

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ
д/с № 11 «Лазурный»

С.А. Сулименко

09 января 2025 г

**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЕНИЕ БЛЮД
12 ЧАСОВ ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1-3 ЛЕТ**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 1							
Завтрак	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	2,4	3,7	22,5	103,2	199
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,2	2	9,9	72,1	413
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25	1,6	5,4	7,8	91,2	3
Итого за завтрак		355	6,2	11,1	40,2	266,5	
Второй завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ)	100	0,45	0,42	10,5	72,6	400
Итого за второй завтрак		100	0,45	0,42	10,5	72,6	
Обед	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (СОЛЕННЫЕ)	40	0,3	0	0,6	4	71
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150	1,3	3,1	7,0	62,9	63
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	2,1	3,1	22,3	117,1	219
	ТЕФТЕЛИ (1 ВАРИАНТ)	60	6,5	8,4	6,1	130,2	461
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,2	0	13,9	54,9	394
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,7	0,1	9	34,3	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,9	0,3	11,5	40	
Итого за обед		550	12,0	15,0	70,4	443,4	
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	160	14,5	5,1	26,4	210,5	100
	СОУС СМЕТАННЫЙ №371	40	0,5	4,1	1,7	48,3	385
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	180	0,9	0,2	18,2	82,8	418
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,5	0,2	6,9	24	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,7	0,1	9	34,3	
Итого за уплотнены полдник		410	17,1	9,7	62,2	399,9	
ужин	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	1,4	4,7	24,2	152,2	450
	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	150	3,6	3,8	6,8	74,3	420
Итого за ужин		200	5,0	8,5	31,0	226,5	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			40,75	44,72	214,3	1408,9	

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в граммах)

СанПин Приложение №9,10

Завтрак и 2-ой завтрак		Обед		Уплотненный полдник		Ужин		Всего	
норма	факт	норма	факт	норма		норма	факт	норма	факт

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в Ккал)

Калорийность	Б	Ж	У	Ккал	Витамин С
Норма					
Факт					
Фактически в %					

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ
д/с № 11 «Лазурный»

С.А. Сулименко

09 января 2025 г

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЕНИЕ БЛЮД
12 ЧАСОВ ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1-3 ЛЕТ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 2							
Завтрак	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/20	12	11,4	23,3	220,5	366
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,5	3	13,1	98,8	414
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	0,9	4,3	12	83,1	1
Итого за завтрак		355	16,4	18,7	48,4	402,4	
Второй завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ)	100	0,45	0,42	10,5	72,6	400
Итого за второй завтрак		100	0,45	0,42	10,5	72,6	
Обед	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	0,4	2	1,0	23,5	20
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180	1,6	2,5	8,5	57,7	110
	ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ	160	10,4	15,6	22,5	302,8	266
	КИСЕЛЬ ИЗ СУХИХ ФРУКТОВ	150	0,2	0	16,5	63,0	239
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,9	0,2	12	45,7	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,9	0,3	11,5	40	
Итого за обед		575	14,4	20,6	72,0	532,7	
Уплотне нный полдник	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (СОЛЕННЫЕ)	40	0,3	0	0,6	4	71
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,2	3,4	14,5	100,4	339
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	4,2	1,5	11,2	100,5	239
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0	0	8,6	37,0	686
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,5	0,2	6,9	24	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,9	0,2	12	45,7	
Итого за уплотненный полдник		425	8,1	5,3	53,8	311,6	
Ужин	КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ	40	0,9	4,5	23,0	142,4	483
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	3,8	3,5	7,8	84,2	419
Итого за ужин		220	4,7	8,0	30,8	226,6	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			44,05	53,02	215,5	1545,9	

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в граммах)

СанПин Приложение №9,10

Завтрак и 2-ой завтрак		Обед		Уплотненный полдник		Ужин		Всего	
норма	факт	норма	факт	норма		норма	факт	норма	факт

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в Ккал)

Калорийность	Б	Ж	У	Ккал	Витамин С
Норма					
Факт					
Фактически в %					

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ

д/с № 11 «Лазурный»

