

Утверждаю  
И. о. заведующего  
Булатова С.В.  
«01» сентября 2021 г.



Основное меню, осенне-зимний сезон, 1-я неделя, 3 до 7 лет

понедельник		вторник		среда		четверг		пятница	
наименование	вес/ккал	наименование	вес/ккал	наименование	вес/ккал	наименование	вес/ккал	наименование	вес/ккал
завтрак 1		завтрак 1		завтрак 1		завтрак 1		завтрак 1	
суп с вермишелью, молочный кофейный напиток с молоком бутерброд с маслом	200/187 180/113,5 30/102	каша геркулесовая молочная какао с молоком гренки пшеничные с маслом	200/197,8 180/143,4 18/102	каша «Ассорти» молочная кофейный напиток с молоком кукурузные палочки «Кузя Лакомкин»	200/209,6 180/113,5 8/39,2	каша гречневая молочная какао с молоком гренки пшеничные с маслом	200/205,9 180/143,4 18/102	омлет с сыром, сливочным маслом кофейный напиток с молоком хлеб пшеничный, в/сорт	85/184 180/113,5 30/88,5
<b>итого за завтрак 1:</b>	<b>410/402,5</b>	<b>итого за завтрак 1:</b>	<b>398/443,2</b>	<b>итого за завтрак 1</b>	<b>388/362,3</b>	<b>итого за завтрак 1:</b>	<b>398/451,3</b>	<b>итого за завтрак 1:</b>	<b>295/386</b>
завтрак 2		завтрак 2		завтрак 2		завтрак 2		завтрак 2	
сок	150/69	йогурт питьевой	130/118,5	отвар «Витаминовый» яблоко	90/45,8 80/35,2	бананы (яблоко)	120/114 150/66	сок фруктовый	150/69,0
<b>итого за завтрак 2:</b>	<b>150/69</b>	<b>итого за завтрак 2:</b>	<b>150/118,5</b>	<b>итого за завтрак 2</b>	<b>170/81,0</b>	<b>итого за завтрак 2:</b>	<b>120/114 (150/66)</b>	<b>итого за завтрак 2:</b>	<b>150/69,0</b>
обед		обед		обед		обед		обед	
салат из свежей капусты (салат квашеной капусты с луком) Свекольник со сметаной на овощном бульоне плов с мясом компот из с/фруктов с шиповником хлеб ржано-пшеничный хлеб пшеничный, в/сорт	60/52,44 (60 /50,57) 200 /108,1 210/325 180 /72,39 40/90,4 30/88,5	салат «Овощная смесь» суп с птицей «По-домашнему» котлета «Дружба» картофельное пюре компот из сухофруктов хлеб ржано-пшеничный хлеб пшеничный, в/сорт	60/56 200/103,98 80/117,7 150/151,5 180/64,15 40/90,4 20/59	салат из свеклы суп с мясными фрикадельками котлета, рубленая из птицы соус томатный макаронные отварные со сливочным маслом фруктовый чай хлеб ржано-пшеничный хлеб пшеничный, в/сорт	60/56,34 200/108 80/141 30/39,38 115/126,9 5/33 180/69,5 40/90,4 20/59	суп с зеленым горошком птица отварная к супу рулет мясной с луком и яйцом рагу овощное компот из сухофруктов с шиповником хлеб ржано-пшеничный хлеб пшеничный, в/сорт	200/107,8 15/31,01 80/145 150/148,3 180/72,39 40/90,4 20/59	огурец свежий (соленый) суп с клецками мясо к супу (птица) сосиска вареная пюре картофельное с морковью компот из сухофруктов хлеб ржано-пшеничный	40/4,4 (30/3,9) 200/69,8 20/41,35 49/436,5 150 /125,1 180/64,2 40/90,4
<b>итого за обед:</b>	<b>720г/736,83 (734,96)</b>	<b>итого за обед:</b>	<b>730 г/642,73</b>	<b>итого за обед:</b>	<b>725г/723,52</b>	<b>итого за обед:</b>	<b>690г / 653,91</b>	<b>итого за обед:</b>	<b>679 г(669)/831,75 (831,25)</b>
полдник		полдник		полдник		полдник		полдник	
чай черный с сахаром печенье	180/35,9 40/184	фруктовый чай пирожок с картофельной начинкой	180/69,5 60/153	какао с молоком гренки с сыром	180/143,4 22/113,98	кисель из ягод ватрушка с творогом	180/102,8 50/144,29	молоко пирожок «Фруктовый» (с яблоками)	180/102 50/157,71
<b>итого за полдник:</b>	<b>220/222,9</b>	<b>итого за полдник:</b>	<b>240/222,5</b>	<b>итого за полдник:</b>	<b>202/257,38</b>	<b>итого за полдник:</b>	<b>230/247,09</b>	<b>итого за полдник:</b>	<b>230/259,71</b>
ужин		ужин		ужин		ужин		ужин	
яблоко вареники ленивые с сахаром, сливочным маслом кисель из ягод	80/35,2 110/225 5/33 180/102,8	яблоко пудинг творожный с рисом молоко, стуженное с сахаром чай черный с сахаром	80/35,2 100/224 20/65,6 180/35,9	Картофельное пюре Оладьи из печени огурец «Ароматный» хлеб пшеничный, в/сорт чай с лимоном	100/147 60/210 20/14,82 40/6 30/88,5 180/37,95	суп молочный с вермишелью хлеб пшеничный, в/сорт чай черный с соком зефир	200/187 20/59 180/49,7 15/49	фрикадельки рыбные запеченные в молочном соусе рис отварной чай черный с сахаром хлеб пшеничный, в/сорт	75/98 110/153,8 180/35,9 30/88,5
<b>итого за ужин:</b>	<b>375г/396</b>	<b>итого за ужин:</b>	<b>380г/366,7</b>	<b>итого за ужин:</b>	<b>410г/294,27</b>	<b>итого за ужин:</b>	<b>235/334,7</b>	<b>итого за ужин:</b>	<b>395/376,2</b>
вода питьевая на весь день	300/-	вода питьевая на весь день	300/-	вода питьевая на весь день	300/-	вода питьевая на весь день	300/-	вода питьевая на весь день	300/-
<b>итого за день:</b>	<b>1875 г/1793,23(1791,36)ккал</b>	<b>итого за день:</b>	<b>1898г/ 1824,33ккал</b>	<b>итого за день:</b>	<b>1895г/ 1718,47ккал</b>	<b>итого за день:</b>	<b>1673 (1703)/1811(1763)ккал</b>	<b>итого за день:</b>	<b>1749(1739)/1922,66(1922,16)</b>
<b>средние значения за неделю: 1810(1814)г/ 180963(1799,5) ккал</b>									
<b>+11(+14) г к минимальному весу // 100% (соответствует нормативным значениям)</b>									









