

Приказом МАДОУ детский сад №147

Заведующий МАДОУ

М.С.Сушенцева



МАДОУ детский сад № 147

(группы дошкольного возраста (ЯСЛИ) с 2 до 3 лет)



Утверждаю
детский сад
Заведующий МАДОУ детский сад № 147
/ М.С.Сушенцева

Меню - раскладка для детей с 2-3 лет

Понедельник

1 день

№ ТК	Блюдо	Энергетическая Ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
	Завтрак					
7.н 331	Каша пшеничная на концентрированном молоке со сливочным маслом	136,41	4,004	5,24	15,31	150
7.035	Батон с маслом	88,67	1,945	4,05	13,35	29
7.354/3	Чай с сахаром	28,42	0,00	0,00	6,81	150
	Итого	253,50	5,949	9,29	35,48	329
	Второй завтрак					
7.3	Пюре фруктовое	36,00	0,50	0,1	9,00	100
	Итого	36,00	0,50	0,1	9,00	100
	Обед					
7.23/1/3	Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растит, маслом	33,20	0,375	2,232	2,690	30
7.14/2/3	Суп из овощей со сметаной	75,24	1,17	4,08	7,17	150
7.4/9/1/3	Плов из мяса кур	131,08	11,01	2,60	14,54	100
7.15/10/2	Напиток из шиповника	90	0,47	0,00	21,81	150
7.002/1	Хлеб ржаной	54,30	1,98	0,36	12,54	30
7.048	Хлеб пшеничный	23,10	0,76	0,09	5,01	10
7.044	Соль	0,0	0,0	0,0	0,0	3,0
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	0,00	0,00	0,00	0,00	50,0
	Итого	406,93	15,78	9,37	63,77	558,00
	Полдник					
7.339	Снежок	119,520	3,744	4,608	15,695	144,00
7.18/5	Пудинг из творога с морковью	254,135	9,756	14,132	16,292	100
7.351	Сгущенное молоко	65,50	1,47	1,740	11,46	20
7.048	Хлеб пшеничный	23,10	0,76	0,09	5,01	10
	Итого	462,255	15,731	20,571	48,465	274
	Всего;	1 158,69	37,96	39,33	156,72	1 261,00



Заведующий МАДОУ детский сад № 147

/ М.С.Сушенцева

Меню – раскладка для детей с 2-3 лет

Вторник

2 день

№ ТК	Блюдо	Энергетическая Ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
	Завтрак					
7.5/4/2	Каша манная молочная с маслом сливочным	147,93	3,916	4,078	21,32	150,00
7.189-1	Батон с маслом с сыром	108,15	3,380	5,529	13,357	35,00
7.13/10/2	Кофейный напиток с молоком	78,37	2,102	2,112	10,606	150
	Итого	334,46	9,39	11,72	45,284	335
	Второй завтрак					
7.183	Банан	75,30	1,26	0,08	18,31	120
	Итого	75,30	1,26	0,08	18,31	120
	Обед					
7.014-1	Огурец свежий порционный	5,62	0,31	0,03	1,51	30
7.н136	Борщ вегетарианский со сметаной	60,78	1,418	2,311	8,608	150,00
7.14/7/2	Суфле из рыбы	113,10	11,33	5,31	2,28	60,00
7.153	Картофельное пюре	119,36	2,56	4,17	15,97	120,00
7.110	Компот из кураги	62,75	0,44	0,00	15,38	150,00
7.002/1	Хлеб ржаной	54,30	1,98	0,36	12,54	30,00
7.048	Хлеб пшеничный	23,10	0,76	0,09	5,01	10,00
7.044	Соль	0,00	0,00	0,00	0,00	3,0
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	0,00	0,00	0,00	0,00	50,0
	Итого	433,40	18,49	12,24	59,80	573,00
	Полдник					
7.н038/2	Омлет натуральный	126,06	6,36	8,82	2,02	80,00
7.354/3	Чай с сахаром	28,83	0,03	0,00	6,79	150,00
7.048	Хлеб пшеничный	23,10	0,76	0,09	5,01	10,00
	Итого	178,00	7,15	8,91	13,82	240,00
	Всего	945,87	35,05	32,88	118,92	1 120,00



Утверждаю

Заведующий МАДОУ детский сад №147

/ М.С.Сушенцева

Меню - раскладка для детей с 2-3 лет

Среда

3 день

№ ТК	Блюдо	Энергетическая Ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
	Завтрак					
7.043	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	135,88	3,50	5,11	16,81	150,00
7.189-1	Батон с маслом с сыром	108,09	3,38	5,52	13,35	35,00
7.12/10/2	Какао с молоком	96,36	2,82	2,68	13,42	150,00
	Итого	340,34	9,70	13,33	43,60	335,00
	Второй завтрак					
7.090-1	Апельсин	28,00	0,63	0,14	7,21	100,00
	Итого	28,00	0,63	0,14	7,21	100,00
	Обед					
7.15/1	Салат из свежих помидор с раст, маслом	67,04	0,60	6,10	2,74	40
7.043с	Суп овощной на мясном бульоне со сметаной	46,60	0,99	2,28	5,08	150,00
7.24/8/2	Пюре из мяса говядины	208,58	13,40	14,06	1,75	60,00
7.н151-2	Макаронные изделия отварные	185,58	4,70	2,78	32,73	120,00
7.115/1	Компот из сухофруктов	57,85	0,36	0,01	13,26	150,00
7.002/1	Хлеб ржаной	63,77	2,31	0,42	14,63	30,00
7.044	Соль	0,00	0,00	0,00	0,00	5,0
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	0,00	0,00	0,00	0,00	50
	Итого	576,08	22,21	19,61	70,39	573,00
	Полдник					
7.403/6	Биокефир	78,40	3,92	4,48	5,60	140,00
7.9/5/1	Запеканка из творога	333,96	15,88	19,48	15,19	120,00
7.351	Сгущенное молоко	65,54	1,47	1,74	11,46	20,00
7.048	Хлеб пшеничный	23,10	0,76	0,09	5,01	10,00
	Итого	501,00	22,03	25,79	37,27	290,00
	Всего	1 445,37	54,58	58,87	158,48	1 248,00



