b>Полдник 15.15</b> Оладьи из печени Чай с сахаром. Хлеб пшеничный	80 200/10 20	19,41 2,7 2,43	3,41 0,98 0,3	37,71 16,7 14,64	253,49 84 72,6	<b>Полдник 15.10</b> Оладьи из печени Чай с сахаром. Хлеб пшеничный	70 160/10 20	13,75 0,13 2,43	2,61 0,01 0,3	27,3 1,81 14,64	183,3 60,15 72,6
<b>Итого за полдник</b>	<b>300</b>	<b>24,5</b>	<b>4,7</b>	<b>71,4</b>	<b>410,1</b>	<b>Итого за полдник</b>	<b>250</b>	<b>16,3</b>	<b>3</b>	<b>43,8</b>	<b>316</b>
<b>Итого за второй день:</b>	<b>1455</b>	<b>74,92</b>	<b>55,58</b>	<b>234,8</b>	<b>1693,57</b>	<b>Итого за второй день:</b>	<b>1144</b>	<b>59,45</b>	<b>42</b>	<b>164,63</b>	<b>1336,39</b>
<b>Шеф повар</b>						<b>Гуреева</b>					

**Меню**  
**Возрастная категория 3-7 лет**

Утверждено: приказ №119-од от 28.04.2023  
Заведующий  
МБДОУ «Детский сад №4  
«Кореек», г.Калининград  
И.В. Глобичева  
**Меню**  
**Возрастная категория 1-3 лет**

Прием пищи наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Прием пищи наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У				Б	Ж	У	
<b>Неделя первая</b> <b>День 3</b>					<b>1800</b>	<b>Неделя первая</b> <b>День 3</b>					<b>1400</b>
<b>Завтрак 8.20</b> Каша молочная геркулесовая со сливочным маслом Батон Сливочное масло Сыр Чай с сахаром.	180/5 30 5 18 200/10	7,8 2,7 0,035 4,34 2,7	10,61 0,98 3,9 5,31 0,98	25,53 16,7 0,05 0,05 16,7	228,54 84 35,4 65,34 84	<b>Завтрак 8.10</b> Каша молочная геркулесовая со сливочным маслом Батон Сливочное масло Сыр Чай с сахаром.	150/5 20 4 15 180/10	5,8 1,5 0,003 3,62 0,13	9,3 0,58 3,9 4,42 0,01	19,4 10,18 0,05 0,04 1,81	183 52,8 35,4 54,45 60,15
<b>Итого за завтрак</b>	<b>428</b>	<b>17,57</b>	<b>21,78</b>	<b>59,03</b>	<b>497,28</b>	<b>Итого за завтрак</b>	<b>365</b>	<b>11,05</b>	<b>18,21</b>	<b>31,48</b>	<b>385,8</b>
<b>2 завтрак 9.40</b> Банан	100	0,04	0,4	9,8	47,0	<b>2 завтрак 9.30</b> Банан	100	0,04	0,04	9,8	47,0
<b>Обед 11.35</b> Помидоры свежие. Суп картофельный с клецками на кур/б Жаркое по-домашнему. Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный, пеклеванный	50 180 130 200 30 50	0,55 7,25 13,86 0,5 2,7 3,3	0,1 9,88 14,83 0,01 1,1 0,55	1,9 27,07 24,92 24,3 17 20,5	11,5 227,73 289,72 107 84 103	<b>Обед 11.30</b> Помидоры свежие. Суп картофельный с клецками на кур/б. Жаркое по-домашнему. Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный, пеклеванный	30 150 110 150 20 40	0,32 6,11 9,72 0,4 2,43 2,64	0,04 7,23 9,6 0,01 0,3 0,44	1,04 21,2 19,65 20 14,64 16,4	5,6 175,9 204,47 80 72,6 82,4
<b>Итого за обед</b>	<b>640</b>	<b>28</b>	<b>26,4</b>	<b>116</b>	<b>823</b>	<b>Итого за обед</b>	<b>500</b>	<b>22</b>	<b>17,62</b>	<b>93</b>	<b>653,7</b>
<b>Полдник 15.15</b> Тефтеля рыбная Томатный соус Чай с сахаром Хлеб пшеничный.	100/20 200/10 20	11,75 2,7 2,43	4,55 0,98 0,3	34,12 16,7 14,64	222,98 84 72,6	<b>Полдник 15.10</b> Тефтеля рыбная Томатный соус Чай с сахаром Хлеб пшеничный.	80/10 180/10 20	9,72 0,13 2,43	4,38 0,01 0,3	25,63 1,81 14,64	179,81 60,15 72,6
<b>Итого за полдник</b>	<b>320</b>	<b>16,88</b>	<b>5,83</b>	<b>65,46</b>	<b>379,58</b>	<b>Итого за полдник</b>	<b>280</b>	<b>12,28</b>	<b>4,69</b>	<b>42,08</b>	<b>312,56</b>
<b>Итого за третий день:</b>	<b>1488</b>	<b>62,49</b>	<b>54,41</b>	<b>250,29</b>	<b>1746,86</b>	<b>Итого за третий день:</b>	<b>1245</b>	<b>45,37</b>	<b>40,56</b>	<b>176,36</b>	<b>1400</b>
<b>Шеф повар</b>						<b>Гуреева</b>					