**Основное меню, осенне-зимний сезон, 2-я неделя, с 3 до 7 лет**

понедельник		вторник		среда		четверг		пятница	
наименование	вес/ккал	наименование	вес/ккал	наименование	вес/ккал	наименование	вес/ккал	наименование	вес/ккал
завтрак 1		завтрак 1		завтрак 1		завтрак 1		завтрак 1	
каша манная молочная	200/204,37	каша пшеничная с тыквой	205/218,38	хлопья кукурузные с молоком	164/264,9	макароны отварные с тертым сыром	164/249,46	омлет натуральный со сливочным маслом	85/157
кофейный напиток с молоком	180/113,5	молочная	180/143,4	кофейный напиток с молоком	180/113,5	чай с молоком	180/56	кофейный напиток с молоком	180/113,5
бутерброд с маслом	30/102	гренки пшеничные с маслом	18/102	бутерброд с маслом	30/102	мармелад желейный	30/96	бутерброд с сыром	41/140,4
<b>итого за завтрак 1:</b>	<b>410/420,09</b>	<b>итого за завтрак 1:</b>	<b>398г/463,78</b>	<b>итого за завтрак 1:</b>	<b>374/480,4</b>	<b>итого за завтрак 1:</b>	<b>374/401,46</b>	<b>итого за завтрак 1:</b>	<b>306/410,92</b>
завтрак 2		завтрак 2		завтрак 2		завтрак 2		завтрак 2	
сок фруктовый	150/69,0	(яблоко (груша))	150/66 (200/92)	отвар «Витаминный»	90/45,8	яблоко (цитрусовые)	150/66 (100/89)	сок фруктовый	150/69,0
<b>итого за завтрак 2:</b>	<b>150/69,0</b>	<b>итого за завтрак 2:</b>	<b>150/66/(200/92)</b>	<b>итого за завтрак 2:</b>	<b>170/81</b>	<b>итого за завтрак 2:</b>	<b>150 (100)/66(89)</b>	<b>итого за завтрак 2:</b>	<b>150/69,0</b>
обед		обед		обед		обед		обед	
борщ с квашеной (свежей) капустой, со сметаной на о/б	210/110,12	салат из свежей капусты (салат из квашеной капусты)	60/52,44 (60/50,57)	огурец свежий (огурец соленый)	40/4,4 (30/3,9)	огурец свежий «Ароматный» суп крупяной (геркулесовый) на мясной бульоне	40/6 200/85	салат из свеклы суп «Крестянский» со сметаной на овощном бульоне	60/56,34 200/84
птица, тушенная в соусе	110/172,2	солянка «Детская» со сметаной	200/137,8	ука «Рыбачья»	200/133,8	кнели с отварным мясом, с печенью	80/268,65	биточки мясные	80/225,1
макароны отварные со сливочным маслом	115/126,9	биточки «Любительские»	80/116	соус сметанный с томатом	30/24,03	картофельное пюре с тыквой	150/132,97	макароны отварные со сливочным маслом	115/126,9
компот из сухофруктов	180/64,2	картофельное пюре	150/151,5	гречка рассыпчатая	130/211,3	компот из сухофруктов	180/64,2	сливочным маслом	30/39,38
хлеб ржано-пшеничный	40/90,4	компот из сухофруктов с шиповником	180/72,39	компот сухофруктов	40/90,4	хлеб ржано-пшеничный	40/90,4	соус томатный	30/39,38
хлеб пшеничный, в/сорт	30/88,5	хлеб ржано-пшеничный	40/90,4	хлеб пшеничный, в/сорт	30/88,5	хлеб ржано-пшеничный	30/88,5	компот из сухофруктов	180/64,2
<b>итого за обед:</b>	<b>685/652,27</b>	<b>итого за обед:</b>	<b>740г/709,03 (707,16)</b>	<b>итого за обед:</b>	<b>730(720)/762,33(761,83)</b>	<b>итого за обед:</b>	<b>720/ 734,51 ккал</b>	<b>итого за обед:</b>	<b>705/686,32</b>
полдник		полдник		полдник		полдник		полдник	
молоко	180/102	ряженка	150/81	чай с молоком	180/56	какао с молоком	180/143,4	яблоко	80/35,2
булочка сдобная	50/157,71	бутерброд с повидлом	40/156	печенье (2 шт)	40/184	бутерброд с маслом	30/102	кефир	180/95,4
<b>итого за полдник:</b>	<b>230/259,71</b>	<b>итого за полдник:</b>	<b>190/237ккал</b>	<b>итого за полдник:</b>	<b>220/240</b>	<b>итого за полдник:</b>	<b>210/245,4</b>	<b>итого за полдник:</b>	<b>315/ 288,94</b>
ужин		ужин		ужин		ужин		ужин	
тефтели мясные с рисом	60/110,54	вареники ленивые с сахаром, сливочным маслом	110/225	салат из моркови запеканка творожная	50/62,4 100/247	котлеты рыбные с капустой и морковью запеченные	60/87	птица отварная	60/124
картофель отварной с зеленью, сливочным маслом	10575	чай черный с соком	5/33 180/49,7	соус молочный сладкий	30/25,14	рис отварной	130/181,7	пюре картофельное	100/112,6
чай черный с сахаром	180/35,9	хлеб пшеничный, в/сорт	30/88,5	фруктовый чай	180/69,5	чай черный с соком	180/49,7	отгурец свежий (соленый)	40/4,4(3,9)
хлеб ржано-пшеничный	20/45,2	<b>итого за ужин:</b>	<b>295г/307,7</b>	<b>итого за ужин:</b>	<b>360/404,04</b>	хлеб пшеничный, в/сорт	20/59	хлеб ржано-пшеничный	30/67,8
<b>итого за ужин:</b>	<b>400/388,14</b>	<b>итого за ужин:</b>	<b>1783 (1833)/1783,52 (1807,65)</b>	<b>итого за ужин:</b>	<b>1967,76(1967,26) ккал</b>	<b>итого за ужин:</b>	<b>390/377,45</b>	чай с ягодами черной смородины	180/42,1
вода питьевая на весь день	300/-	вода питьевая на весь день	300/-	вода питьевая на весь день	300/-	вода питьевая на весь день	300/-	<b>итого за ужин:</b>	<b>415(405)/ 350,79(350,29)</b>
<b>итого за день:</b>	<b>1875г/1789,21 ккал</b>	<b>итого за день:</b>	<b>1854 (1844) г /1967,76(1967,26) ккал</b>	<b>итого за день:</b>	<b>1844(1794)г /1824,82(1847,82) ккал</b>	<b>итого за день:</b>	<b>1844 (1831)г/1805,85(1805,35)</b>	<b>итого за завтрак 1:</b>	<b>306/410,92</b>
<b>средние значения за неделю: 1839,2(1835) г/1834,19(1843,46) ккал</b>									
<b>+39 (35)г к минимальному весу //+2% (соответствует нормативным значениям)</b>									



