

МЕНЮ

НА МАРТ



Утверждаю
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 1 «Тополёк»
ст. Незлобная»

Уголькова Дарья
Викторовна

Подписано цифровой подписью:
Уголькова Дарья Викторовна
Дата: 2025.03.03 07:07:16 +03'00'

МЕНЮ
на 03 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63
		40	5,1	4,6	0,3	63
	Икра морковная	50	1,17	2,3	6,17	50,05
		30	0,7	1,38	3,7	30,03
	Изделие хлебобулочное "Ладушка" витаминизированное и йодированное	100	2,75	0,55	26,8	139
		100	2,75	0,55	26,8	139
	Масло сливочное «Крестьянское» (порциями)	7	0,06	5,08	0,1	46,2
		5	0,04	3,63	0,07	33
	Чай с сахаром	200	4,2	3,63	7,28	118,67
		180	3,67	3,19	15,82	107
II ЗАВТРАК	Плоды свежие (Яблоки)	85	0,4	0,4	9,8	44
		85	0,4	0,4	9,8	44
ОБЕД	Овощи соленые(огурцы)	50	0,4	0,05	0,85	6,5
		30	0,24	0,03	0,51	3,9
	Суп картофельный с клецками	200	1,67	2,69	9,71	69,8
		150	1,26	2,02	7,28	52,35
	Жаркое из филе цыпленка бройлера (2 вариант)	150	7,13	4,62	13,74	125,8
		150	7,13	4,62	13,74	125,8
	Компот из свежих плодов яблоки	180	0,43	0,25	12,66	54,61
		150	0,36	0,21	10,55	45,51
	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25
		20	1,52	0,16	9,84	47
	Хлеб ржаной	37	2,44	0,44	15,91	74,74
		30	1,98	0,36	12,9	60,6
ПОЛДНИК	Каша жидкая молочная из рисовой крупы	150/3,75	1,64	3,82	16,9	109
		130/3,25	1,42	3,31	14,65	94,47
	Кофейный напиток с молоком 1 вариант	180	2,81	2,39	12,75	83,9
		150	2,34	2	10,63	70
Итого за день	сад	1179	32,86	31,1	150,19	1067,52
	ясли	1005	28,62	25,75	135,32	2097,77

Утверждаю
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 1 «Тополёк»
ст. Незлобная»

Д.В. Уголькова
Уголькова Дарья
Викторовна

Подписано цифровой
подписью: Уголькова Дарья
Викторовна
Дата: 2025.03.04 07:10:42 +03'00'

МЕНЮ
на 04 марта 2025 год

Прием пищи	Наименовани е блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Запеканка из творога	120/30	21,05	14,46	20,58	296,48
		100,2	17,54	12,05	17,15	247
	соус сладкий	30	0,58	1,36	3,98	30,45
		30	0,58	1,36	3,98	30,45
	чай с лимоном	200/11/9	0,13	0,022	11,3	45,5
		150/7/4	0,07	0,01	7,1	29
II ЗАВТРАК	Плоды свежие (Яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	44
		100	0,4	0,4	9,8	44
ОБЕД	Овощи соленые(огурцы)	50	0,4	0,05	0,85	6,5
		30	0,24	0,03	0,51	3,9
	Суп картофельный с крупой	200	1,58	2,18	11,66	72,6
		150	1,18	1,64	8,75	54,45
	Тефтели 2 вариант)	70	11,48	18,9	17,09	284,2
		50	8,2	13,5	12,2	203
	Соус сметанный с томатом	30	0,53	1,5	2,11	24,03
		30	0,53	1,5	2,11	24,03
	Макаронные изделия отварные с маслом	135	4,76	3,65	22,85	143,4
		115	4,03	3,09	19,33	121,3
	кисель из повидла	180	0,08	0	20,03	80,46
		150	0,066	0	16,7	67,05
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94
		30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Хлеб ржаной	37	2,44	0,44	15,91	74,74
		30	1,98	0,36	12,9	60,6
ПОЛДНИК	Каша жидкая молочная пшеничная	150/3,75	3	3,96	17,13	116,13
		130/3,25	3,46	4,57	19,76	134
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
		15	1,14	0,12	7,38	35,25
	сыр	15	3,55	4,55	0	55
		10	2,4	3,03	0	36,6
	Кофейный напиток с молоком 1	180	2,81	2,39	12,75	83,9
		150	2,34	2	10,63	70
Итого за день	сад	987	57,35	54,342	195,56	1498,39
	ясли	890,2	46,436	43,9	163,06	1231,13

Утверждаю
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 1 «Тополёк»
ст. Незлобная»
Д. В. Уголькова

Подписано цифровой
подписью: Уголькова
Дарья Викторовна
Дата: 2025.03.05
07:34:41 +03'00'

МЕНЮ
на 06 марта 2025 год

Дарья
Викторовна

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углевод ы	Ккал
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из кукурузной крупы	180	1,96	4,58	20,27	130,7
		150	1,64	3,82	16,9	109
	хлеб пшеничный	20	1,66	5,1	9,87	91,8
		15	2,13	3,78	5,31	68
	Масло сливочное «Крестьянское» (порциями) 72,5%	7	0,06	5,08	0,1	46,2
		5	0,04	3,63	0,07	33
	чай с молоком 2,5%	200	2,97	2,6	15,92	98,8
		180	2,67	2,34	14,33	89
II ЗАВТРАК	Плоды свежие (Яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	44
		100	0,4	0,4	9,8	44
ОБЕД	Суп-лапша домашняя	200	1,77	4,05	9,54	81,8
		150	1,32	3,04	7,15	61,35
	Котлета рубленая из бройлер цыплят	70	10,73	9,67	10,88	173,83
		50	7,66	6,91	7,77	124,16
	Каша рассыпчатая ячневая	130	2,68	4,21	12,26	97,63
		110	2,27	3,56	10,37	82,61
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	0	24,66	100,66
		150	0,42	0	20,5	83,88
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94
		30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Хлеб ржаной	37	2,44	0,44	15,91	74,74
		30	1,98	0,36	12,9	60,6
ПОЛДНИК	Булочка домашняя	60	4,5	7,92	36,54	235,2
		60	4,5	7,92	36,54	235,2
	Чай с сахаром	200/11	0,07	0,02	11,1	44,4
		150/7	0,06	0,02	9,99	40
Итого за день	сад	1124	32,78	44,39	196,53	1313,76
	ясли	930	27,37	36,02	166,39	1101,3