Утверждено: приказ №119-од от 28.04.2023

Зарегистрированный  
МКОУ «Детский сад №4  
«Якорек» г. Калачи-на-Дону  
Д.В. Голованова  
Меню  
Детский сад №4  
«Якорек»

**Меню**  
**Возрастная категория 3-7 лет**

**Возрастная категория 1-3**

Прием пищи наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Прием пищи наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У				Б	Ж	У	
Неделя первая День 4					1800	Неделя первая День 4					1400
<b>Завтрак 8.20</b> Каша молочная «Дружба» со сливочным маслом	180/5	7,64	9,94	31,58	244,76	<b>Завтрак 8.10</b> Каша молочная «Дружба» со сливочным маслом	150/5	6,6	5,38	29,02	190,04
Батон	30	2,7	0,98	16,7	84	Батон	20	1,5	0,58	10,18	52,8
Повидло	18	0,07	11,7	0,05	45	Повидло	15	0,06	9,75	0,04	37,5
Чай с сахаром.	200/10	2,7	0,98	16,7	84	Чай с сахаром.	180/10	0,13	0,01	1,81	60,15
<b>Итого завтрак</b>	<b>428</b>	<b>13,11</b>	<b>23,6</b>	<b>65,03</b>	<b>457,76</b>	<b>Итого завтрак</b>	<b>375</b>	<b>8,3</b>	<b>16</b>	<b>42</b>	<b>340,5</b>
<b>2 завтрак 9.40</b> Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	<b>2 завтрак 9.30</b> Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>Обед 11.35</b> Огурцы свежие.	50	0,4	0,05	1,4	7,5	<b>Обед 11.30</b> Огурцы свежие.	30	0,24	0,03	0,84	4,5
Суп овощной с картофелем на к/б	180	5,45	8,99	18,52	179,1	Суп овощной с картофелем на к/б	150	5	6,43	17,98	151,79
Котлета мясная.	70	15,28	12,08	13,57	250,19	Котлета мясная.	55	12,1	9,7	10,17	196,55
Каша гречневая	90	4,42	4,77	21,62	142	Каша гречневая	80	3,78	3,88	18,5	119
Подлива	20	1,13	0,11	11,25	66,3	Подлива	10	0,61	0,05	6,45	42,2
Компот из сухофруктов	200	0,5	0,01	24,3	107	Компот из сухофруктов	150	0,4	0,01	20	80
Хлеб пшеничный, пеклеваемый.	50	4,5	1,3	28,5	140	Хлеб пшеничный, пеклеваемый.	40	3,24	0,4	19,52	96,8
	50	3,30	0,55	20,5	103		40	2,64	0,44	16,40	82,4
<b>Итого обед</b>	<b>710</b>	<b>35</b>	<b>27,8</b>	<b>140</b>	<b>995</b>	<b>Итого обед</b>	<b>555</b>	<b>28</b>	<b>21</b>	<b>110</b>	<b>773</b>
<b>Полдник 15.15</b> Овощи тушеные	100/5	3,09	0,36	22,41	153,86	<b>Полдник 15.10</b> Овощи тушеные	80/5	3,14	4,45	34,92	191,56
Чай с сахаром	200/10	2,7	0,98	16,7	84	Чай с сахаром	180/10	0,13	0,01	1,81	60,15
Хлеб пшеничный	20	2,43	0,3	14,64	72,6	Хлеб пшеничный	20	2,43	0,3	14,64	72,6
<b>Итого за полдник</b>	<b>320</b>	<b>8,22</b>	<b>1,64</b>	<b>53,75</b>	<b>310,46</b>	<b>Итого за полдник</b>	<b>280</b>	<b>5,7</b>	<b>4,76</b>	<b>51,37</b>	<b>324,31</b>
<b>Итого за четвертый день:</b>	<b>1558</b>	<b>56,73</b>	<b>53,44</b>	<b>268,58</b>	<b>1810,22</b>	<b>Итого за четвертый день:</b>	<b>1310</b>	<b>42,4</b>	<b>42,16</b>	<b>213,17</b>	<b>1484,81</b>