Утверждаю  
И. о. заведующего  
Булатова С.В.  
«01» сентября 2021 г.



Основное меню, осенне-зимний сезон, 2-я неделя, с 1 г до 3 лет

понедельник		вторник		среда		четверг		пятница	
наименование	вес/ккал	наименование	вес/ккал	наименование	вес/ккал	наименование	вес/ккал	наименование	вес/ккал
завтрак 1		завтрак 1		завтрак 1		завтрак 1		завтрак 1	
каша манная молочная	150/149,13	каша пшеничная с тыквой	153	хлопья кукурузные с молоком	125/215,61	макаронны отварные с тертым сыром	124/	омлет натуральный	60/94
кофейный напиток с молоком	150/90,79	молочная	/161,14	кофейный напиток с молоком	150/90,79	сыром	208,9	со сливочным маслом	5/33
бутерброд с маслом	23/68	какао с молоком	150/120,6	молок	23/68	чай с молоком	150/46,67	кофейный напиток с молоком	150/90,79
		греники пшеничные с маслом	15/68	бутерброд с маслом		мармелад желейный	20/67	молоком	32/99,96
<b>итого за завтрак 1:</b>	<b>323/307,92</b>	<b>итого за завтрак 1:</b>	<b>318/349,74</b>	<b>итого за завтрак 1:</b>	<b>298/374,34</b>	<b>итого за завтрак 1:</b>	<b>294/319,57</b>	<b>итого за завтрак 1:</b>	<b>247/317,75</b>
завтрак 2		завтрак 2		завтрак 2		завтрак 2		завтрак 2	
сок фруктовый	100/46	яблоко (груша)	100/44 (100/46)	отвар «Витаминный»	70/34,92	яблоко (цитрусовые)	100/44	сок фруктовый	100/46
		<b>итого за завтрак 2:</b>	<b>100(100)/44(46)</b>	<b>итого за завтрак 2:</b>	<b>150/70,12</b>	<b>итого за завтрак 2:</b>	<b>100(100)/44(89)</b>	<b>итого за завтрак 2:</b>	<b>100/46</b>
обед		обед		обед		обед		обед	
борщ с квашеной (свежей) капустой, со сметаной на о/б	158 /82,85	салат из свежей капусты (салат из квашеной капусты)	40/34,96 (40/33,71)	отулец свежий (отулец соленый)	40/4,4 (30/3,9)	отулец свежий «Ароматный» суп крупной (геркулесовый) на мясном бульоне	40/6 150/63,75	салат из свеклы	40/37,56
птица, тушенная в соусе	80/147,2	мясо к супу (птица)	15/31,01	уха «Рыбачья»	150/100,35	кнели с отварным мясом, с печеню	60/201,49	сметаной на овощном бульоне	150/63
макаронны отварные со сливочным маслом	80/79,3	биточки «Любительские» рыбные	60/84	котлета мясная с капустой	60/105,8	печеню		биточки мясные	60/170/67
компот из сухофруктов	5/33	картофельное пюре	120/135,04	соус сметанный с томатом	20/14,82	картофельное пюре с тыквой	120 /106,38	макаронны отварные со сливочным маслом	100/93,77
хлеб ржано-пшеничный	150/51,32	компот из сухофруктов с шиповником	150/59,56	гречка рассыпчатая	110/178,75	компот из сухофруктов	150/51,32	соус томатный	20/26,25
хлеб пшеничный, в/сорт	30/67,8	хлеб ржано-пшеничный	30/67,8	хлеб ржано-пшеничный	30/67,8	хлеб пшеничный, в/сорт	30/67,8	компот из сухофруктов	150/51,32
		хлеб пшеничный, в/сорт	20/59	хлеб пшеничный, в/сорт	20/59	хлеб пшеничный, в/сорт	20/59	хлеб ржано-пшеничный	30/67,8
<b>итого за обед:</b>	<b>573/520,47</b>	<b>итого за обед:</b>	<b>585/535,12 (533,87)</b>	<b>итого за обед:</b>	<b>580(570)/582,24 (581,74)</b>	<b>итого за обед:</b>	<b>570/554,58</b>	<b>итого за обед:</b>	<b>555/510,37</b>
полдник		полдник		полдник		полдник		полдник	
молоко	150/85	ряженка	150/81,0	чай с молоком	150/46,67	какао с молоком	150/120,6	яблоко	80/35,2
булочка сдобная	35/104,1	бутерброд с повидлом	50/156	печенье (2 шт)	40/184	бутерброд с маслом	23/68	кефир	150/79,5
<b>итого за полдник:</b>	<b>185/189,1</b>	<b>итого за полдник:</b>	<b>200/237</b>	<b>итого за полдник:</b>	<b>190/230,67</b>	<b>итого за полдник:</b>	<b>173/188,6</b>	<b>итого за полдник:</b>	<b>285/273,04</b>
ужин		ужин		ужин		ужин		ужин	
тефтели мясные с рисом	60/110,54	вареники ленивые с сахаром, сливочным маслом	110/225	салат из моркови	43/48	котлеты рыбные с капустой и морковью запеченные	50/72,5	птица отварная	40/82,7
картофель отварной с зеленью, сливочным маслом	105/75	чай черный с соком	5/33	запеканка творожная	50/123,5	рис отварной	100/153,8	пюре картофельное	100/112,53
чай черный с сахаром	150/27,93	хлеб пшеничный, в/сорт	150/37,13	соус молочный сладкий	20/16,76	чай черный с соком	150/37,13	отулец свежий (отулец соленый)	40/4,4
хлеб ржано-пшеничный	20/59	хлеб ржано-пшеничный	20/45,2	фруктовый чай	150/53,25	хлеб пшеничный, в/сорт	20/59	хлеб ржано-пшеничный	(30/3,9)
								чай с ягодами черной смородины	20/45,2
<b>итого за ужин:</b>	<b>360/350,67</b>	<b>итого за ужин:</b>	<b>265/2262,46</b>	<b>итого за ужин:</b>	<b>263/241,51</b>	<b>итого за ужин:</b>	<b>320/322,41</b>	<b>итого за ужин:</b>	<b>350(340) /278,55 (278,05)</b>
вода питьевая на весь день	200/-	вода питьевая на весь день	200/-	вода питьевая на весь день	200/-	вода питьевая на весь день	200/-	вода питьевая на весь день	200/-
<b>итого за день:</b>	<b>1541/1414,16 ккал</b>	<b>итого за день:</b>	<b>1468/1428,32(1429,07)ккал</b>	<b>итого за день:</b>	<b>1481 (1471)/1498,94 (1498,44)</b>	<b>итого за день:</b>	<b>1457/1429,16 (14674,16)</b>	<b>итого за день:</b>	<b>1537 (1527) /1425,71(1425,21)</b>