Утверждаю
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 1 «Тополёк»
ст. Незлобная»

Д.В. Уголькова
Подписано цифровой подписью: Уголькова Дарья Викторовна
Дата: 2025.03.05 14:47:57
+03'00'

Меню
на 6.03.2025

Уголькова Дарья
Викторовна

Прием пищи	Наименование блюда	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углевод ы	Ккал
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	180	5,17	4,69	16,95	130,7
		150	4,31	3,91	14,13	108,9
	Хлеб пшеничный,масло сливочное крестьянское(порциями) 72,5% жирности	20/7	1,66	5,10	9,87	91,8
		15/5	2,13	3,78	7,31	68
	Кофейный напиток с молоком (1вариант)	200	3,12	2,66	14,17	93,3
		180	2,81	2,39	12,75	83,9
II ЗАВТРАК	Плоды свежие(яблоки)	1/100	0,40	0,40	9,80	44
		1/100	0,40	0,40	9,80	44
	Свекольник	200	1,74	3,53	9,67	92,62
		150	1,31	2,65	7,25	69,46
	Котлеты или биточки рыбные	70	8,87	2,85	6,22	86,33
		50	6,34	2,04	4,44	61,66
	Соус сметанный	30	1,32	1,50	1,76	22,23
		30	1,32	1,50	1,76	22,23
	Каша рассыпчатая пшеничная	130	7,46	5,28	33,49	211,25
		110	6,31	4,47	28,34	178,75
	Кисель из повидла,джема,варенья.	200	0,66	0,00	20,03	80,46
		150	0,08	0,00	16,70	67,05
	Хлеб пшеничный	25	0,76	0,08	4,92	23,5
		20	0,76	0,08	4,92	23,5
	Хлеб ржаной	37	2,47	0,45	12,52	65,25
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
Полдник	Омлет натуральный с зеленым горошком	80/5	7,52	13,46	1,51	157
		60/5	5,73	11,04	1,10	127
	Ряженка 2,5%	180	5,00	3,93	7,35	85,06
		150	4,20	3,28	6,13	70,89
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
		10	0,76	0,08	4,92	23,5
Итого за день	сад					
	ясли					

Утверждаю
 Заведующий МДОУ
 «Детский сад № 1 «Тополёк»
 ст. Незлобная»
 Д.В. Уголькова
 подписью: Уголькова Дарья
 Викторовна
 Дата: 2025.03.06 15:42:20
 +03'00'

Меню
 на 07.03.2025

Уголькова Дарья
 Викторовна

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергет ическая
				Б	Ж	У	
10 день							
Завтрак	Каша жидкая молочная из манной крупы	С	180	2,88	4,58	19,32	129,60
		Я	150	2,40	3,82	16,10	108,00
	Бутерброд с повидлом	С	15/5/20	1,58	2,51	17,54	99,27
		Я	10/5/15	1,13	1,79	12,53	70,91
	Чай с молоком 2,5%	С	200	2,97	2,60	15,92	98,80
		Я	180	2,67	2,34	14,33	89,00
2-завтрак:	плоды свежие(яблоки)	С	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00
Обед	Борщ с фасолью и картофелем	С	200	2,88	4,08	16,26	113,20
		Я	150	2,16	3,06	12,20	84,90
	Гампушки с чесноком	С	20	1,20	0,80	8,40	43,10
		Я	20	1,20	0,80	8,40	43,10
	Сельдь слабосоленная/ Картофельное	С	190	9,41	4,66	10,54	121,34
		Я	170	6,72	3,33	7,53	86,67
	Компот из свежих плодов(яблоки)	С	180	0,43	0,25	12,66	54,61
		Я	150	0,36	0,21	10,55	45,51
	Хлеб пшеничный	С	15	1,52	0,16	9,84	47,00
		Я	10	1,14	0,12	7,38	35,25
	Хлеб ржаной	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Полдник	Пирожок печеный с картофелем и луком	С	60	3,63	4,24	21,90	140,12
		Я	60	3,63	4,24	21,90	140,12
	Чай с лимоном	С	200/11/8	0,13	0,02	11,30	45,50
		Я	150/7/4	0,07	0,01	7,10	29,00
Итого за день	сад	С	1082	29,50	24,75	166,00	1001,79
	ясли	Я	920	23,86	20,48	137,84	828,66

Утверждаю
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 1 «Тополёк»
ст. Незлобная»

Д.В. Уголькова
Уголькова Дарья
Викторовна
МЕНЮ
на 10 марта 2025 года

Подписано цифровой
подписью: Уголькова Дарья
Викторовна
Дата: 2025.03.07 15:41:22 +03'00'