С.А. Сулименко

09 января 2025 г

**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЕНИЕ БЛЮД
12 ЧАСОВ ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1-3 ЛЕТ**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы			
Неделя 1 День 3								
Завтрак	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	2,8	3,3	15,4	104,2	199	
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,9	2,8	11,3	88,9	416	
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25	1,6	5,4	7,8	91,2	3	
Итого за завтрак		355	7,3	11,5	34,5	284,3		
Второй завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ)	100	0,45	0,42	10,5	72,6	400	
Итого за второй завтрак		100	0,45	0,42	10,5	72,6		
Обед	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	40	0,6	1,8	4,8	36,3	41	
	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	180	2,1	2,5	12,8	79,7	81	
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	110	2	3,4	16,6	98,9	200	
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	5,4	6,2	7	116,5	322	
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	180	0,8	0,2	16,6	80,3	418	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,7	0,1	9	34,3		
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,9	0,3	11,5	40		
Итого за обед		610	12,5	14,5	78,3	486,0		
Уплотнен ный полдник	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (СОЛЕННЫЕ)	40	0,3	0	0,6	4	71	
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	180	7,5	6,2	12,3	134	346	
	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	180	0	0	4,4	18,7	264	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,5	0,2	6,9	24		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,7	0,1	9	34,3		
Итого за уплотненный полдник		430	9,0	6,5	33,2	215,0		
Ужин	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30	0,5	0,7	25,4	106,2		
	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180	4,3	4,5	8,1	89,1	420	
Итого за ужин		210	4,8	5,2	33,5	195,3		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				34,05	38,12	190,0	1253,2	

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в граммах)

СанПин Приложение №9,10

Завтрак и 2-ой завтрак		Обед		Уплотненный полдник		Ужин		Всего	
норма	факт	норма	факт	норма		норма	факт	норма	факт

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в Ккал)

Калорийность	Б	Ж	У	Ккал	Витамин С
Норма					
Факт					
Фактически в %					

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ
д/с № 11 «Лазурный»

С.А. Сулименко
09 января 2025 г

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЕНИЕ БЛЮД
12 ЧАСОВ ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1-3 ЛЕТ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 4							
Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	11,6	14,5	2,5	175,5	237
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,5	3	13,2	98,9	414
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	0,9	4,3	12	83,1	1
Итого за завтрак		355	16,0	21,8	27,7	357,5	
Второй завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ)	100	0,45	0,42	10,5	72,6	349
Итого за второй завтрак		100	0,45	0,42	10,5	72,6	
Обед	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0,9	1,8	4,8	38,1	55
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150	2,6	2,3	11,5	79,6	90
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	10,4	9,3	16,5	255,9	436
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,1	0,1	9,2	40,3	243
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,7	0,1	9	34,3	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,9	0,3	11,5	40	
Итого за обед		560	15,6	13,9	62,5	488,2	
Уплотненный полдник	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ ОТВАРНЫЕ	150	10,5	8,4	18,3	185,5	244
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	40	2,9	3,4	22,2	130,9	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,2	2	9,9	72,1	413
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,5	0,2	6,9	24	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,7	0,1	9	34,3	
Итого за уплотненный полдник		400	16,8	14,1	66,3	446,8	
Ужин	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	40	1,1	1,9	29,7	131,6	441
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	3,8	3,5	7,8	84,2	419
Итого за ужин		220	4,9	5,4	37,5	215,8	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				53,75	55,62	204,5	1580,9

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в граммах)

СанПин Приложение №9,10

Завтрак и 2-ой завтрак		Обед		Уплотненный полдник	Ужин		Всего	
норма	факт	норма	факт	норма	норма	факт	норма	факт

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в Ккал)

Калорийность	Б	Ж	У	Ккал	Витамин С
Норма					244
Факт					
Фактически в %					413

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ
д/с № 11 «Лазурный»
С.А. Сулименко
09 января 2025 г