средние значения за неделю: 1497 (1493) г/ 1439,2(1448,2)ккал

-3(-7) г к минимальному весу /+2 (+3)% (соответствует нормативным значениям)



Утверждаю  
И. о. заведующего  
Булатова С.В.  
«01» сентября 2021 г.

Основное меню, осенне-зимний сезон, 3-я неделя, с 3 до 7 лет

понеделник		вторник		среда		четверг		пятница	
наименование	вес/ккал	наименование	вес/ккал	наименование	вес/ккал	наименование	вес/ккал	наименование	вес/ккал
завтрак 1		завтрак 1		завтрак 1		завтрак 1		завтрак 1	
суп молочный с вермишелью	200/187	каша «Рябчик» молочная	200/206,67	каша пшеничная молочная	200/210,4	каша рисовая молочная	200/204,6	хлопья кукурузные с	164/264,9
кофейный напиток с молоком	180/113,5	какао с молоком	180/143,4	кофейный напиток с	180/113,5	кофейный напиток с	180/113,2	молоком	180/56
печенье	20/92	гренки пшеничные с маслом	18/102	молоком	8/39,2	молоком	35/114	чай с молоком	30/102
итого за завтрак 1:	400/392,5	итого за завтрак 1:	398/452,07	палочки «Кузя Лакомкин»	388/363,1	бутерброд с сырной пастой	415/432,1	бутерброд с маслом	374/422,4
завтрак 2		завтрак 2		итого за завтрак 1		итого за завтрак 1		итого за завтрак 1:	
сок фруктовый	150/69,0	йогурт питьевой	150/118,5	бананы	120/114	сок фруктовый	150/69,0	яблоко	150/66
итого за завтрак 2:	150/69,0	итого за завтрак 2:	150/118,5	итого за завтрак 2:	120/114	итого за завтрак 2:	150/69,0	(груша)	(200/92)
обед		обед		обед		обед		итого за завтрак 2:	
огурец свежий	40/4,4	салат из свежих с чесноком	60/65	суп -лапша домашняя	200/81,8	огурец свежий	40/4,4	обед	
(огурец соленый)	(30/3,9)	сухарики ржаные	6/24,86	голубцы ленивые	180/246,4	(огурец соленый)	(30/3,9)	салат из свежей капусты	60/52,44
Щи из свежей (квашен)капусты	200/84,36	суп гороховый, с говядиной	200/113,2	соус сметанный с томатом	30/24,03	суп с рыбными	200/105,5	(салат из квашеной капусты)	(60/50,57)
на мясном бульоне	120/189	шницель натуральный	80/116	компот из сухофруктов с	180/72,39	фриздельками	80/225,1	рассольник	200/96,6
гуляш из отварного мяса	130/211,3	(рыбный, треска)	150/151,5	шиповником	40/90,4	биточки мясные	155/140,23	«Ленинградский» со	
гречка рассыпчатая	180/64,2	пюре картофельное	180/69,5	хлеб ржано-пшеничный	30/88,5	рагу овощное с тыквой*	180/64,15	сметаной,(с перловой крупой*)	
компот из сухофруктов	40/90,4	фруктовый чай	40/118	хлеб пшеничный, в/сорт	30/88,5	компот из сухофруктов	40/90,4	мясо к супу (свинина)	20/124,6
хлеб ржано-пшеничный	20/59	хлеб пшеничный, в/сорт		итого за обед	660/630,49	хлеб ржано-пшеничный	20/59	котлета рубленая из птицы	80/137,33
итого за обед:	730(720)/706,96 (706,46)	итого за обед:	716/658,06	итого за обед:	660/630,49	итого за обед:	715/688,78	макароны со сливочным	110/93,9
полдник		полдник		полдник		полдник		соус томатный	5/33
фруктовый чай	180/69,5	чай «Цитрусовый микс»	180/48,91	какао с молоком	180/143,4	яблоко	100/44	максос томатный	30/39,38
ватрушка с повидлом	50/158,6	гренки молочные	55/158,34	бутерброд с сыром	41/140,42	кефир	180/95,4	фруктовый чай	180/69,5
итого за полдник:	230/228,07	итого за полдник:	235/207,25	итого за полдник:	221/283,82	печенье	20/92	хлеб ржано-пшеничный	40/90,4
ужин		ужин		ужин		ужин		итого за обед:	725/737,15(735,28)
омлет натуральный	60/94	яблоко	80/35,2	запеканка творожно-	120/293,81	суп молочный с	2000/187	полдник	
винегрет овощной	70/64,12	вареники ленивые с сахаром,	110/225	фруктовая (с яблоками)	20/65,6	вермишелью	30/88,5	молоко	180/102
чай черный с сахаром	180/35,9	сливочным маслом	5/33	молоко, стуженное с	180/102,8	хлеб пшеничный, в/сорт	180/37,95	булочка сдобная	50/145,12
хлеб ржано-пшеничный	30/67,8	чай черный с соком	180/49,7	сахаром	30/462,21	чай черный с лимоном	300/231,4	итого за полдник:	230/247,12
итого за ужин:	340/261,82	итого за ужин:	375/342,91	итого за ужин:	30/462,21	итого за ужин:	410/313,45	ужин	
вода питьевая на весь день	300/-	вода питьевая на весь день	300/-	вода питьевая на весь день	300/-	вода питьевая на весь день	300/-	тефтели из печени с рисом	120/158
итого за день:	1850(1840)/1658,35(1657,85)	итого за день:	1874/1778,79ккал	итого за день:	1709/1826,62	итого за день:	1990(1940)/1734,73(1734,23)	капуста тушеная	100/79
								чай черный с ягодами	180
								черный смородины (облепихи)*	/42,1(43,2)
								хлеб ржано-пшеничный	20/45,2
								хлеб пшеничный, в/сорт	20/59
								итого за ужин:	440/383,3(384,4)
								вода питьевая на весь день	300/-
								итого за день:	1919(1969)/1855,9(1881,2)

\* возможна замена

средние значения за неделю: 1868(1876)г/ 1771 (1776)ккал (-29(24 ккал))

-+68(+76)г к минимальному весу /-1,6%(1,3)% (соответствует нормативным значениям)



Утверждаю  
 И.О. — заведующего  
 Булатова С.В.  
 «01» сентября 2021 г.