Шеф повар

Гуреева

Утверждаю: приказ №119-од от 28.04.2023

Заведующий  
МКДОУ «Детский сад №4  
«Якорек» г. Калган-на-Стану  
Н.В. Толжанова



**Меню**  
**Возрастная категория 3-7 лет**

**Меню**  
**Возрастная категория 1-3**

Прием пищи наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Прием пищи наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У				Б	Ж	У	
Неделя первая День 5		Б	Ж	У	1800	Неделя первая День 5		Б	Ж	У	1400
<b>Завтрак 8.20</b> Суп молочный вермишелевый со сливочным маслом Батон Сливочное масло Чай с сахаром.	180/5 30 5 200/10	6,61 2,7 0,035 0,17	9,53 0,98 3,9 0,01	29,3 16,7 0,05 2,41	228 84 35,4 80,2	<b>Завтрак 8.10</b> Суп молочный вермишелевый со сливочным маслом Батон Сливочное масло Чай с сахаром.	150/5 20 4 180/10	5,8 1,5 0,035 0,13	8,5 0,58 3,9 0,01	22,5 10,18 0,05 1,81	189 52,8 35,4 60,15
<b>Итого за завтрак</b>	<b>415</b>	<b>9,5</b>	<b>14,42</b>	<b>48,46</b>	<b>427,6</b>	<b>Итого за завтрак</b>	<b>354</b>	<b>7,4</b>	<b>13</b>	<b>34,5</b>	<b>337,3</b>
<b>2 завтрак 9.40</b> Напиток шиповника	100	—	21,5	11	110	<b>2 завтрак 9.30</b> Напиток шиповника	100	—	21,5	11	110
<b>Обед 11.35</b> Помидоры свежие Суп гороховый на кур/б Овощное рагу с отварным мясом курицы. Компот из сухофруктов. Хлеб пшеничный, пеклеваный.	50 180 130 200 50 50	0,55 8,42 17,0 0,5 4,5 3,30	0,1 9,08 16,3 0,01 1,3 0,55	1,9 23,78 20,3 4,3 28,5 20,5	11,5 210 566 107 140 103	<b>Обед 11.30</b> Помидоры свежие Суп гороховый на кур/б Овощное рагу с отварным мясом курицы. Компот из сухофруктов. Хлеб пшеничный, пеклеваный.	30 150 110 150 40 40	0,32 7,32 13,67 0,4 3,24 2,64	0,04 6,55 12,5 0,01 0,4 0,44	1,4 20,15 15,18 20 19,52 16,4	5,6 169 518 80 96,8 82,4
<b>Итого за обед</b>	<b>660</b>	<b>34,27</b>	<b>27,34</b>	<b>72,66</b>	<b>1137,5</b>	<b>Итого за обед</b>	<b>520</b>	<b>27,59</b>	<b>19,94</b>	<b>92,65</b>	<b>951,8</b>
<b>Полдник 15.15</b> Плетенка сладкая с повидлом	100	9,73	9,3	52,88	352,5	<b>Полдник 15.10</b> Плетенка сладкая с повидлом	80	7,79	7,81	44,96	298,92
Снежок	200	6	0,1	7,6	60	Снежок	170	4,5	0,076	5,7	45
<b>Итого за полдник</b>	<b>300</b>	<b>15,73</b>	<b>9,4</b>	<b>60,48</b>	<b>412,5</b>	<b>Итого за полдник</b>	<b>250</b>	<b>12,29</b>	<b>7,89</b>	<b>50,66</b>	<b>343,92</b>
<b>Итого за пятый день:</b>	<b>1475</b>	<b>59,5</b>	<b>73</b>	<b>192,6</b>	<b>2087,6</b>	<b>Итого за пятый день:</b>	<b>1224</b>	<b>47,28</b>	<b>62,33</b>	<b>188,81</b>	<b>1743,02</b>
<b>Шеф повар</b>					<b>Гуреева</b>						