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	Сад/ Если						
Завтрак:	Яйцо вареное	С	40/1	5,10	4,60	0,30	63,00
		Я	40/1	5,10	4,60	0,30	63,00
	Макаронные изделия, отварные с овощами	С	130	4,79	5,78	23,34	171,90
		Я	110	4,05	4,89	19,76	145,40
	Булочка «Ладушка» витаминн	С	25/7	1,66	5,10	9,87	91,80
		Я	25/5	1,23	3,78	7,31	68,00
	Чай с сахаром	С	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40
		Я	180/10	0,06	0,02	9,99	40,00
2-завтрак	Плоды свежие (яблоки)	С	100/1	0,40	0,40	9,80	44,00
		Я	100/1	0,40	0,40	9,80	44,00
Обед	Рассольник Ленинградский(кру па перловая)	С	200	1,63	4,20	9,09	85,27
		Я	150	1,22	3,15	6,82	63,95
	Капуста тушеная	С	130	2,68	4,21	12,26	97,63
		Я	110	2,27	3,56	10,37	82,61
	Котлета домашняя	С	70	8,75	17,15	13,30	173,70
		Я	50	6,25	12,25	9,50	143,20
	Компот из свежих плодов(Яблоки)	С	180	0,43	0,25	12,66	54,61
		Я	150	0,36	0,21	10,55	45,51
Полдник	Хлеб пшеничный/Хлеб ржаной	С	35/37	2,47	0,45	12,52	65,25
		Я	20/30	1,98	0,36	10,02	52,20
	Каша жидкая молочная ячневая	С	180	4,15	5,48	23,71	160,80
		Я	150	3,46	4,57	19,76	134,00
	Какао с молоком (1 вариант)Хлеб пшеничный,сыр порциями	С	180/15/1 6	3,67	3,19	15,82	107,00
		Я	150/10/1 0,6	3,15	2,72	12,96	89,00
	Всего за день: сад	С	890,00	35,80	50,83	153,77	1159,36
	Всего за день: ясли	Я	720,00	29,53	40,51	127,14	970,87

Утверждаю
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 1 «Тополёк»
ст. Незлобная»

МЕНЮ
на 11 марта 2025 год

Д.В. Уголькова
Уголькова Дарья
Викторовна
Подписано цифровой
подписью: Уголькова Дарья
Викторовна
Дата: 2025.03.10 16:01:08
+03'00'

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Завтрак	Сырники из творога м. ж.5%	С	120	21,21	16,93	21,08	324,70
		Я	100	16,88	13,48	16,92	258,82
	Соус молочный сладкий/сгущенное молоко	С	30/20	0,58	1,36	3,98	30,45
		Я	30/20	0,58	1,36	3,98	30,45
	Чай с лимоном	С	200/11/8	0,41	0,09	30,59	124,74
		Я	150/10/6	0,33	0,07	25,49	103,95
2-завтрак	Плоды свежие(яблоки)	С	100/1	0,40	0,40	9,80	44,00
		Я	100/1	0,40	0,40	9,80	44,00
Обед	Овощи натуральные соленые (огурцы)	С	50	0,72	1,91	1,97	24,31
		Я	30	0,43	1,14	1,18	14,58
	Суп картофельный с макаронными изделиями	С	200	2,15	2,27	13,71	83,80
		Я	150	1,61	1,70	10,28	62,85
	Запеканка картофельная с мясом говядины	С	155	17,46	17,63	14,15	285,00
		Я	135	15,13	15,28	12,26	247,00
	Компот из смеси сухофруктов	С	180	0,50	0,00	24,66	100,66
		Я	150	0,42	0,00	20,50	83,88
	Хлеб пшеничный	С	40	3,04	0,32	19,68	94,00
		Я	30	2,28	0,24	14,76	70,50
	Хлеб ржаной	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Полдник	Рагу из овощей с зеленым горошком	С	130	1,97	9,19	12,08	139,20
		Я	110	1,67	7,78	10,22	117,80
	Хлеб пшеничный	с	20	3,68	5,35	11,33	108,11
		я	15,00	2,63	3,82	8,09	77,20
	Кофейный напиток с молоком (1вар.)	С	180	2,81	2,39	12,75	83,90
		Я	150	2,34	2,00	10,63	70,00
Всего за день: сад		С	992	36,19	41,36	167,22	1183,42
Всего за день: ясли		Я	800	29,80	34,15	137,21	974,41

Утверждаю
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 1 «Тополёк»
ст. Незлобная»

МЕНЮ
на 12 марта 2025 год

Д.В. Уголькова
Уголькова Дарья
Викторовна
подписью: Уголькова Дарья
Викторовна
Дата: 2025.03.11 15:01:41 +03'00'

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак	Суп молочный с овсяными хлопьями	С	180,00	5,10	8,62	37,50	248,30
		Я	150,00	3,40	5,75	25,00	165,50
	Хлеб пшеничный,масло сливочное крестьянское(порция ми) 72,5% жирности	С	20/7	1,58	2,51	17,54	99,27
		Я	15/5	1,13	1,79	12,53	70,91
	Чай с молоком 2,5%	С	200,00	2,97	2,60	15,92	98,80
		Я	180,00	2,67	2,34	14,33	89,00
	2-завтрак:	Плоды свежие(яблоки)	С	100/1	0,40	0,40	9,80
Я			100/1	0,40	0,40	9,80	44,00
Обед	Овощи натуральные соленые (огурцы)	С	50,00	0,60	2,35	3,85	39,00
		Я	30,00	0,70	1,38	3,70	30,03
	Суп картофельный с крупой гречневой	С	200,00	0,40	17,63	14,15	285,00
		Я	150,00	1,22	9,09	85,27	0,09
	Плов из филе птицы	С	150,00	14,17	6,82	63,95	0,07
		Я	150,00	14,17	11,96	25,08	264,40
	Кисель из повидла,джема,варен ья.	С	200	0,66	0,00	20,03	80,46
		Я	150	0,08	0,00	16,70	67,05
	Хлеб пшеничный	С	40	3,04	0,32	19,68	94,00
		Я	30	2,28	0,24	14,76	70,50
	Хлеб ржаной	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Полдник	Пирожок печеный с капустой	С	60	7,61	3,22	18,72	134,40
		Я	60	7,61	3,22	18,72	134,40
	Кефир 2,5%	С	180	5,00	3,93	7,35	85,06
		Я	150	4,20	3,28	6,13	70,89
Всего за день: сад		С	1297	44,00	48,85	241,01	1273,61
Всего за день: ясли		Я	1080	39,84	39,81	242,04	1058,97

