



**Меню приготавливаемых блюд**  
**Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет**

Прием пищи 1 день	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	150	3,5	5,2	12,7	112,3	
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	2,4	8,5	15,2	145,8	
	ЧАЙ С САХАРОМ	150			11,8	47,2	
	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1	
<b>Итого за завтрак</b>			<b>8,2</b>	<b>16,6</b>	<b>62,0</b>	<b>430,4</b>	
обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	45	0,7	2,9	3,2	42,3	
	СУП ФАСОЛЕВЫЙ	150	3,2	4,0	11,2	95,2	
	ГАРНИР МАКАРОНЫ	120	3,9	3,7	24,6	147,0	
	МЯСНОЙ ГУЛЯШ	60	8,9	10,4	2,1	138,9	
	КИСЕЛЬ	150	0,1	0,1	20,9	84,8	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	
<b>Итого за обед</b>			<b>20,6</b>	<b>21,4</b>	<b>87,1</b>	<b>626,6</b>	
полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	12,2	48,6	
	БУЛОЧКА	50	4,3	2,5	26,8	147,3	
<b>Итого за полдник</b>			<b>4,5</b>	<b>2,6</b>	<b>39</b>	<b>195,9</b>	
ужин	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6,1	6,8	25,2	187,5	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
<b>Итого за ужин</b>			<b>8,4</b>	<b>7</b>	<b>40,3</b>	<b>258,5</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>41,7</b>	<b>47,6</b>	<b>228,4</b>	<b>1 511,4</b>	

Утверждаю

Заведующий МБДОУ  
Детский сад «Колобок»  
с.п. Колотерненское  
З.П.Ибрагимова



Меню приготавливаемых блюд  
возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

прием пищи 2 день	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,3	4,3	21,8	144,3	
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,4	8,5	15,2	145,8	
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,8	2,8	18,3	110,2	
	РЯЖЕНКА	120	3,6	1,2	5,0	48,0	
<b>Итого за завтрак</b>			<b>12,23</b>	<b>18,3</b>	<b>95,42</b>	<b>590,3</b>	
обед	САЛАТ "СВЕКОЛЬНЫЙ"	45	0,6	3,8	3,3	50,3	
	СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ	150	2,2	2,7	14,6	91,5	
	ПЛОВ С КУРИЦЫ	150	15,6	17,8	26,8	328,7	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ С/Ф	150			17,5	69,6	
<b>Итого за обед</b>			<b>22,2</b>	<b>24,6</b>	<b>87,3</b>	<b>658,5</b>	
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	12,2	48,6	
	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1	
<b>Итого за полдник</b>			<b>2,5</b>	<b>3</b>	<b>34,5</b>	<b>173,7</b>	
Ужин	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6,0	5,5	29,7	193,2	
<b>Итого за ужин</b>			<b>8,3</b>	<b>5,7</b>	<b>44,8</b>	<b>266,5</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>44,3</b>	<b>47,6</b>	<b>214,7</b>	<b>1 468,2</b>	

Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ  
 «Детский сад «Колобок»  
 с.п. Подгорненское  
 3. П. Ибрагимова



Меню приготавливаемое в саду  
 Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

Прием пищи 3 день	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	N Рецпт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,7	6,8	22,6	175,8	
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,4	8,5	15,2	145,8	
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	12,2	48,6	
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63,0	
	ВАФЛИ	30	0,8	1,0	23,2	106,2	
Итого за завтрак			14,2	21,0	73,5	539,4	
обед	САЛАТ ОВОЩНОЙ	45	0,6	3,7	2,2	45,2	
	РАССОЛЬНИК	150	1,4	3,9	9,8	80,5	
	ГАРНИР ГРЕЧКА	120	4,4	4,4	19,7	135,3	
	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	60	9,2	11,1	2,0	145,2	
	КИСЕЛЬ	150			21,2	84,6	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	
Итого за обед			19,4	23,4	80,0	609,2	
Полдник	ПИРОЖКИ С КАРТОШКОЙ	100	5,9	6,2	38,0	230,9	
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	12,2	48,6	
Итого за полдник			6,1	6,3	50,2	279,5	
Ужин	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	150	3,5	4,6	12,5	105,8	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
Итого за ужин			5,8	4,8	27,6	176,8	
Итого за день			42,0	53,6	226,0	1 553,2	