Утверждаю: приказ №119-од от 28.04.2023

Заведующий  
МКОУ «Детский сад №4  
«Якорек» г. Калача-на-Дону  
И.В. Голубанова



**Меню**  
**Возрастная категория 3-7 лет**

**Возрастная категория 1-3**

Прием пищи наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Прием пищи наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У				Б	Ж	У	
<b>Неделя вторая День 1</b>					<b>1800</b>	<b>Неделя вторая День 1</b>					<b>1400</b>
<b>Завтрак 8.20</b> Каша молочная пшеничная со сливочным маслом Печенье. Чай с сахаром.	180/5  20 200/10	7,55  1,5 0,17	9,64  2,36 0,01	25,79  14,98 2,41	221,77  83,4 80,2	<b>Завтрак 8.10</b> Каша молочная пшеничная со сливочным маслом Печенье. Чай с сахаром	150/5  20 180/10	5,9  1,5 0,13	8,6  2,36 0,01	21,4  14,98 1,81	185  83,4 60,1
<b>Итого за завтрак</b>	<b>400</b>	<b>9,22</b>	<b>12,01</b>	<b>43,18</b>	<b>385,37</b>	<b>Итого за завтрак</b>	<b>350</b>	<b>7,53</b>	<b>10,97</b>	<b>38,19</b>	<b>328,5</b>
<b>2 завтрак 9.40</b> Сок	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>—</b>	<b>13,7</b>	<b>56</b>	<b>2 завтрак 9.30</b> Сок	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>—</b>	<b>13,7</b>	<b>56</b>
<b>Обед 11.35</b> Горошек консервированный Щи с картофелем и свежей капустой на кур/б. Макароны с отварным мясом кур Кисель. Хлеб пшеничный, пеклеванный.	50 180  130 200 80 50	1,5 6,17  19,55 12,6 6,48 3,30	0,24 6,1  17,23 6,9 0,8 0,55	33,72 18,42  28,63 10,47 39,04 20,5	29 155,5  336,57 41,6 193,6 103	<b>Обед 11.30</b> Горошек консервированный Щи с картофелем и свежей капустой на кур/б. Макароны с отварным мясом кур Кисель. Хлеб пшеничный, пеклеванный .	30 150  110 150 50 50	0,9 5,31  15,65 10 4,5 3,30	0,12 5,94  13,45 6 1,3 0,55	2,1 15,76  25,59 6,9 28,5 20,5	15 139,74  270,31 27,7 140 103
<b>Итого за обед</b>	<b>690</b>	<b>49,6</b>	<b>31,82</b>	<b>150,78</b>	<b>859,27</b>	<b>Итого за обед</b>	<b>540</b>	<b>39,66</b>	<b>27,36</b>	<b>99,35</b>	<b>695,75</b>
<b>Полдник 15.15</b> Сырники творожные со сметаной	120	23,57	17,15	35,41	239,54	<b>Полдник 15.10</b> Сырники творожные со сметаной	100	20,08	8,73	24,34	260,64
Какао с молоком	200	4,68	5,14	12,59	113	Какао с молоком	180	3,04	3,37	8,87	77
<b>Итого за полдник</b>	<b>320</b>	<b>28,25</b>	<b>22,29</b>	<b>48</b>	<b>352,54</b>	<b>Итого за полдник</b>	<b>280</b>	<b>23,12</b>	<b>12,1</b>	<b>33,21</b>	<b>337,64</b>
<b>Итого за первый день:</b>	<b>1510</b>	<b>87,57</b>	<b>66,12</b>	<b>255,66</b>	<b>1653,18</b>	<b>Итого за первый день:</b>	<b>1270</b>	<b>70,81</b>	<b>70,81</b>	<b>184,45</b>	<b>1417,89</b>
<b>Шеф повар</b>					<b>Гуреева</b>						