Утверждаю
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 1 «Тополёк»
ст. Незлобная»

Уголькова Дарья Викторовна
Подписано цифровой
Подписью: Уголькова Дарья
Викторовна
Дата: 2025.03.12 15:11:24
+03'00'

МЕНЮ
на 13 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Завтрак	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы	С	180	6,68	6,53	32,75	219,36
		Я	150	5,57	5,44	27,29	182,80
	Хлеб пшеничный,масл о сливочное крестьянское(пор циями) 72,5%	С	20/7	1,66	5,10	9,87	91,80
		Я	15/5	2,13	3,78	7,31	68,00
	Какао с молоком (1 вариант)	С	200	4,20	3,63	7,28	118,67
		Я	180	3,67	3,19	15,82	107,00
2-завтрак:	Плоды свежие(яблоки)	С	100/1	0,40	0,40	9,80	44,00
		Я	100/1	0,40	0,40	9,80	44,00
	Суп картофельный с бобовыми (круп а горох колотый)	С	200	4,39	4,21	13,08	107,80
		Я	150	3,29	3,16	9,79	80,85
	Гренки из пшеничного хлеба	С	30	3,74	0,48	22,82	110,46
		Я	20	2,49	0,32	15,21	73,64
	Гёфтели рыбные с соусом сметанным	С	100	6,62	2,94	8,54	87,41
		Я	80	4,95	2,53	6,70	69,30
	Каша рассыпчатая гречневая	с	130	7,68	5,19	34,49	214,94
		я	110	6,50	4,39	29,19	181,87
	Компот из свежих плодов(яблоки)	С	180	0,43	0,25	12,66	54,61
		Я	150	0,36	0,21	10,55	45,51
	Хлеб пшеничный	С	40	1,14	0,12	7,38	35,25
		Я	30	0,76	0,08	4,92	23,50
	Хлеб ржаной	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Полдник	Омлет натуральный	С	80/5	7,52	13,46	1,51	157,00
		Я	60/3	5,73	11,04	1,10	127,00
	Чай с сахаром	С	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40
		Я	150/7	0,06	0,02	9,99	40,00
Всего за день: сад		С	917	40,32	36,25	151,05	1131,59
Всего за день: ясли		Я	750	32,32	29,48	130,40	912,87

Утверждаю
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 1 «Тополёк»
ст. Незлобная»

Уголькова Дарья Викторовна
Подписано цифровой подписью: Уголькова Дарья Викторовна
Дата: 2025.03.13 14:31:03 +03'00'

МЕНЮ
на 14 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Завтрак	Суп молочный с крупой рисовой	С	180	4,33	4,57	15,14	119,16
		Я	150	3,61	3,81	12,62	99,30
	Хлеб пшеничный,масло сливочное крестьянское(порци ями) 72,5% жирности	С	20/7	1,66	5,10	9,87	91,80
		Я	15/5	2,13	3,78	7,31	68,00
	Чай с сахаром	С	200/11	0,41	0,09	30,59	124,74
		Я	180/10	0,33	0,07	25,49	103,95
	2- завтрак:	Плоды свежие(яблоки)	С	100/1	0,40	0,40	9,80
Я			100/1	0,40	0,40	9,80	44,00
	Борщ с капустой и картофелем	С	200	1,45	3,93	10,20	85,00
		Я	150	1,09	2,95	7,65	61,50
	Пампушки с чесноком штучно	С	20	1,20	0,80	8,40	43,10
		Я	20	1,20	0,80	8,40	43,10
	Зразы рыбные рубленные	С	70	9,41	4,66	10,54	121,34
		Я	50	6,72	3,33	7,53	86,67
	Пюре картофельное или картофель отварной	С	130	2,65	4,16	17,71	118,95
		Я	110	2,25	3,52	14,98	100,65
	Компот из смеси сухофруктов	С	180	0,43	0,25	12,66	54,61
		Я	150	0,36	0,21	10,55	45,51
	Хлеб пшеничный	С	40	1,52	0,16	9,84	47,00
		Я	30	0,76	0,08	4,92	23,50
	Хлеб ржаной	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Полдни к	Ватрушка с повидлом	С	60	7,61	3,22	18,72	134,40
		Я	60	7,61	3,22	18,72	134,40
	Чай с лимоном	С	200/11/8	0,41	0,09	30,59	124,74
		Я	150/10/6	0,33	0,07	25,49	103,95
Всего за день: сад		С	737	29,62	23,31	181,44	1054,93
Всего за день: ясли		Я	600	25,16	18,79	150,86	867,43

Утверждаю
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 1 «Тополёк»
ст. Незлобная»

Уголькова Дарья Викторовна
подпись: Уголькова Дарья Викторовна
Дата: 2025.03.17 07:45:10 +03'00'