Утверждаю

Заведующий МБДОУ

«Детский сад «Колобок»

с.п. Подгорненское

З.Т.Ибрагимова



Меню приготавливаемое в саду

Возрастная категория: от 1,5 года до 3 лет

Прием пищи 4 день	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,3	4,3	21,8	144,3	
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,7	8,6	29,6	205,4	
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,8	2,8	14,7	95,8	
	КЕФИР САХАРОМ	120	3,5	3,0	10,6	86,8	
Итого за завтрак			9,38	14,44	80,7	488,92	
обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	45	0,8	2,3	2,5	34,1	
	СУП ГОРОХОВЫЙ	150	3,5	2,7	11,3	83,3	
	ГАРНИР МАКАРОНЫ	120	3,9	3,7	24,6	147,0	
	МЯСНОЙ ГУЛЯШ	60	9,1	9,2	2,1	127,4	
	КОМПОТ ИЗ С/Ф	150			8,7	34,8	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	
Итого за обед			21,1	18,2	74,3	545,0	
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	12,2	48,6	
	ВАФЛИ	30	0,8	1,0	23,2	106,2	
Итого за полдник			1	1,9	35,4	154,8	
Ужин	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ	150	4,2	7,3	17,9	155,0	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
	Итого за ужин			6,5	7,5	33	226
Итого за день			43,4	45,6	229,4	1 505,5	

Утверждаю

Заведующий МБДОУ

Детский сад «Колобок»

с.п. Подгорненское

З.П.Ибрагимова



Меню приготавливаемых блюд  
 Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

прием пищи 5 день	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	150	4,0	6,2	27,3	181,7	
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,4	8,5	15,2	145,8	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,4	2,3	12,0	78,9	
	ВАФЛИ	30	0,8	1,0	23,2	106,2	
Итого за завтрак			9,6	18,0	77,7	512,6	
обед	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ	45	1,3	3,0	2,6	42,5	
	БОРЩ	150	1,6	4,3	8,8	81,8	
	КУРИНЫЙ ГУЛЯШ	60	8,9	11,0	2,1	144,2	
	ГАРНИР ГРЕЧКА	120	3,9	2,9	17,6	112,2	
	КИСЕЛЬ	150			20,7	82,7	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	
Итого за обед			19,5	21,5	76,9	581,8	
полдник	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1	
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	11,0	43,7	
Итого за полдник			2,3	2,9	33,3	168,8	
ужин	СЛАДКИЙ ПЛОВ ИЗЮМОМ	150	4,39	4,36	14,99	138	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
Итого за ужин			6,69	4,56	30,09	209	
Итого за день			33,8	47,7	228,9	1 484,9	

Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ  
 Детский сад «Колобок»  
 с.п.Цюрюненское  
 З.П.Ибрагимова



Меню приготавливаемых блюд  
 Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

Прием пищи 6 день	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,5	5,5	23,7	167,2	
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	2,4	8,5	15,2	145,8	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,4		8,8	37,1	
	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	100	2,8	2,5	4,5	56,5	
Итого за завтрак			11,1	16,5	52,2	406,6	
обед	САЛАТ ОВОЩНОЙ	45	0,7	2,2	2,3	32,8	
	СУП ФАСОЛЕВЫЙ	150	3,2	4,0	11,2	95,2	
	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	150	11,9	14,8	23,0	273,1	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	64,5	
Итого за обед			24,25	17,53	82,81	592,35	
Полдник	ВАФЛИ	30	0,8	1,0	23,2	106,2	
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	12,2	48,6	
Итого за полдник			1	1,1	35,4	203,4	
Ужин	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6,4	7,4	23,9	188,2	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	
Итого за ужин			10,2	7,7	49	306,6	
Итого за день			46,2	48,3	217,0	1 493,1	



**Меню приготавливаемых блюд**  
**Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет**

прием пищи 7 день	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	150	3,5	4,6	12,5	105,8	
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,4	8,5	15,2	145,8	
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,8	2,8	18,3	110,2	
	ВАФЛИ	30	0,8	1,0	23,2	106,2	
<b>Итого за завтрак</b>			9,5	16,9	69,2	468,0	
обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	45	0,7	2,2	3,2	36,2	
	СУП ГОРОХОВЫЙ	150	3,5	2,7	11,3	83,3	
	КУРИНЫЙ ГУЛЯШ	65	9,7	11,1	2,2	148,3	
	ГАРНИР МАКАРОНЫ	120	3,9	3,7	24,6	147,0	
	КИСЕЛЬ	150			21,2	84,6	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	
<b>Итого за обед</b>			21,6	20,0	87,6	617,8	
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	12,2	48,6	
	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1	
<b>Итого за полдник</b>			2,5	3	34,5	173,7	
Ужин	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,5	6,7	23,7	178,0	
<b>Итого за ужин</b>			7,8	6,9	38,8	249	
<b>Итого за день</b>			41,4	46,8	230,1	1 508,5	