Основное меню, осенне-зимний сезон, 3-я неделя, с 1 г до 3 лет

понеделник		вторник		среда		четверг		пятница	
наименование	вес/ккал	наименование	вес/ккал	наименование	вес/ккал	наименование	вес/ккал	наименование	вес/ккал
завтрак 1		завтрак 1		завтрак 1		завтрак 1		завтрак 1	
суп молочный с вермишелью	150/140,28	каша «Рябчик» молочная	150/155	каша пшеничная молочная	150/153,47	каша рисовая молочная	150/149,13	хлопья кукурузные с	125/215,61
кофейный напиток с	150/90,79	какао с молоком	150/120,6	кофейный напиток с	150/90,79	кофейный напиток с	150/90,79	молоком	
молоком	20/92	гренки пшеничные с маслом	15/68	молоком		молоком		чай с молоком	150/46,7
печенье				палочки «Кузя Лакомкин»	6/29,4	бутерброд с сырной пастой	28/94,38	бутерброд с маслом	23/68
<b>итого за завтрак 1</b>	<b>320/323,07</b>	<b>итого за завтрак 1:</b>	<b>315/343,6</b>	<b>итого за завтрак 1</b>	<b>306/273,66</b>	<b>итого за завтрак 1:</b>	<b>328/334,3</b>	<b>итого за завтрак 1:</b>	<b>298/330,28</b>
завтрак 2		завтрак 2		завтрак 2		завтрак 2		завтрак 2	
сок фруктовый	100/46	йогурт питьевой	130/102,7	бананы	100/95	сок фруктовый	100/46	яблоко	100/44
								(груша)	100/46
<b>итого за завтрак 2:</b>	<b>100/46</b>	<b>итого за завтрак 2:</b>	<b>130/102,7</b>	<b>итого за завтрак 2</b>	<b>100/95</b>	<b>итого за завтрак 2:</b>	<b>100/46</b>	<b>итого за завтрак 2:</b>	<b>100(100)/44(46)</b>
обед		обед		обед		обед		обед	
огурец свежий	40/4,4	салат из свежкл с чесноком	45/4875	суп –лапша домашняя	150/61,35	огурец свежий *	40/4,4	салат из свежей капусты	40/34,96
(огурец соленый)*	(30/3,9)	сухарики ржаные	5/20,34	голубцы ленивые	160/219	(огурец соленый)	(30/3,9)	(салат из квашеной капусты)	(40/33,71)
щи из свежей (квашеной)*	150/64,17	суп гороховый, с говядиной	150/81,42	соус сметанный с томатом	20/14,82	суп с рыbnыми	150/78,9	суп «Здоровье» со сметаной	150/77,78
капусты на мясном бульоне		шницель натуральный	60/83	компот из сухофруктов с	150/59,56	фрикадельками		мясо к супу (свинина)	10/62,3
со сметаной		(рыбный, треска)		шиповником		биточки мясные	60/170,67	котлета рубленая из птицы	60/103
гуляш из отварного мяса*	120/189	пюре картофельное	120/128,44	хлеб ржано-пшеничный	30/67,8	рагу овощное с тыквой*	125/113,09	макароны со сливочным	100/112
гречка рассыпчатая	110/178,75	фруктовый чай	150/53,25	хлеб пшеничный, в/сорт	20/59	компот из сухофруктов	150/51,32	маслом	
компот из сухофруктов	150/51,32	хлеб пшеничный, в/сорт	30/88,5			хлеб ржано-пшеничный	30/67,8	соус томатный	20/26,25
хлеб ржано-пшеничный	30/67,8					хлеб пшеничный, в/сорт	20/59	фруктовый чай	150/53,25
хлеб пшеничный, в/сорт	20/59							хлеб ржано-пшеничный	30/67,8
<b>итого за обед:</b>	<b>620(610)/614,44(613,94)</b>	<b>итого за обед:</b>	<b>560/503,3</b>	<b>итого за обед:</b>	<b>530/481,53</b>	<b>итого за обед:</b>	<b>575(565)/545,18 (544,68)</b>	<b>итого за обед:</b>	<b>565(537,64)(536,39)</b>
полдник		полдник		полдник		полдник		полдник	
фруктовый чай	150/53,25	чай «Цитрусный микс»	150/39,76	какао с молоком	150/120,6	яблоко	80/35,2	молоко	150/85
ватрушка с повидлом	35/111,0	гренки молочные	55/158,34	бутерброд с сыром	32/99,96	кефир	150/79,5	булочка сдобная	35/104,1
		«По-деревенски»				печенье	20/92,0		
<b>итого за полдник:</b>	<b>185/164,25</b>	<b>итого за полдник:</b>	<b>205/198,1</b>	<b>итого за полдник:</b>	<b>182/220,56</b>	<b>итого за полдник:</b>	<b>250/206,7</b>	<b>итого за полдник:</b>	<b>185/189,1</b>
ужин		ужин		ужин		ужин		ужин	
омлет натуральный	60/94	яблоко	60/26,4	запеканка творожно-	90/220,36	суп молочный с	150/140,28	тефтели из печени с рисом	80/108,5
винегрет овощной	50/45,8	вареники ленивые с сахаром,	110/225	фруктовая (с яблоками)		вермишелью		капуста тушеная	100/79
чай черный с сахаром	150/27,93	сливочным маслом	5/33	молоко, сгущенное с	20/65,6	хлеб пшеничный, в/сорт	20/59	чай черный с ягодами	150/
хлеб ржано-пшеничный	20/45,2	чай черный с соком	150/37,13	сахаром		чай черный с лимоном	150/29,29	черной смородины (облепихи)*	33,72(34,67)
				кисель из ягод	150/85,93			хлеб ржано-пшеничный	20/45,2
								хлеб пшеничный, в/сорт	20/59
<b>итого за ужин:</b>	<b>280/212,93</b>	<b>итого за ужин:</b>	<b>325/321,53</b>	<b>итого за ужин:</b>	<b>260/371,89</b>	<b>итого за ужин:</b>	<b>320/228,57</b>	<b>итого за ужин:</b>	<b>370(325,42 (326,37))</b>
вода питьевая на весь день	200/-	вода питьевая на весь день	200/-	вода питьевая на весь день	200/-	вода питьевая на весь день	200/-	вода питьевая на весь день	200/-
<b>итого за день:</b>	<b>1505(1495)/1360,69(1360,19)</b>	<b>итого за день:</b>	<b>1535(1469,23 ккал)</b>	<b>итого за день:</b>	<b>1378/1442,64 ккал</b>	<b>итого за день:</b>	<b>1573(1563)/1360,75(1360,25)</b>	<b>итого за день:</b>	<b>1518(146,44)(1428,14)</b>

средние значения за неделю: 1536(1534)г/1411,95(1412,09)ккал  
 \* возможна замена  
 -10 (-14) г к минимальному весу // -0,3%(соответствует нормативным значениям)



Утверждаю  
И. о. заведующего  
Булатова С.В.  
«01» сентября 2021 г.