МЕНЮ
на 17 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63
		40	5,1	4,6	0,3	63
	Икра морковная	50	1,17	2,3	6,17	50,05
		30	0,7	1,38	3,7	30,03
	Изделие хлебобулочное "Ладушка" витаминизированное и йодированное	100	2,75	0,55	26,8	139
		100	2,75	0,55	26,8	139
	Масло сливочное «Крестьянское» (порциями)	7	0,06	5,08	0,1	46,2
		5	0,04	3,63	0,07	33
	Чай с сахаром	200	4,2	3,63	7,28	118,67
		180	3,67	3,19	15,82	107
II ЗАВТРАК	Плоды свежие (Яблоки)	85	0,4	0,4	9,8	44
		85	0,4	0,4	9,8	44
ОБЕД	Овощи соленные(огурцы)	50	0,4	0,05	0,85	6,5
		30	0,24	0,03	0,51	3,9
	Суп картофельный с клецками	200	1,67	2,69	9,71	69,8
		150	1,26	2,02	7,28	52,35
	Жаркое из филе цыпленка бройлера (2 вариант)	150	7,13	4,62	13,74	125,8
		150	7,13	4,62	13,74	125,8
	Компот из свежих плодов яблоки	180	0,43	0,25	12,66	54,61
		150	0,36	0,21	10,55	45,51
	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25
		20	1,52	0,16	9,84	47
	Хлеб ржаной	37	2,44	0,44	15,91	74,74
		30	1,98	0,36	12,9	60,6
ПОЛДНИК	Каша жидкая молочная из рисовой крупы	150/3,75	1,64	3,82	16,9	109
		130/3,25	1,42	3,31	14,65	94,47
	Кофейный напиток с молоком 1 вариант	180	2,81	2,39	12,75	83,9
		150	2,34	2	10,63	70
Итого за день	сад	1179	32,86	31,1	150,19	1067,52

	ясли	1005	28,62	25,75	135,32	2097,77
--	------	------	-------	-------	--------	---------

Утверждаю
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 1 «Тополёк»

ст. Незлобная»
Уголькова Д.В. Уголькова

Подписано цифровой
Дарья Викторовна
Дата: 2025.03.17 15:28:01
+03'00'

МЕНЮ
на 18 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Запеканка из творога	120/30	21,05	14,46	20,58	296,48
		100,2	17,54	12,05	17,15	247
	соус сладкий	30	0,58	1,36	3,98	30,45
		30	0,58	1,36	3,98	30,45
	чай с лимоном	200/11/9	0,13	0,022	11,3	45,5
		150/7/4	0,07	0,01	7,1	29
II ЗАВТРАК	Плоды свежие (Яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	44
		100	0,4	0,4	9,8	44
ОБЕД	Овощи соленные(огурцы)	50	0,4	0,05	0,85	6,5
		30	0,24	0,03	0,51	3,9
	Суп картофельный с крупой	200	1,58	2,18	11,66	72,6
		150	1,18	1,64	8,75	54,45
	Тефтели 2 вариант)	70	11,48	18,9	17,09	284,2
		50	8,2	13,5	12,2	203
	Соус сметанный с томатом	30	0,53	1,5	2,11	24,03
		30	0,53	1,5	2,11	24,03
	Макаронные изделия отварные с маслом	135	4,76	3,65	22,85	143,4
		115	4,03	3,09	19,33	121,3
	кисель из повидла	180	0,08	0	20,03	80,46
		150	0,066	0	16,7	67,05
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94
		30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Хлеб ржаной	37	2,44	0,44	15,91	74,74
		30	1,98	0,36	12,9	60,6
ПОЛДНИК	Каша жидкая молочная пшеничная	150/3,75	3	3,96	17,13	116,13
		130/3,25	3,46	4,57	19,76	134
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47
		15	1,14	0,12	7,38	35,25
	сыр	15	3,55	4,55	0	55
		10	2,4	3,03	0	36,6
	Кофейный напиток с молоком 1 вариант	180	2,81	2,39	12,75	83,9
		150	2,34	2	10,63	70
Итого за день	сад	987	57,35	54,342	195,56	1498,39
	ясли	890,2	46,436	43,9	163,06	1231,13

Утверждаю
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 1 «Тополёк»
ст. Незлобная»

Уголкина Дарья Викторовна
Подписано цифровой подписью: Уголкина Дарья Викторовна
Дата: 2025.03.18 14:28:31 +03'00'

МЕНЮ Дарья Викторовна
на 19 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из кукурузной крупы	180	1,96	4,58	20,27	130,7
		150	1,64	3,82	16,9	109
	хлеб пшеничный	20	1,66	5,1	9,87	91,8
		15	2,13	3,78	5,31	68
	Масло сливочное «Крестьянское» (порциями) 72,5%	7	0,06	5,08	0,1	46,2
		5	0,04	3,63	0,07	33
	чай с молоком 2,5%	200	2,97	2,6	15,92	98,8
		180	2,67	2,34	14,33	89
II ЗАВТРАК	Плоды свежие (Яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	44
		100	0,4	0,4	9,8	44
ОБЕД	Суп-лапша домашняя	200	1,77	4,05	9,54	81,8
		150	1,32	3,04	7,15	61,35
	Котлета рубленая из бройлер цыплят	70	10,73	9,67	10,88	173,83
		50	7,66	6,91	7,77	124,16
	Каша рассыпчатая ячневая	130	2,68	4,21	12,26	97,63
		110	2,27	3,56	10,37	82,61
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	0	24,66	100,66
		150	0,42	0	20,5	83,88
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94
		30	2,28	0,24	14,76	70,5
	Хлеб ржаной	37	2,44	0,44	15,91	74,74
		30	1,98	0,36	12,9	60,6
ПОЛДНИК	Булочка домашняя	60	4,5	7,92	36,54	235,2
		60	4,5	7,92	36,54	235,2
	Чай с сахаром	200/11	0,07	0,02	11,1	44,4
		150/7	0,06	0,02	9,99	40
Итого за день	сад	1124	32,78	44,39	196,53	1313,76
	ясли	930	27,37	36,02	166,39	1101,3

Утверждаю
 Заведующий МДОУ
 «Детский сад № 1 «Тополёк»
 ст. Незлобная»
 Уголькова Д.В.