**Меню приготавливаемых блюд**  
**Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет**

Прием пищи 8 день	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	N Рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>завтрак</b>	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	150	3,8	4,8	13,5	113,2	
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,4	8,5	15,2	145,8	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/0/5	0,2	0,1	12,3	50,2	
	ЯЙЦО ВАРЕННОЕ	40	4,9	4,5	0,3	60,9	
	КЕФИР С САХАРОМ	120	3,5	3,0	12,8	95,5	
<b>Итого за завтрак</b>			<b>16,04</b>	<b>20,55</b>	<b>78,46</b>	<b>562,2</b>	
<b>обед</b>	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА	45	1,3	2,3	2,7	36,9	
	БОРЩ	150	1,6	3,5	8,8	74,8	
	ГАРНИР ГРЕЧКА	120	2,9	3,7	30,2	164,8	
	МЯСНОЙ ГУЛЯШ	60	11,4	12,4	2,1	166,3	
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	64,5	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	
<b>Итого за обед</b>			<b>21,8</b>	<b>22,4</b>	<b>84,1</b>	<b>625,7</b>	
<b>полдник</b>	ПИРОЖКИ С КАРТОШКОЙ	100	8,1	3,8	51,4	272,5	
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	12,2	48,6	
	<b>Итого за полдник</b>			<b>8,3</b>	<b>3,9</b>	<b>63,6</b>	<b>321,1</b>
	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ	150	4,2	7,3	17,9	155,0	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
<b>Итого за уплотненный полдник</b>			<b>6,5</b>	<b>7,5</b>	<b>33</b>	<b>226</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>47,2</b>	<b>50,1</b>	<b>224,1</b>	<b>1 537,5</b>	



Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ  
 «Детский сад «Колобок»  
 п. Июлоринское  
 З.И. Ибрагимова



Меню приготавливаемое **блюда**  
 Возрастная категория: от 1,5 года до 3 лет

Прием пищи 9 день	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,5	6,7	23,7	178,0	
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,4	8,5	15,2	145,8	
	ЧАЙ С САХАРОМ	150			11,8	47,2	
	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1	
Итого за завтрак			10,2	18,1	73,0	496,1	
обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	45	0,8	2,2	2,5	33,4	
	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	150	1,9	4,0	12,5	93,2	
	КУРИНЫЙ ГУЛЯШ	60	8,9	11,6	2,1	149,7	
	ГАРНИР ПЕРЛОВКА	120	2,8	3,5	20,6	125,9	
	КОМПОТ ИЗ С/Ф	150			14,6	58,1	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	
Итого за обед			18,2	21,6	77,4	578,7	
полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	12,2	48,6	
	ВАФЛИ	30	0,8	1,0	23,2	106,2	
Итого за полдник			1	1,1	35,4	154,8	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	6,1	7,2	25,8	193,4	
Итого за ужин			8,4	7,4	40,9	264,4	
Итого за день			37,8	48,2	226,7	1 494,0	

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ  
Детский сад «Колобок»  
с. Покорненское  
З.И.Ибрагимова



Меню приготавливаемых блюд  
Возрастная категория: от 5 до 7 лет

Прием пищи 10 день	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	N Рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	150	3,4	5,5	12,8	115,3	
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,4	8,5	15,2	145,8	
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,8	2,8	18,3	110,2	
	РЯЖЕНКА	120	3,5	3,0	5,0	64,8	
Итого за завтрак			12,1	19,8	51,3	436,1	
обед	САЛАТ СВЕКОЛЬНЫЙ	45	0,6	1,5	3,3	29,6	
	СУП ГОРОХОВЫЙ	150	3,5	3,3	11,3	89,1	
	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	150	11,1	13,8	25,3	271,1	
	КИСЕЛЬ	150			21,2	84,6	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	
Итого за обед			19,0	18,9	86,2	592,8	
полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	12,2	48,6	
	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1	
	Итого за полдник			2,5	3	345	173,7
ужин	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	6,8	7,5	26,0	199,3	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
Итого за ужин			9,1	7,8	41,1	270,3	
Итого за день			42,7	49,4	213,1	1 472,9	