Основное меню, осенне-зимний сезон, 4-я неделя, с 3 до 7 лет

понедельник		вторник		среда		четверг		пятница	
наименование	вес/ккал	наименование	вес/ккал	наименование	вес/ккал	наименование	вес/ккал	наименование	вес/ккал
завтрак 1		завтрак 1		завтрак 1		завтрак 1		завтрак 1	
суп с вермишелью, молочный	200/187	маслом хлопья кукурузные с	164/264,9	каша пшеница молочная	200/206,4	каша «Дружба» молочная	200/184,6	драчена	80/127
чай черный с молоком	180/56	молоком	180/113,5	кофейный напиток с	180/113,5	кофейный напиток с	180/113,5	сливочным маслом	5/33
бутерброд с маслом	30/102	кофейный напиток с молоком	18/102	молоком		молоком		какао с молоком	180/143,4
		бутерброд с маслом		бутерброд с сырной пастой	35/114	гренки пшеничные с	18/102	хлеб пшеничный	30/88,5
<b>итого за завтрак 1:</b>	<b>410/345</b>	<b>итого за завтрак 1:</b>	<b>374/480,4</b>	<b>итого за завтрак 1:</b>	<b>415/433,9</b>	<b>итого за завтрак 1:</b>	<b>398/400,11</b>	<b>итого за завтрак 1:</b>	<b>295/ 391,9</b>
завтрак 2		завтрак 2		завтрак 2		завтрак 2		завтрак 2	
сок фруктовый	150/69,0	сок фруктовый	150/69,0	яблоко	150/66	бананы	120/114	сок фруктовый	150/69,0
				(цитрусовые)	(100/89)	(яблоко)	(150/66)		
<b>итого за завтрак 2:</b>	<b>150/69,0</b>	<b>итого за завтрак 2:</b>	<b>150/69,0</b>	<b>итого за завтрак 2:</b>	<b>150/66(100/89)</b>	<b>итого за завтрак 2:</b>	<b>120/114(150/66)</b>	<b>итого за завтрак 2:</b>	<b>150/69,0</b>
обед		обед		обед		обед		обед	
отурец свежий	40/4,4	салат из свежей капусты	60/52,44	отурец свежий	40/4,4	отурец свежий «Ароматный»	40/6	салат из свеклы с чесноком	60/65
(отурец соленый)	(30/3,9)	(салат из квашеной капусты)	(60/50,57)	(отурец соленый)	(30/3,9)	суп овощной с птицей	200/94,3	суп с рыбными консервами	200/133,8
борщ из свежей капусты	200	суп с клецками на курином	200/69,8	суп с протертым мясом	200/70,4	котлета мясная	80/225,1	тефтели мясные с рисом	80/152,42
«По-украински» со сметаной	/110,1	бульоне		рыба тушеная в сметанном	80/99,43	картофельное пюре	150/151,5	макаронные отварные со	110/93,9
на овощном бульоне		суфле из птицы	80/184,14	соусе		компот из сухофруктов с	180/72,39	сливочным маслом	5/33
гренка «По-купечески»	210/548,29	картофельное пюре	150/151,5	рис «Пестрый»	130/192,5	шиповником	40/90,4	соус томатный	40/52,5
компот из сухофруктов	180/64,2	компот из сухофруктов с	180/72,38	фруктовый чай	180/69,5	хлеб ржано-пшеничный	40/90,4	компот из сухофруктов	180/64,2
хлеб ржано-пшеничный	40/90,4	шиповником		хлеб ржано-пшеничный	40/90,4	хлеб пшеничный, в/сорт	30/88,5	хлеб ржано-пшеничный	40/90,4