Подписано цифровой
 подписью Д.В. Уголькова
 Дарья Викторовна
 Дата: 2025.03.19 15:34:12
 +03'00'

Меню
 на 20.03.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углевод ы	Ккал
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	180	5,17	4,69	16,95	130,7
		150	4,31	3,91	14,13	108,9
	Хлеб пшеничный,масло сливочное крестьянское(порциями) 72,5% жирности	20/7	1,66	5,10	9,87	91,8
		15/5	2,13	3,78	7,31	68
	Кофейный напиток с молоком (1вариант)	200	3,12	2,66	14,17	93,3
		180	2,81	2,39	12,75	83,9
II ЗАВТРАК	Плоды свежие(яблоки)	1/100	0,40	0,40	9,80	44
		1/100	0,40	0,40	9,80	44
ОБЕД	Свекольник	200	1,74	3,53	9,67	92,62
		150	1,31	2,65	7,25	69,46
	Котлеты или биточки рыбные	70	8,87	2,85	6,22	86,33
		50	6,34	2,04	4,44	61,66
	Соус сметанный	30	1,32	1,50	1,76	22,23
		30	1,32	1,50	1,76	22,23
	Каша рассыпчатая пшеничная	130	7,46	5,28	33,49	211,25
		110	6,31	4,47	28,34	178,75
	Кисель из повидла,джема,варенья.	200	0,66	0,00	20,03	80,46
		150	0,08	0,00	16,70	67,05
	Хлеб пшеничный	25	0,76	0,08	4,92	23,5
		20	0,76	0,08	4,92	23,5
	Хлеб ржаной	37	2,47	0,45	12,52	65,25
		30	1,98	0,36	10,02	52,2
Полдник	Омлет натуральный с зеленым горошком	80/5	7,52	13,46	1,51	157
		60/5	5,73	11,04	1,10	127
	Ряженка 2,5%	180	5,00	3,93	7,35	85,06
		150	4,20	3,28	6,13	70,89
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,25
		10	0,76	0,08	4,92	23,5
Итого за день	сад	1087	42,12	39,36	138,69	1088,05
	ясли	880	34,13	32,07	115,44	892,14

Утверждаю
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 1 «Тополёк»
ст. Незлобная»

Уголькова Дарья Викторовна
Д.В. Уголькова
подпись: Уголькова Дарья Викторовна
Дата: 2025.03.20 15:11:52
+03'00'

Меню
на 21.03.2025

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергет ическая
				Б	Ж	У	
10 день							
Завтрак	Каша жидкая молочная из манной крупы	С	180	2,88	4,58	19,32	129,60
		Я	150	2,40	3,82	16,10	108,00
	Бутерброд с повидлом	С	15/5/20	1,58	2,51	17,54	99,27
		Я	10/5/15	1,13	1,79	12,53	70,91
	Чай с молоком 2,5%	С	200	2,97	2,60	15,92	98,80
		Я	180	2,67	2,34	14,33	89,00
2-завтрак:	плоды свежие(яблоки)	С	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00
		Я	1/100	0,40	0,40	9,80	44,00
Обед	Борщ с фасолью и картофелем	С	200	2,88	4,08	16,26	113,20
		Я	150	2,16	3,06	12,20	84,90
	Гампушки с чесноком	С	20	1,20	0,80	8,40	43,10
		Я	20	1,20	0,80	8,40	43,10
	Сельдь слабосоленная/ Картофельное	С	190	9,41	4,66	10,54	121,34
		Я	170	6,72	3,33	7,53	86,67
	Компот из свежих плодов(яблоки)	С	180	0,43	0,25	12,66	54,61
		Я	150	0,36	0,21	10,55	45,51
	Хлеб пшеничный	С	15	1,52	0,16	9,84	47,00
		Я	10	1,14	0,12	7,38	35,25
	Хлеб ржаной	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Полдник	Пирожок печеный с картофелем и луком	С	60	3,63	4,24	21,90	140,12
		Я	60	3,63	4,24	21,90	140,12
	Чай с лимоном	С	200/11/8	0,13	0,02	11,30	45,50
		Я	150/7/4	0,07	0,01	7,10	29,00
Итого за день	сад	С	1082	29,50	24,75	166,00	1001,79
	ясли	Я	920	23,86	20,48	137,84	828,66

Утверждаю
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 1 «Тополёк»
ст. Незлобная»

Д.В.Уголькова
Уголькова Дарья Викторовна
Подписано цифровой подписью: Уголькова Дарья Викторовна
Дата: 2025.03.20 15:12:25 +03'00'

МЕНЮ
на 24 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
	Сад/ Если						
Завтрак:	Яйцо вареное	С	40/1	5,10	4,60	0,30	63,00
		Я	40/1	5,10	4,60	0,30	63,00
	Макаронные изделия, отварные с овощами	С	130	4,79	5,78	23,34	171,90
		Я	110	4,05	4,89	19,76	145,40
	Булочка «Ладушка» витаминн	С	25/7	1,66	5,10	9,87	91,80
		Я	25/5	1,23	3,78	7,31	68,00
	Чай с сахаром	С	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40
		Я	180/10	0,06	0,02	9,99	40,00
2-завтрак	Плоды свежие (яблоки)	С	100/1	0,40	0,40	9,80	44,00
		Я	100/1	0,40	0,40	9,80	44,00
Обед	Рассольник Ленинградский(крупа перловая)	С	200	1,63	4,20	9,09	85,27
		Я	150	1,22	3,15	6,82	63,95
	Капуста тушеная	С	130	2,68	4,21	12,26	97,63
		Я	110	2,27	3,56	10,37	82,61
	Котлета домашняя	С	70	8,75	17,15	13,30	173,70
		Я	50	6,25	12,25	9,50	143,20
	Компот из свежих плодов(Яблоки)	С	180	0,43	0,25	12,66	54,61
		Я	150	0,36	0,21	10,55	45,51
Полдник	Хлеб пшеничный/Хлеб ржаной	С	35/37	2,47	0,45	12,52	65,25
		Я	20/30	1,98	0,36	10,02	52,20
	Каша жидкая молочная ячневая	С	180	4,15	5,48	23,71	160,80
		Я	150	3,46	4,57	19,76	134,00
	Какао с молоком (1 вариант)Хлеб пшеничный,сыр порциями	С	180/15/16	3,67	3,19	15,82	107,00
		Я	150/10/10,6	3,15	2,72	12,96	89,00
	Всего за день: сад	С	890,00	35,80	50,83	153,77	1159,36
	Всего за день: если	Я	720,00	29,53	40,51	127,14	970,87