**Меню приготавливаемых блюд**  
**Возрастная категория: от 3 до 7 лет**

Прием пищи 1 день	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	200	4,8	6,9	16,8	149,4	
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	2,4	8,5	15,2	145,8	
	ЧАЙ С САХАРОМ	200			15,7	62,7	
	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1	
Итого за завтрак			9,5	18,3	70,0	483,0	
обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,8	4,0	4,3	56,3	
	СУП ФАСОЛЕВЫЙ	200	4,3	5,4	15,0	126,5	
	МЯСНОЙ ГУЛЯШ	80	11,9	13,9	2,8	184,8	
	ГАРНИР МАКАРОНЫ	150	4,9	4,6	30,7	183,8	
	КИСЕЛЬ	200	0,1	0,1	27,9	113,0	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	
Итого за обед			25,8	28,3	105,8	782,8	
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,2	64,8	
	БУЛОЧКА	50	4,3	2,5	26,8	147,3	
	Итого за полдник			4,5	2,6	122	195,9
Ужин	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	8,2	9,2	33,6	249,7	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
Итого за ужин			10,5	9,4	48,7	320,7	
Итого за день			50,3	58,6	267,5	1 798,6	

Утверждаю

Заведующий МБДОУ  
 Детский сад «Колобок»  
 с. Подгоренское  
 З.П.Ибрагимова



Меню приготовлено в 10:00 в день  
 Возрастная категория: 3-4 года

прием пищи 2 день	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,9	5,8	29,6	194,2	
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,4	8,5	15,2	145,8	
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3,7	24,4	146,9	
	РЯЖЕНКА	150	4,5	1,5	6,3	60,0	
Итого за завтрак			16,6	19,5	75,5	546,9	
обед	САЛАТ "СВЕКОЛЬНЫЙ"	60	0,8	5,0	4,5	66,1	
	СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ	200	2,8	3,6	19,6	122,0	
	ПЛОВ С КУРИЦЫ	200	20,7	23,7	35,7	438,4	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ С/Ф	200			23,3	92,9	
Итого за обед			28,1	32,6	108,2	837,8	
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0,1	0,2	64,8	
	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1	
Итого за полдник			2,3	3	22,5	189,9	
Ужин	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	8,0	7,4	39,6	257,7	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
Итого за ужин			10,3	7,6	54,7	328,7	
Итого за день			55,6	60,2	264,4	1 825,2	



Меню приготавливаемых блюд  
 Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи 3 день	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	N Рецент.
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,6	9,1	30,4	233,9	
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	2,4	8,5	15,2	145,8	
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,2	64,8	
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63,0	
	ВАФЛИ	30	0,8	1,0	23,2	106,2	
<b>Итого за завтрак</b>			<b>16,1</b>	<b>23,3</b>	<b>85,3</b>	<b>613,7</b>	
обед	САЛАТ ОВОЩНОЙ	60	0,8	4,9	3,0	59,7	
	РАССОЛЬНИК	200	1,9	5,1	13,2	106,6	
	ГАРНИР ГРЕЧКА	150	5,4	5,5	24,6	169,4	
	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	80	12,1	14,9	2,8	193,4	
	КИСЕЛЬ	200			28,2	112,8	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	
<b>Итого за обед</b>			<b>24,0</b>	<b>30,7</b>	<b>96,9</b>	<b>760,3</b>	
Полдник	ПИРОЖКИ С КАРТОШКОЙ	100	5,9	6,2	38,0	230,9	
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,2	64,8	
<b>Итого за полдник</b>			<b>6,1</b>	<b>6,3</b>	<b>54,2</b>	<b>295,7</b>	
Ужин	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	200	4,8	6,1	16,6	141,1	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
<b>Итого за уплотненный полдник</b>			<b>70,1</b>	<b>6,3</b>	<b>31,7</b>	<b>212,1</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>48,5</b>	<b>63,2</b>	<b>258,7</b>	<b>1 794,8</b>	

Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ  
 Детский сад «Колобок»  
 с/п.п.г. Горненское  
 З.И.Ибрагимова



Меню приготавливаемых блюд  
 Возрастная категория: от 3 года до 7 лет

Прием пищи 4 день	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,8	5,8	29,2	191,9	
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,7	8,6	29,6	205,4	
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3,7	19,6	127,6	
	КЕФИР САХАРОМ	150	4,4	3,8	13,3	108,5	
<b>Итого за завтрак</b>			16,7	21,9	91,7	633,4	
обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	60	1,0	3,0	3,1	44,7	
	СУП ГОРОХОВЫЙ	200	4,6	3,7	15,1	111,2	
	ГАРНИР МАКАРОНЫ	150	4,9	4,6	30,7	183,8	
	МЯСНОЙ ГУЛЯШ	80	12,1	12,2	2,8	170,1	
	КОМПОТ ИЗ С/Ф	200			11,6	46,5	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	
<b>Итого за обед</b>			26,4	23,8	88,4	674,7	
полдник	ВАФЛИ	30	0,8	1,0	23,2	106,2	
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,2	64,8	
<b>Итого за полдник</b>							
Ужин	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	
	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ	200	5,8	9,8	23,9	206,5	
<b>Итого за ужин</b>							
<b>Итого за день</b>			53,7	56,9	268,5	1 804,0	

Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ  
 Детский сад «Колобок»  
 п. Подгорненское  
 Э.И.Ибрагимова



Меню приготавливаемых блюд  
 Возрастная категория: от 3 до 7 лет

прием пищи 5 день	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	200	5,4	8,3	36,3	241,9	
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,4	8,5	15,2	145,8	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,1	3,1	16,1	105,3	
	ВАФЛИ	30	0,8	1,0	23,2	106,2	
Итого за завтрак			11,7	20,9	90,8	599,2	
обед	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ	60	1,6	4,0	3,5	56,5	
	БОРЩ	200	2,2	5,6	11,6	108,4	
	КУРИНЫЙ ГУЛЯШ	80	11,9	14,7	2,8	192,3	
	ГАРНИР ГРЕЧКА	150	4,9	3,7	21,9	140,0	
	КИСЕЛЬ	200			27,5	110,1	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	
Итого за обед			24,4	28,3	92,4	725,7	
полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,2	0,1	14,6	58,1	
	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1	
	Итого за полдник			2,5	3	36,9	183,2
	СЛАДКИЙ ПЛОВ ИЗЮ МОМ	200	3,3	6,9	54,8	295,5	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
Итого за ужин			5,6	7,1	69,9	366,5	
Итого за день			41,7	59,0	274,9	1 803,6	

Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ  
 Детский сад «Колобок»  
 ст. Подгорненское  
 З.И.Ибрагимова



Меню приготавливаемых блюд  
 Возрастная категория: от 3 до 6 лет

Прием пищи 6 день	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,4	7,4	31,8	222,5	
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,4	8,5	15,2	145,8	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,4		11,7	49,7	
	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	120	3,4	3,0	5,4	67,8	
Итого за завтрак			13,6	18,9	64,1	485,8	
обед	САЛАТ ОВОЩНОЙ	60	0,8	2,9	3,1	43,1	
	СУП ФАСОЛЕВЫЙ	200	4,3	5,4	15,0	126,5	
	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	200	15,9	19,6	30,9	364,1	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И	50	3,8	0,3	25,1	118,4	
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	20,2	86,0	
Итого за обед			25,8	28,4	94,3	738,1	
полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,2	64,8	
	ВАФЛИ	30	0,8	1,0	23,2	106,2	
Итого за полдник							
ужин	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	8,6	9,8	31,9	250,3	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И	50	3,8	0,3	25,1	118,4	
Итого за ужин							
Итого за день			56,3	60,0	258,4	1 804,7	



Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ  
 Детский сад «Колобок»  
 с.п. Подгоренское  
 В.И. Ибрагимова