хлеб пшеничный, в/сорт	20/45,2	хлеб ржано-пшеничный	40/90,4	хлеб пшеничный, в/сорт	20/59				
		хлеб пшеничный, в/сорт	20/59			<b>итого за обед:</b>	<b>690/585,63 (585,13)</b>	<b>итого за обед:</b>	<b>715/685,17</b>
<b>итого за обед:</b>	<b>690(680)/876,39(875,89)</b>	<b>итого за обед:</b>	<b>730/679,66(677,79)</b>	<b>итого за обед:</b>	<b>690/585,63 (585,13)</b>	<b>итого за обед:</b>	<b>720/728,16</b>	<b>итого за обед:</b>	<b>715/685,17</b>
полдник		полдник		полдник		полдник		полдник	
ряженка	180/97,5	яблоко	100/44	кисель из ягод	180/102,8	молоко	180/102	яблоко	100/44
гренки молочные «По-деревенски»	55/158,3	какао	180/143,4	булочка сладкая	50/145,1	зефир	30/98	кефир	180/95,4
		булочка «Творожная»	50/153,0					бутерброд с повидлом	55/156
<b>итого за полдник:</b>	<b>235/255,8</b>	<b>итого за полдник:</b>	<b>330/340,4</b>	<b>итого за полдник:</b>	<b>230/247,9</b>	<b>итого за полдник:</b>	<b>210/200</b>	<b>итого за полдник:</b>	<b>335/295,4</b>
ужин		ужин		ужин		ужин		ужин	
яблоко	80/35,2	макаронны с тертым сыром	164/249,5	яйцо вареное (1 шт)	40/63	рыба под овощами	80/36	картофель отварной с зеленью	100/75
вареники ленивые, с сахаром,	110/225	салат «Овощная смесь»	40/39,40	рагу овощное с зеленым	155/142,1	макаронные изделия отварные	110/93,9	со сливочным маслом	5/33
сливочным маслом	5/33	чай с ягодами черной	180/42,1	горошком		со сливочным маслом	5/33	капуста тушеная	100/79
кисель из ягод	180/102,8	смородины (облепихи)	(43,2)	чай черный с сахаром	180/35,9	хлеб ржано-пшеничный	30/67,8	чай черный с лимоном	180/37,95
		хлеб пшеничный, в/сорт	20/59	хлеб ржано-пшеничный	20/45,2	чай черный с соком	180/49,7	хлеб ржано-пшеничный	20/45,2
				хлеб пшеничный, в/сорт	20/45,2			хлеб пшеничный, в/сорт	20/59
<b>итого за ужин:</b>	<b>375/396</b>	<b>итого за ужин:</b>	<b>404/389,92 (391,06)</b>	<b>итого за ужин:</b>	<b>415/345,2</b>	<b>итого за ужин:</b>	<b>405/280,4</b>	<b>итого за ужин:</b>	<b>425/329,15</b>
вода питьевая на весь день	300/-	вода питьевая на весь день	300/-	вода питьевая на весь день	300/-	вода питьевая на весь день	300/-	вода питьевая на весь день	300/-
<b>итого за день:</b>	<b>1860(1850)/1942,18(1941,69)</b>	<b>итого за день:</b>	<b>1988/ 19,59,38 (1958,65)ккал</b>	<b>итого за день:</b>	<b>1900(1880)/1678,66(1701,16)</b>	<b>итого за день:</b>	<b>1853(1883)/1722,67(1674,7)</b>	<b>итого за день:</b>	<b>1920/ 1770,62</b>

средние значения за неделю: **1904 г/1814,70 (1809,36) ккал**  
\* возможна замена  
+104 г к минимальному весу // 100% - соответствует нормативным значениям



Утверждаю  
И. о. заведующего  
Булагова С.В.  
«01» сентября 2021 г.