Утверждаю
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 1 «Тополёк»
ст. Незлобная»
_____ Д.В.Уголькова

МЕНЮ
на 25 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Завтрак	Сырники из творога м. ж.5%	С	120	21,21	16,93	21,08	324,70
		Я	100	16,88	13,48	16,92	258,82
	Соус молочный сладкий/сгущенное молоко	С	30/20	0,58	1,36	3,98	30,45
		Я	30/20	0,58	1,36	3,98	30,45
	Чай с лимоном	С	200/11/8	0,41	0,09	30,59	124,74
		Я	150/10/6	0,33	0,07	25,49	103,95
2-завтрак	Плоды свежие(яблоки)	С	100/1	0,40	0,40	9,80	44,00
		Я	100/1	0,40	0,40	9,80	44,00
Обед	Овощи натуральные соленые (огурцы)	С	50	0,72	1,91	1,97	24,31
		Я	30	0,43	1,14	1,18	14,58
	Суп картофельный с макаронными изделиями	С	200	2,15	2,27	13,71	83,80
		Я	150	1,61	1,70	10,28	62,85
	Запеканка картофельная с мясом говядины	С	155	17,46	17,63	14,15	285,00
		Я	135	15,13	15,28	12,26	247,00
	Компот из смеси сухофруктов	С	180	0,50	0,00	24,66	100,66
		Я	150	0,42	0,00	20,50	83,88
	Хлеб пшеничный	С	40	3,04	0,32	19,68	94,00
		Я	30	2,28	0,24	14,76	70,50
	Хлеб ржаной	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Полдник	Рагу из овощей с зеленым горошком	С	130	1,97	9,19	12,08	139,20
		Я	110	1,67	7,78	10,22	117,80
	Хлеб пшеничный	с	20	3,68	5,35	11,33	108,11
		я	15,00	2,63	3,82	8,09	77,20
	Кофейный напиток с молоком (1вар.)	С	180	2,81	2,39	12,75	83,90
		Я	150	2,34	2,00	10,63	70,00
Всего за день: сад		С	992	36,19	41,36	167,22	1183,42
Всего за день: ясли		Я	800	29,80	34,15	137,21	974,41

Утверждаю
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 1 «Тополёк»

ст. Незлобная)
Уголькова Д.В. Уголькова
Дарья Викторовна
Дата: 2025.03.20 15:12:47
+03'00'

МЕНЮ
на 26 марта 2025 год

Дарья
Викторовна

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность
				Б	Ж	У	
Завтрак	Суп молочный с овсяными хлопьями	С	180,00	5,10	8,62	37,50	248,30
		Я	150,00	3,40	5,75	25,00	165,50
	Хлеб пшеничный,масло сливочное крестьянское(порция ми) 72,5% жирности	С	20/7	1,58	2,51	17,54	99,27
		Я	15/5	1,13	1,79	12,53	70,91
	Чай с молоком 2,5%	С	200,00	2,97	2,60	15,92	98,80
		Я	180,00	2,67	2,34	14,33	89,00
2-завтрак:	Плоды свежие(яблоки)	С	100/1	0,40	0,40	9,80	44,00
		Я	100/1	0,40	0,40	9,80	44,00
Обед	Овощи натуральные соленые (огурцы)	С	50,00	0,60	2,35	3,85	39,00
		Я	30,00	0,70	1,38	3,70	30,03
	Суп картофельный с крупой гречневой	С	200,00	0,40	17,63	14,15	285,00
		Я	150,00	1,22	9,09	85,27	0,09
	Плов из филе птицы	С	150,00	14,17	6,82	63,95	0,07
		Я	150,00	14,17	11,96	25,08	264,40
	Кисель из повидла,джема,варен ья.	С	200	0,66	0,00	20,03	80,46
		Я	150	0,08	0,00	16,70	67,05
	Хлеб пшеничный	С	40	3,04	0,32	19,68	94,00
		Я	30	2,28	0,24	14,76	70,50
	Хлеб ржаной	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Полдник	Пирожок печеный с капустой	С	60	7,61	3,22	18,72	134,40
		Я	60	7,61	3,22	18,72	134,40
	Кефир 2,5%	С	180	5,00	3,93	7,35	85,06
		Я	150	4,20	3,28	6,13	70,89
Всего за день: сад		С	1297	44,00	48,85	241,01	1273,61
Всего за день: ясли		Я	1080	39,84	39,81	242,04	1058,97

Утверждаю
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 1 «Тополёк»
с.г. Незлобная»
Уголькова Д.В.

Подписано цифровой
Д.В. Уголькова
Дарья Викторовна
Дата: 2025.03.20
15:13:16 +03'00'