Меню приготавливаемых блюд  
 возрастная категория: от 3 до 7 лет

прием пищи 7 день	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	200	4,8	6,1	16,6	141,1	
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,4	8,5	15,2	145,8	
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3,7	24,4	146,9	
	ВАФЛИ	30	0,8	1,0	23,2	106,2	
Итого за завтрак			11,8	19,3	79,4	540,0	
обед	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,8	3,0	4,3	47,6	
	СУП ГОРОХОВЫЙ	200	4,6	3,7	15,1	111,2	
	КУРИНЫЙ ГУЛЯШ	80	11,9	13,6	2,8	182,7	
	ГАРНИР МАКАРОНЫ	150	4,9	4,6	30,7	183,8	
	КИСЕЛЬ	200			28,2	112,8	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	
Итого за обед			26,0	25,2	106,2	756,5	
полдник	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1	
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,2	64,8	
	Итого за полдник						
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,4	9,0	31,8	237,1	
Итого за ужин							
Итого за день			50,0	56,7	271,0	1 794,5	



Меню приготавливаемых блюд  
 Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи 8 день	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	N Рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	200	5,1	6,3	18,0	150,2	
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	2,4	8,5	15,2	145,8	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	16,4	67,0	
	ЯЙЦО ВАРЕННОЕ	40	4,9	4,5	0,3	60,9	
	КЕФИР С САХАРОМ	150	4,4	3,8	16,0	119,4	
Итого за завтрак			17,1	23,2	65,9	543,3	
обед	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА	60	1,7	3,0	3,6	48,5	
	БОРЩ	200	2,2	4,6	11,6	99,6	
	ГАРНИР ГРЕЧКА	150	3,6	4,6	37,7	206,0	
	МЯСНОЙ ГУЛЯШ	80	15,1	16,6	2,8	221,3	
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	20,2	86,0	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	
Итого за обед			27,4	29,3	101,0	779,8	
Полдник	ПИРОЖКИ С КАРТОШКОЙ	100	8,1	3,8	51,4	272,5	
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,2	64,8	
			8,3	3,9	67,6	337,3	
Ужин	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	
	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ	200	5,8	9,8	23,9	206,5	
Итого за уплотненный полдник			9,6	10,1	49	324,9	
Итого за день			55,1	59,3	256,8	1 785,5	

Утверждаю

Заведующий МБДОУ

«Детский сад «Колобок»

с.п. Подгорненское

З.П.Ибрагимова



Меню приготавливаемых блюд  
 Возрастная категория: от 3 года до 7 лет

Прием пищи 9 день	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	N рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,4	9,0	31,8	237,1	
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,4	8,5	15,2	145,8	
	ЧАЙ С САХАРОМ	200			15,7	62,7	
	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1	
Итого за завтрак			12,1	20,4	85,0	570,7	
обед	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	60	1,0	2,9	3,1	43,8	
	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	200	2,4	5,2	16,8	123,6	
	КУРИНЫЙ ГУЛЯШ	80	11,9	15,5	2,8	199,4	
	ГАРНИР ПЕРЛОВКА	150	3,6	4,4	25,7	157,3	
	КОМПОТ ИЗ С/Ф	200			19,4	77,4	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	
Итого за обед			22,7	28,3	92,9	719,9	
Полдник	ВАФЛИ	30	0,8	1,0	23,2	106,2	
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,2	64,8	
Итого за полдник			1	1,1	39,4	171	
Ужин	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200	8,2	9,6	34,5	257,4	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
Итого за ужин			10,5	9,8	49,6	328,4	
Итого за день			46,3	59,6	266,9	1 790,0	

Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ  
 «Детский сад «Колобок»  
 с.п. Ногорненское  
 Э.И. Ибрагимова



Меню приготавливаемых блюд  
 Возрастная категория: от 7 лет

Прием пищи 10 день	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергет. ценность	N Рецепт.
			Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	200	4,5	7,3	17,2	153,2	
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,4	8,5	15,2	145,8	
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3,7	24,4	146,9	
	РЯЖЕНКА	150	4,4	3,8	6,3	81,0	
Итого за завтрак			15,1	23,3	63,1	526,9	
обед	САЛАТ СВЕКОЛЬНЫЙ	60	0,8	2,0	4,5	39,1	
	СУП ГОРОХОВЫЙ	200	4,6	4,5	15,1	118,5	
	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	200	14,9	18,3	33,9	361,0	
	КИСЕЛЬ	200			28,2	112,8	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	
Итого за обед			24,1	25,1	106,8	749,8	
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,2	64,8	
	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1	
Итого за полдник			2,5	3	38,5	189,9	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	9,2	10,0	34,6	265,1	
Итого за ужин			11,5	10,2	115	336,1	
Итого за день			53,2	61,6	258,1	1 802,7	