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЕНИЕ БЛЮД
12 ЧАСОВ ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1-3 ЛЕТ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 5							
Завтрак	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС"	150	3,1	4,3	17	105,4	199
	МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ						
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	6,9	29,0	411
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25	1,6	5,4	7,8	91,2	3
Итого за завтрак		355	4,7	9,7	31,7	225,6	
Второй завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ)	100	0,45	0,42	10,5	72,6	400
Итого за второй завтрак		100	0,45	0,42	10,5	72,6	
Обед	КОНСЕРВЫ ОВОЩНЫЕ						
	ЗАКУСОЧНЫЕ (ПОРЦИЯМИ) ИКРА	30	0,6	2,4	2,1	34,65	50
	КАБАЧКОВАЯ						
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	180	1,8	4,6	9,1	86,7	99
	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ	180	9,5	3,7	20,4	190,5	264
	КИСЕЛЬ ИЗ СУХИХ ФРУКТОВ	150	0,2	0	16,5	63,0	239
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,7	0,1	9	34,3	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,9	0,3	11,5	40	
Итого за обед		580	13,7	11,1	68,6	449,15	
Уплотненный полдник	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (СОЛЕННЫЕ)	40	0,3	0	0,6	4	71
	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	180	12,1	11,7	12,3	250,6	232
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	180	0,9	0,2	18,2	82,8	418
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,5	0,2	6,9	24	159
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,7	0,1	9	34,3	411
Итого за уплотненный полдник		430	14,5	12,2	47,0	395,7	
Ужин	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	1,2	4,5	33,0	184,6	443
	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	150	3,6	3,8	6,8	74,3	420
Итого за ужин		200	4,8	8,3	39,8	258,9	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			38,15	41,72	197,6	1401,95	

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в граммах)
СанПин Приложение №9,10

Завтрак и 2-ой завтрак		Обед		Уплотненный полдник		Ужин		Всего	
норма	факт	норма	факт	норма		норма	факт	норма	факт

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в Ккал)

Калорийность	Б	Ж	У	Ккал	Витамин С
Норма					
Факт					
Фактически в %					

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ
д/с № 11 «Лазурный»
С.А. Сулименко
09 января 2025 г

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЕНИЕ БЛЮД
12 ЧАСОВ ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1-3 ЛЕТ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 1							
Завтрак	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	2,9	4,2	20,8	103,5	199
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,9	2,8	11,3	88,9	416
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	0,9	4,3	12	83,1	1
Итого за завтрак		355	6,7	11,3	44,1	275,5	
Второй завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ)	100	0,45	0,42	10,5	72,6	400
Итого за второй завтрак		100	0,45	0,42	10,5	72,6	
Обед	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (СОЛЕННЫЕ)	40	0,3	0	0,6	4	71
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150	1,3	3,1	7,0	62,9	63
	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	180	16,4	15,4	20,4	280,4	702
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	180	0,9	0,2	18,2	82,8	418
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,7	0,1	9	34,3	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,7	0,2	9,2	32	
Итого за обед		585	20,3	19,0	64,4	496,4	
Уплотненный полдник	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	120	2,5	5,3	19,5	130,7	446
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	6,2	3,1	8,4	110,5	171
	ЧАЙ ПОЛУСЛАДКИЙ	180	0	0	4,4	18,7	264
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,7	0,2	9,2	32	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,9	0,2	12	45,7	
Итого за уплотненный полдник		400	10,3	8,8	53,5	337,6	
Ужин	кондитерские изделия	25	0,4	0,6	21,1	88,5	
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	3,8	3,5	7,8	84,2	419
Итого за ужин		205	4,2	4,1	28,9	172,7	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			41,95	43,62	201,4	1354,8	

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в граммах)
СанПин Приложение №9,10

Завтрак и 2-ой завтрак		Обед		Уплотненный полдник		Ужин		Всего	
норма	факт	норма	факт	норма		норма	факт	норма	факт

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в Ккал)

Калорийность	Б	Ж	У	Ккал	Витамин С
Норма					
Факт					
Фактически в %					

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ
д/с № 11 «Лазурный»
С.А. Сулименко
09 января 2025 г.