МЕНЮ

на 27 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Завтрак	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы	С	180	6,68	6,53	32,75	219,36
		Я	150	5,57	5,44	27,29	182,80
	Хлеб пшеничный,масл о сливочное крестьянское(пор циями) 72,5%	С	20/7	1,66	5,10	9,87	91,80
		Я	15/5	2,13	3,78	7,31	68,00
	Какао с молоком (1 вариант)	С	200	4,20	3,63	7,28	118,67
		Я	180	3,67	3,19	15,82	107,00
2-завтрак:	Плоды свежие(яблоки)	С	100/1	0,40	0,40	9,80	44,00
		Я	100/1	0,40	0,40	9,80	44,00
	Суп картофельный с бобовыми (круп а горох колотый)	С	200	4,39	4,21	13,08	107,80
		Я	150	3,29	3,16	9,79	80,85
	Гренки из пшеничного хлеба	С	30	3,74	0,48	22,82	110,46
		Я	20	2,49	0,32	15,21	73,64
	Тефтели рыбные с соусом сметанным	С	100	6,62	2,94	8,54	87,41
		Я	80	4,95	2,53	6,70	69,30
	Каша рассыпчатая гречневая	с	130	7,68	5,19	34,49	214,94
		я	110	6,50	4,39	29,19	181,87
	Компот из свежих плодов(яблоки)	С	180	0,43	0,25	12,66	54,61
		Я	150	0,36	0,21	10,55	45,51
	Хлеб пшеничный	С	40	1,14	0,12	7,38	35,25
		Я	30	0,76	0,08	4,92	23,50
	Хлеб ржаной	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Полдник	Омлет натуральный	С	80/5	7,52	13,46	1,51	157,00
		Я	60/3	5,73	11,04	1,10	127,00
	Чай с сахаром	С	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40
		Я	150/7	0,06	0,02	9,99	40,00
Всего за день: сад		С	917	40,32	36,25	151,05	1131,59
Всего за день: ясли		Я	750	32,32	29,48	130,40	912,87

Утверждаю
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 1 «Тополёк»
ст. Незлобная»

Уголькова Дарья Викторовна
Подписано цифровой
подписью: Уголькова Дарья
Викторовна
Дата: 2025.03.20 15:13:38 +03'00'

МЕНЮ
на 28 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюда		Выход	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Завтрак	Суп молочный с крупой рисовой	С	180	4,33	4,57	15,14	119,16
		Я	150	3,61	3,81	12,62	99,30
	Хлеб пшеничный,масло сливочное крестьянское(порци ями) 72,5% жирности	С	20/7	1,66	5,10	9,87	91,80
		Я	15/5	2,13	3,78	7,31	68,00
	Чай с сахаром	С	200/11	0,41	0,09	30,59	124,74
		Я	180/10	0,33	0,07	25,49	103,95
	2- завтрак:	Плоды свежие(яблоки)	С	100/1	0,40	0,40	9,80
Я			100/1	0,40	0,40	9,80	44,00
	Борщ с капустой и картофелем	С	200	1,45	3,93	10,20	85,00
		Я	150	1,09	2,95	7,65	61,50
	Пампушки с чесноком штучно	С	20	1,20	0,80	8,40	43,10
		Я	20	1,20	0,80	8,40	43,10
	Зразы рыбные рубленные	С	70	9,41	4,66	10,54	121,34
		Я	50	6,72	3,33	7,53	86,67
	Пюре картофельное или картофель отварной	С	130	2,65	4,16	17,71	118,95
		Я	110	2,25	3,52	14,98	100,65
	Компот из смеси сухофруктов	С	180	0,43	0,25	12,66	54,61
		Я	150	0,36	0,21	10,55	45,51
	Хлеб пшеничный	С	40	1,52	0,16	9,84	47,00
		Я	30	0,76	0,08	4,92	23,50
	Хлеб ржаной	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20
Полдни к	Ватрушка с повидлом	С	60	7,61	3,22	18,72	134,40
		Я	60	7,61	3,22	18,72	134,40
	Чай с лимоном	С	200/11/8	0,41	0,09	30,59	124,74
		Я	150/10/6	0,33	0,07	25,49	103,95
Всего за день: сад		С	737	29,62	23,31	181,44	1054,93
Всего за день: ясли		Я	600	25,16	18,79	150,86	867,43

Утверждаю
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 1 «Тополёк»
ст. Незлобная»

Д.В.Уголькова
Уголькова
Дарья
Викторовна
Подписано цифровой
подписью: Уголькова
Дарья Викторовна
Дата: 2025.03.28 14:31:18
+03'00'

МЕНЮ
на 31 марта 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд	Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63
		40	5,1	4,6	0,3	63
	Икра морковная	50	1,17	2,3	6,17	50,05
		30	0,7	1,38	3,7	30,03
	Изделие хлебобулочное "Ладушка" витаминизированное и йодированное	100	2,75	0,55	26,8	139
		100	2,75	0,55	26,8	139
	Масло сливочное «Крестьянское» (порциями)	7	0,06	5,08	0,1	46,2
		5	0,04	3,63	0,07	33
	Чай с сахаром	200	4,2	3,63	7,28	118,67
		180	3,67	3,19	15,82	107
II ЗАВТРАК	Плоды свежие (Яблоки)	85	0,4	0,4	9,8	44
		85	0,4	0,4	9,8	44
ОБЕД	Овощи соленные(огурцы)	50	0,4	0,05	0,85	6,5
		30	0,24	0,03	0,51	3,9
	Суп картофельный с клецками	200	1,67	2,69	9,71	69,8
		150	1,26	2,02	7,28	52,35
	Жаркое из филе цыпленка бройлера (2 вариант)	150	7,13	4,62	13,74	125,8
		150	7,13	4,62	13,74	125,8
	Компот из свежих плодов яблоки	180	0,43	0,25	12,66	54,61
		150	0,36	0,21	10,55	45,51
	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25
		20	1,52	0,16	9,84	47
	Хлеб ржаной	37	2,44	0,44	15,91	74,74
		30	1,98	0,36	12,9	60,6
ПОЛДНИК	Каша жидкая молочная из рисовой крупы	150/3,75	1,64	3,82	16,9	109
		130/3,25	1,42	3,31	14,65	94,47
	Кофейный напиток с молоком 1 вариант	180	2,81	2,39	12,75	83,9
		150	2,34	2	10,63	70
Итого за день	сад	1179	32,86	31,1	150,19	1067,52

	ясли	1005	28,62	25,75	135,32	2097,77
--	------	------	-------	-------	--------	---------