Основное меню, осенне-зимний сезон, 4-я неделя, с 1 г до 3 лет

понедельник	вторник		среда		четверг		пятница	
	наименование	вес/ккал	наименование	вес/ккал	наименование	вес/ккал	наименование	вес/ккал
завтрак 1	завтрак 1	завтрак 1	завтрак 1	завтрак 1	завтрак 1	завтрак 1	завтрак 1	завтрак 1
суп с вермишелью, молочный	маслом хлопья кукурузные с молоком	125/215,61	каша пшеничная молочная	каша «Дружба» молочная	150/150,48	огурец свежий «Ароматный»	салат из свеклы с чесноком	60/87
чай черный с молоком	кофейный напиток с молоком	150/90,79	кофейный напиток с молоком	кофейный напиток с молоком	150/90,79	суп с овощной с птицей	суп с рыбными консервами	150/100,35
бутерброд с маслом	бутерброд с маслом	23/68	бутерброд с сырной пастой	бутерброд с сырной пастой	28/94,38	котлета мясная	тефтели мясные с рисом	60/110,54
<b>итого за завтрак 1:</b> 323/254,95	<b>итого за завтрак 1:</b> 298/374,4		<b>итого за завтрак 1:</b> 328/335,65	<b>итого за завтрак 1:</b> 328/335,65		картофельное пюре	макаронные отварные со сливочным маслом	100/112,3
сок фруктовый	сок фруктовый	100/46	яблоко (цитрусовые)	бананы (яблоко)	100/44 (100/89)	шиповником	сливочным маслом	20/26,25
<b>итого за завтрак 2:</b>	<b>итого за завтрак 2:</b> 100/46		<b>итого за завтрак 2:</b> 100((100)/44(89))	<b>итого за завтрак 2:</b> 100((100)/44(89))		хлеб ржано-пшеничный	соус томатный	150/51,32
обед	обед		обед	обед		хлеб пшеничный, в/сорт	хлеб ржано-пшеничный	30/67,8
огурец свежий (огурец соленый)*	салат из свежей капусты (салат из квашеной капусты)*	40/34,96 (40/33,71)	огурец свежий (огурец соленый)*	огурец свежий «Ароматный»	40/4,4	хлеб пшеничный, в/сорт	хлеб ржано-пшеничный	30/67,8
борщ из свежей капусты «По-украински» со сметаной	суп с клецками на курином бульоне	158/82,85	суп с протертым мясом	суп овощной с птицей	150/53,22	хлеб ржано-пшеничный	компот из сухофруктов	20/59
на овощном бульоне	суфле из птицы	60/78,75	рыба тушеная в сметанном соусе	картофельное пюре	110/162,88	хлеб ржано-пшеничный	компот из сухофруктов	20/59
гречка «По-купечески»	картофельное пюре	120/135,04	рис «Пестрый»	хлеб ржано-пшеничный	150/53,25	хлеб пшеничный, в/сорт	хлеб ржано-пшеничный	20/59
компот из сухофруктов	компот из сухофруктов с шиповником	150/59,56	фруктовый чай	хлеб ржано-пшеничный	30/67,8			
хлеб ржано-пшеничный	хлеб ржано-пшеничный	30/67,8	хлеб пшеничный, в/сорт	хлеб пшеничный, в/сорт	20/59			
хлеб пшеничный, в/сорт	хлеб пшеничный, в/сорт	20/59						
<b>итого за обед:</b> 558(548)/659,05(658,55)	<b>итого за обед:</b> 570/487,46 (486,21)		<b>итого за обед:</b> 560(550)/466,54(466,04)	<b>итого за обед:</b> 570/562,17				<b>итого за обед:</b> 560/517,31
полдник	полдник		полдник	полдник				
ряженка	яблоко	80/35,2	кисель из ягод	молоко	150/85			
гренки молочные «По-деревенски»	какао	150/120,6	булочка сдобная	зефир	35/104,1			
<b>итого за полдник:</b> 205/239,4	<b>итого за полдник:</b> 270/278,2		<b>итого за полдник:</b> 185/190,03	<b>итого за полдник:</b> 180/183				
ужин	ужин		ужин	ужин				
яблоко	макароны с тертым сыром	124/208,9	яйцо вареное (1 шт)	рыба, припущенная с овощами	40/63			
вареники ленивые, с сахаром, сливочным маслом	салат «Овощная смесь»	40/37,34	рагу овощное с зеленым горошком	макаронные изделия со сливочным маслом	105/94,13			
кисель из ягод	чай с ягодами черной смородины (облепихи)	150/33,72 (34,67)	чай черный с сахаром	хлеб ржано-пшеничный	150/27,93			
<b>итого за ужин:</b> 280/276,08	<b>итого за ужин:</b> 334/ 341,02(307,3)		<b>итого за ужин:</b> 335/289,26	<b>итого за ужин:</b> 335/221,63				
вода питьевая на весь день	вода питьевая на весь день	200/-	вода питьевая на весь день	вода питьевая на весь день	200/-			
<b>итого за день:</b> 14 66(1456)/1475,42(1445,9)	<b>итого за день:</b> 1572/ 1536,08(1492,11)ккал		<b>итого за день:</b> 1508(1498)/1325,49(1369,99)	<b>итого за день:</b> 1490(1500)/1432,3(1334,37)				

средние значения за неделю: 1522(1510) г / 1444(1424,5)ккал  
+22(+10)г к минимальному весу / +3% [соответствует нормативным значениям]

\* возможна замена