Утверждено: приказ №119-од от 28.04.2023

Заведующий  
МДОУ «Детский сад №4  
«Якорек» г. Калача-на-Дону  
И.В. Головицова

Меню

**Меню**  
**Возрастная категория 3-7 лет**

**Меню**  
**Возрастная категория 1-3**

Прием пищи наименование блюда	Выход блюду	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Прием пищи наименование блюда	Выход блюду	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У				Б	Ж	У	
<b>Неделя вторая</b>						<b>Неделя вторая</b>					
<b>День 2</b>						<b>День 2</b>					
<b>Завтрак 8.25</b>						<b>Завтрак 8.10</b>					
Суп молочный вермишелевый со сливочным маслом	180/5	6,61	9,53	29,3	228	Суп молочный вермишелевый со сливочным маслом	150/5	5,8	8,5	22,5	189
Батон	30	2,7	0,98	16,7	84	Батон	20	2,7	0,98	16,7	84
Повидло	18	0,07	11,7	0,05	45	Повидло	15	0,06	9,75	0,04	37,5
Чай с сахаром	200/10	2,7	0,98	16,7	84	Чай с сахаром.	180/10	0,13	0,01	1,81	60,15
<b>Итого за завтрак</b>	<b>428</b>	<b>12,08</b>	<b>23,19</b>	<b>62,75</b>	<b>441</b>	<b>Итого за завтрак</b>	<b>365</b>	<b>8,7</b>	<b>19,24</b>	<b>41,05</b>	<b>370,65</b>
<b>2 завтрак 9.45</b>						<b>2 завтрак 9.30</b>					
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>Обед 11.35</b>						<b>Обед 11.30</b>					
Кукуруза консервированная	50	1,39	0,4	5,9	33,7	Кукуруза консервированная	40	1,11	0,32	4,72	27
Рассольник на кур/б со сметаной	180/10	5,72	10,6	20,23	199,56	Рассольник на кур/б со сметаной	150/5	4,6	7,03	15,65	221,33
Тефтеля гречневая из мяса курицы	100	14,02	13,36	19,97	251,8	Тефтеля гречневая из мяса курицы	90	10,5	9,55	16,86	195,3
Сметанный соус, лук	30	1,16	2,47	8,9	79	Сметанный соус, лук	20	5,45	1,45	6,38	80
Компот из сухофруктов.	200	0,5	0,01	24,3	107	Компот из сухофруктов.	150	0,4	0,01	20	84
Хлеб пшеничный, пеклеванный.	30	2,7	1,1	17	84	Хлеб пшеничный, пеклеванный.	20	2,43	0,3	14,64	72,6
Хлеб пшеничный, пеклеванный.	50	3,3	0,55	20,5	103	Хлеб пшеничный, пеклеванный.	40	2,64	0,44	16,4	82,4
<b>Итого за обед</b>	<b>640</b>	<b>28,79</b>	<b>28,49</b>	<b>116,8</b>	<b>858,06</b>	<b>Итого за обед</b>	<b>510</b>	<b>27,13</b>	<b>19,1</b>	<b>94,65</b>	<b>762,63</b>
<b>Полдник 15.15</b>						<b>Полдник 15.10</b>					
Котлета рыбная	50	9,18	1,32	9,17	100,78	Котлета рыбная	40	8,05	1,22	5,76	76,52
Тушеная капуста	50	1,69	3,7	10,73	102,89	Тушеная капуста	40	1,39	2,97	7,16	70,75
Хлеб	20	2,43	0,3	14,64	72,6	Хлеб	20	2,43	0,3	14,64	72,6
Чай с сахаром.	200	2,7	0,98	16,7	84	Чай с сахаром.	150	0,13	0,01	1,81	60,15
<b>Итого за полдник</b>	<b>320</b>	<b>16</b>	<b>8,14</b>	<b>51,24</b>	<b>360,27</b>	<b>Итого за полдник</b>	<b>250</b>	<b>12</b>	<b>4,5</b>	<b>29,37</b>	<b>280,02</b>
<b>Итого за второй день:</b>	<b>1488</b>	<b>57,27</b>	<b>60,22</b>	<b>240,59</b>	<b>1706,33</b>	<b>Итого за второй день:</b>	<b>1225</b>	<b>48,23</b>	<b>43,24</b>	<b>174,87</b>	<b>1460,3</b>
<b>Шеф повар</b>						<b>Гуреева</b>					