**МЕНЮ ПРИГОТОВЛЕНИЕ БЛЮД
12 ЧАСОВ ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1-3 ЛЕТ**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 2							
Завтрак	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,2	4,5	19,9	104,1	199
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,5	3	13,2	98,9	414
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25	1,6	5,4	7,8	91,2	3
Итого за завтрак		355	8,3	12,9	40,9	294,2	
Второй завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ)	100	0,45	0,42	10,5	72,6	400
Итого за второй завтрак		100	0,45	0,42	10,5	72,6	
Обед	ИКРА МОРКОВНАЯ	40	0,9	1,8	4,4	35,1	55
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	150	1,5	3,3	9,7	78,1	82
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,4	3,7	15,8	110,0	339
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	5,4	6,2	7	116,5	322
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,3	0,2	12,8	56,1	417
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,7	0,1	9	34,3	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,9	0,3	11,5	40	
Итого за обед		560	12,1	15,6	70,2	470,1	
Уплотненный полдник	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (СОЛЕННЫЕ)	40	0,3	0	0,6	4	71
	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	1,6	2,6	20,5	107,0	332
	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	6,2	4,8	9,7	115,2	264
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0	0	8,6	37,0	686
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,5	0,2	6,9	24	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,7	0,1	9	34,3	
Итого за уплотненный полдник		420	9,3	7,7	55,3	321,5	
Ужин	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ	40	0,7	0,9	22,3	91,3	451
	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180	4,3	4,5	8,1	89,1	420
Итого за ужин		220	5,0	5,4	30,4	180,4	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			35,15	42,02	207,3	1338,8	

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в граммах)
СанПин Приложение №9,10

Завтрак и 2-ой завтрак		Обед		Уплотненный полдник		Ужин		Всего	
норма	факт	норма	факт	норма		норма	факт	норма	факт

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в Ккал)

Калорийность	Б	Ж	У	Ккал	Витамин С
Норма					
Факт					
Фактически в %					

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ
д/с № 11 «Лазурный»
С.А. Сулименко
09 января 2025 г

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЕНИЕ БЛЮД
12 ЧАСОВ ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1-3 ЛЕТ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 3							
Завтрак	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	2,8	3,3	15,4	104,2	199
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	6,9	29,0	411
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	0,9	4,3	12	83,1	1
Итого за завтрак		355	3,7	7,6	34,3	216,3	
Второй завтрак	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	100	0,5	0,1	10,1	46	418
Итого за второй завтрак		100	0,5	0,1	10,1	46	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	40	0,5	2,1	2,7	35,1	52
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСОМ	180	5,3	6,6	15,5	145,7	87
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	110	2	3,4	16,6	98,9	200
	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	60	8,4	8,4	5,4	113,5	306
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,1	0,1	9,2	40,3	243
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,7	0,1	9	34,3	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,7	0,2	9,2	32	
Итого за обед		575	17,7	20,9	67,6	499,8	
Уплотненный полдник	СЫРНИКИ С МОРКОВЬЮ	150	15,5	14,7	22,5	210,5	247
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	40	2,9	3,4	22,2	130,9	
	КИСЕЛЬ ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,2	19,4	80,3	239
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,7	0,2	9,2	32	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,7	0,1	9	34,3	
Итого за уплотненный полдник		405	20,1	18,6	82,3	488,0	
Ужин	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50	1,4	4,7	24,2	152,2	450
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	3,5	3,3	7,5	79,4	419
Итого за ужин		220	4,9	8,0	31,7	231,6	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			46,9	55,2	226,0	1481,7	

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в граммах)
СанПин Приложение №9,10

Завтрак и 2-ой завтрак		Обед		Уплотненный полдник		Ужин		Всего	
норма	факт	норма	факт	норма		норма	факт	норма	факт

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в Ккал)

Калорийность	Б	Ж	У	Ккал	Витамин С
Норма					
Факт					
Фактически в %					

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ
д/с № 11 «Лазурный»
С.А. Сулименко
09 января 2025 г