Утверждаю:  
Заведующий  
МКДОУ «Детский сад №4  
«Якорек» г. Капша-на-Дону  
Н.В. Колованова  
Приказ №119 от 28.04.2023

Меню Возрастная категория 3-7 лет						Меню Возрастная категория 1-3					
Прием пищи наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Прием пищи наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У				Б	Ж	У	
Неделя вторая День 3					1800	Неделя вторая День 3					1400
<b>Завтрак 8.20</b>						<b>Завтрак 8.10</b>					
Суп молочный рисовый со сливочным маслом	180/5	6,3	9,56	33,04	244,34	Суп молочный рисовый со сливочным маслом	150/5	5,2	9	13	204
Батон	30	2,7	0,98	16,7	84	Батон	20	1,5	0,58	10,18	52,8
Сливочное масло.	5	0,035	3,9	0,05	35,4	Сливочное масло.	4	0,035	3,9	0,05	35,4
Чай с сахаром.	200/10	2,7	0,98	16,7	84	Чай с сахаром.	150/10	0,13	0,01	1,81	60,15
<b>Итого за завтрак415</b>		<b>11,7</b>	<b>15,4</b>	<b>66,4</b>	<b>447,7</b>	<b>Итого за завтрак354</b>		<b>6,8</b>	<b>13,4</b>	<b>25</b>	<b>352,3</b>
<b>2 завтрак 9.40</b>						<b>2 завтрак 9.30</b>					
Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	36,0	Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	36,0
<b>Обед 11.35</b>						<b>Обед 11.30</b>					
Огурцы свежие	50	0,55	0,1	1,9	11,5	Огурцы свежие	30	0,32	0,04	1,4	5,6
Суп харчо на кур/б	180	8,39	9,03	33,73	461,91	Суп харчо на кур/б	150	10,6	4,7	26,03	406,08
Капуста тушеная с отварным мясом кур	130	13,29	16,91	8,74	239,14	Капуста тушеная с отварным мясом кур	110	9,41	11,28	7,01	166,24
Компот из сухофруктов	200	0,5	0,01	24,3	107	Компот из сухофруктов	150	0,4	0,01	20	80
Хлеб пшеничный, пеклеванный.	30	2,7	1,1	17	84	Хлеб пшеничный, пеклеванный.	20	2,43	0,3	14,64	72,6
	50	3,3	0,55	20,5	103		40	2,64	0,44	16,4	82,4
<b>Итого за обед640</b>		<b>28,73</b>	<b>27,7</b>	<b>106,17</b>	<b>1006,55</b>	<b>Итого за обед500</b>		<b>25,8</b>	<b>16,77</b>	<b>85,48</b>	<b>812,92</b>
<b>Полдник 15.15</b>						<b>Полдник 15.10</b>					
Омлет	110	5,7	7,7	2,6	103	Омлет	90	5,2	7,1	1,6	91,8
Чай с сахаром	200/10	4,2	4,8	17,06	125	Чай с сахаром	150/10	2,8	3,2	14,7	96
Хлеб	20	2,43	0,3	14,64	72,6	Хлеб	20	2,43	0,3	14,64	72,6
<b>Итого за полдник330</b>		<b>12,33</b>	<b>12,8</b>	<b>34,3</b>	<b>300,6</b>	<b>Итого за полдник260</b>		<b>10,43</b>	<b>10,6</b>	<b>30,94</b>	<b>260,4</b>
<b>Итого за третий день:</b>		<b>1485</b>	<b>53,66</b>	<b>56,1</b>	<b>1790,85</b>	<b>Итого за третий день:</b>		<b>1214</b>	<b>43,93</b>	<b>40,97</b>	<b>149,52</b>
<b>Шеф повар</b>		<b>Гуреева</b>									

*Гуреева*



Меню Возрастная категория 3-7 лет						Меню Возрастная категория 1-3					
Прием пищи наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Прием пищи наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У				Б	Ж	У	
Неделя вторая День 4					1800	Неделя вторая День 4					1400
<b>Завтрак 8.25</b>						<b>Завтрак 8.10</b>					
Каша молочная сборная со сливочным маслом	180/5	7,52	10,09	26,15	225,86	Каша молочная сборная со сливочным маслом	150/5	5,8	9,0	20,4	185
Батон	30	2,7	0,98	16,7	84	Батон	20	2,7	0,98	16,7	84
Сливочное масло	5	0,35	3,9	0,05	35,4	Сливочное масло	4	0,35	3,9	0,05	35,4
Чай с сахаром.	200/10	2,7	0,98	16,7	84	Чай с сахаром.	180/10	0,13	0,01	1,81	60,15
<b>Итого:</b>	<b>415</b>	<b>13,27</b>	<b>15,95</b>	<b>59,6</b>	<b>429,26</b>	<b>Итого:364</b>		<b>8,98</b>	<b>13,89</b>	<b>38,96</b>	<b>364,55</b>
<b>2 завтрак 9.45</b>						<b>2 завтрак 9.45</b>					
Напиток шиповника	100	—	21,5	11	110	Напиток шиповника	100	—	21,5	11	110
<b>Обед 11.35</b>						<b>Обед 11.30</b>					
Помидоры свежие.	50	0,55	0,1	1,9	11,5	Помидоры свежие.	30	0,32	0,04	1,4	5,6
Суп вермишелевый на к/б	180	3,41	9,25	18,85	172,48	Суп вермишелевый на к/б	150	2,82	7,43	15,39	139,79
Биточек мясной	70	15,28	12,08	13,57	250,19	Биточек мясной	55	12,1	9,7	10,17	196,55
Картофельное пюре.	130	4,05	5,2	25,13	163,34	Картофельное пюре.	110	2,8	4,03	19,62	115,04
Компот из сухофруктов	200	0,5	0,01	24,3	107	Компот из сухофруктов	150	0,4	0,01	20	80
Хлеб пшеничный, пеклеванный.	30	2,7	1,1	17	84	Хлеб пшеничный, пеклеванный.	30	2,7	1,1	17	84
	50	3,68	0,83	11,22	104		50	3,68	0,83	11,22	104
<b>Итого:710</b>		<b>30,17</b>	<b>28,57</b>	<b>111,97</b>	<b>892,51</b>	<b>Итого:</b>	<b>575</b>	<b>24,82</b>	<b>23,14</b>	<b>94,8</b>	<b>724,98</b>
<b>Полдник 15.15</b>						<b>Полдник 15.10</b>					
Рожки с маслом сахаром сыром	100	5,89	7,31	39,4	247	Рожки с маслом сахаром сыром	90	4,24	5,85	34,92	209
Кисель.	200	12,6	6,9	10,47	41,6	Кисель	150	10	6	6,9	27,7
<b>Итого за полдник300</b>		<b>18,49</b>	<b>14,21</b>	<b>49,87</b>	<b>288,6</b>	<b>Итого за полдник</b>	<b>250</b>	<b>14,24</b>	<b>11,85</b>	<b>41,82</b>	<b>236,7</b>
<b>Итого за четвертый день:</b>	<b>1525</b>	<b>61,93</b>	<b>80,23</b>	<b>232,44</b>	<b>1720,37</b>	<b>Итого за четвертый день:</b>	<b>1289</b>	<b>48,04</b>	<b>70,38</b>	<b>186,58</b>	<b>1436,23</b>
<b>Шеф повар</b>	<b>Гуреева</b>										