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЕНИЕ БЛЮД
12 ЧАСОВ ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1-3 ЛЕТ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 4							
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ)	150	3,5	5	12,5	105,8	101
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,9	2,8	11,3	88,9	416
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25	1,6	5,4	7,8	91,2	3
Итого за завтрак		355	8,0	13,2	31,6	285,9	
Второй завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ)	100	0,45	0,42	10,5	72,6	400
Итого за второй завтрак		100	0,45	0,42	10,5	72,6	
Обед	КОНСЕРВЫ ОВОЩНЫЕ ЗАКУСОЧНЫЕ (ПОРЦИЯМИ) ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40	0,8	3,2	2,8	46,2	50
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180	1,6	2,5	8,5	57,7	110
	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ	180	16	21,7	21,3	285,4	133
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,2	0	13,9	54,9	394
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,7	0,1	9	34,3	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,9	0,3	11,5	40	
Итого за обед		590	20,2	27,8	67,0	518,5	
Уплотненный полдник	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (СОЛЕННЫЕ)	40	0,3	0	0,6	4	71
	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	180	13,1	5,3	4,6	147,9	249
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0	0	8,6	37,0	686
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,5	0,2	6,9	24	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,7	0,1	9	34,3	
Итого за уплотненный полдник		430	14,6	5,6	29,7	247,2	
Ужин	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	25	0,4	0,6	21,1	88,5	
	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180	4,3	4,5	8,1	89,1	420
Итого за ужин		205	4,7	5,1	29,2	177,6	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			47,95	52,12	168,0	1301,8	

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в граммах)
СанПин Приложение №9,10

Завтрак и 2-ой завтрак		Обед		Уплотненный полдник		Ужин		Всего	
норма	факт	норма	факт	норма		норма	факт	норма	факт

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в Ккал)

Калорийность	Б	Ж	У	Ккал	Витамин С
Норма					
Факт					
Фактически в %					

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ
д/с № 11 «Лазурный»
С.А. Сулименко
09 января 2025 г

МЕНЮ ПРИГОТОВЛЕНИЕ БЛЮД
12 ЧАСОВ ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1-3 ЛЕТ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 5							
Завтрак	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС"	150	3,1	4,3	17	105,4	199
	МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ						
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	6,9	29,0	411
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	0,9	4,3	12	83,1	1
Итого за завтрак		355	4,0	8,6	35,9	217,5	
Второй завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ПО СЕЗОНУ)	100	0,45	0,42	10,5	72,6	400
Итого за второй завтрак		100	0,45	0,42	10,5	72,6	
Обед	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (СОЛЕННЫЕ)	40	0,3	0	0,6	4	71
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	4,4	4,7	10,1	103,9	89
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	110	2,3	4,8	18,7	123,2	446
	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	40/15	6,2	6,7	5,7	110,2	261
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ	180	0,9	0,2	18,2	82,8	418
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,7	0,1	9	34,3	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	0,9	0,3	11,5	40	
	Итого за обед		605	15,7	16,8	73,8	498,4
Уплотненный полдник	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,6	2,4	3,1	34,8	43
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,4	3,7	15,8	110,3	339
	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	60	7,6	6,6	1,6	95,5	236
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,3	0	16,2	63,9	394
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,5	0,2	6,9	24	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,7	0,1	9	34,3	
	Итого за уплотненный полдник		430	12,1	13,0	52,6	362,8
Ужин	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	40	1,1	1,9	29,7	131,5	441
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	3,8	3,5	7,8	84,2	419
Итого за ужин		220	4,9	5,4	37,5	215,7	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			37,15	44,22	210,3	1367,0	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД			41,99	47,04	203,5	1403,50	

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в граммах)
СанПин Приложение №9,10

Завтрак и 2-ой завтрак		Обед		Уплотненный полдник		Ужин		Всего	
норма	факт	норма	факт	норма	факт	норма	факт	норма	факт

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в Ккал)

Калорийность	Б	Ж	У	Ккал	Витамин С
Норма					
Факт					
Фактически в %					