Меню Возрастная категория 3-7 лет						Меню Возрастная категория 1-3					
Прием пищи наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Прием пищи наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У				Б	Ж	У	
<b>Неделя вторая День 5</b>						<b>Неделя вторая День 5</b>					
<b>Завтрак 8.25</b>						<b>Завтрак 8.10</b>					
Каша молочная пшеничная со сливочным маслом	180/5	6,1	6,1	23,39	172,73	Каша молочная пшеничная со сливочным маслом	150/5	5,1	5,1	19,49	143,94
Батон	30	2,7	0,98	16,7	84	Батон	20	2,7	0,98	16,7	84
Сливочное масло	5	0,035	3,9	0,05	35,4	Сливочное масло	4	0,035	3,9	0,05	35,4
Чай с сахаром.	200/10	2,7	0,98	16,7	84	Чай с сахаром	180/10	0,13	0,01	1,81	60,15
<b>Итого:</b>	<b>415</b>	<b>11,53</b>	<b>12</b>	<b>56,84</b>	<b>376,13</b>	<b>Итого:</b>	<b>354</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>38</b>	<b>323,5</b>
<b>2 завтрак 9.45</b>						<b>2 завтрак 9.45</b>					
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>Обед 11.40</b>						<b>Обед 11.30</b>					
Огурцы свежие	50	0,4	0,05	1,4	7,5	Огурцы свежие	30	0,24	0,03	0,84	4,5
Суп весенний на кур/б	180	7,55	11,52	19,08	212	Суп весенний на кур/б	150	5,57	7,11	14,95	147,5
Запеканка рисовая с печенью подлива	130	19,55	17,23	28,63	336,57	Запеканка рисовая с печенью подлива	110	15,65	13,45	25,59	270,31
Компот из сухофруктов	200	0,5	0,01	24,3	107	Компот из сухофруктов	150	0,4	0,01	20	80
Хлеб пшеничный, пеклеванный.	50	4,5	1,3	28,5	140	Хлеб пшеничный, пеклеванный.	40	3,24	0,4	19,52	96,8
	50	3,3	0,55	20,5	103		40	2,64	0,44	16,4	82,4
<b>Итого:</b>	<b>660</b>	<b>35,8</b>	<b>30,66</b>	<b>122,41</b>	<b>692,07</b>	<b>Итого:</b>	<b>520</b>	<b>27,74</b>	<b>21,44</b>	<b>97,3</b>	<b>681,51</b>
<b>Полдник 15.20</b>						<b>Полдник 15.10</b>					
Булочка домашняя	100	7,94	9,83	41,05	288,76	Булочка домашняя	80	5,92	8,87	37,75	252,41
Снежок.	200	6	0,1	7,6	60	Снежок.	180	4,5	0,075	5,7	45
<b>Итого:</b>	<b>300</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>48,65</b>	<b>348,76</b>	<b>Итого:</b>	<b>260</b>	<b>14,4</b>	<b>6,3</b>	<b>31</b>	<b>247</b>
<b>Итого за пятый день:</b>	<b>1475</b>	<b>61,73</b>	<b>53,06</b>	<b>237,7</b>	<b>1464</b>	<b>Итого за пятый день:</b>	<b>1234</b>	<b>50,54</b>	<b>38,14</b>	<b>176,1</b>	<b>1300</b>
<b>Шеф повар</b>		<b>Гуреева</b>									

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 232073181972512699898233767037314662005693763341

Владелец Голованова Наталья Васильевна

Действителен с 12.02.2023 по 12.02.2024