Заведующий МАДОУ детский сад № 147

/ М.С.Сушенцева

Меню – раскладка для детей с 2-3 лет

Четверг

4 день

№ ТК	Блюдо	Энергетическая Ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
	Завтрак					
7.н119с	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	137,81	3,95	4,92	16,45	150,00
7.189-1	Батон с маслом с сыром	108,03	3,38	5,52	13,35	35,00
7.13/10/2	Кофейный напиток с молоком	78,37	2,10	2,11	10,60	150,00
	Итого	324,21	9,44	12,56	40,41	335,00
	Второй завтрак					
7.3	Пюре фруктовое	36,00	0,50	0,1	9,00	100
	Итого	36,00	0,50	0,1	9,00	100
	Обед					
7.275/2	Икра кабачковая	36,54	0,59	2,69	2,81	30,00
7.н161	Суп рыбный	80,15	5,70	2,26	8,05	150,00
7.н152	Азу.	341,53	19,49	17,77	18,80	180,00
7.115/1	Компот из сухофруктов	57,81	0,36	0,02	13,26	150,00
7.002/1	Хлеб ржаной	54,30	1,98	0,36	12,54	30,00
7.050	Хлеб пшеничный	46,20	1,52	0,18	10,02	20,00
7.044	Соль	0,00	0,00	0,00	0,00	3,0
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	0,00	0,00	0,00	0,00	50,0
	Итого	616,55	29,66	23,29	65,50	563,00
	Полдник					
7.21/2/2	Суп молочный с лапшой	95,72	2,95	3,43	11,27	180,00
7.354/3	Чай с сахаром	28,42	0,00	0,00	6,81	150,00
7.8/12	Пирожок с капустой	210,13	5,50	3,98	33,78	60,00
	Итого	334,28	8,46	7,42	51,86	390,00
	Всего	1 275,06	47,56	43,28	157,78	1 288,00



Утверждаю

Заведующий МАДОУ детский сад № 147

/ М.С.Сушенцева

Меню – раскладка для детей с 2-3 лет

Пятница

5 день

№ ТК	Блюдо	Энергетическая Ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
	Завтрак					
7.17/4/2	Каша ячневая молочная со сливочным маслом	141,46	3,46	4,67	18,78	150,00
7.035	Батон с маслом	88,67	1,94	4,05	13,35	29,00
7.13/10/2	Кофейный напиток с молоком	78,54	2,10	2,11	10,60	150,00
	Итого	308,67	7,51	10,83	42,75	329,00
	Второй завтрак					
7.031	Яблоко	55,44	0,49	0,49	14,53	140,00
	Итого	55,44	0,49	0,49	14,53	140,00
	Обед					
7.014-1	Огурец порционный	5,70	0,32	0,04	1,55	40,00
7.6/2/2	Щи из свежей капусты со сметаной	55,51	1,35	2,48	6,79	150,00
7.9/8/3	Печень по-строгановски	113,67	6,64	7,373	1,36	50,00
7.н076	Каша гречневая рассыпчатая	140,44	4,07	3,30	25,10	100,00
7.110	Компот из кураги	62,75	0,44	0,00	15,38	150,00
7.002/1	Хлеб ржаной	54,30	1,98	0,36	12,54	30,00
7.048	Хлеб пшеничный	23,10	0,76	0,09	5,01	10,00
7.044	Соль	0,00	0,00	0,00	0,00	3,00
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	0,00	0,00	0,00	0,00	35,00
	Итого	455,48	15,58	14,01	67,74	568,00
	Полдник					
7.4/6/6	Омлет с картофелем (запеченный)	166,39	8,36	7,57	12,77	130,00
7.10/10/2	Чай	28,50	0,00	0,00	6,81	150,00
7.308/1	Печенье	183,20	4,16	2,08	30,72	40
7.048	Хлеб пшеничный	23,10	0,76	0,09	5,01	10
	Итого	217,99	9,12	7,66	24,59	290,00
	Всего	1 077,60	32,70	33,01	149,63	1 367,00



Утверждаю

МАДОУ
детский сад
№147

Заведующий МАДОУ детский сад № 147

/ М.С.Сушенцева

Меню – раскладка для детей с 2-3 лет

Понедельник

6 день

№ ТК	Блюдо	Энергетическая Ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
	Завтрак					
7.н096	Каша из овсяных хлопьев на концентр молоке со сливочным маслом	129,96	3,93	5,62	14,82	150,00
7.035	Батон с маслом	88,67	1,94	4,05	13,35	29,00
7.354/3	Чай с сахаром	28,49	0,00	0,00	6,81	150,00
	Итого	247,12	5,87	9,67	34,99	329,00
	Второй завтрак					
7.3	Пюре фруктовое	36,00	0,50	0,1	9,00	100
	Итого	36,00	0,50	0,1	9,00	100
	Обед					
7.367-1	Огурец консервированный	3,25	0,18	0,02	0,56	25,00
7.47с	Суп-лапша с мясом куры	69,07	3,97	1,76	8,28	150,00
7.н070-2	Жаркое по-домашнему с мясом куры	227,56	14,82	6,59	23,53	150,00
7.4/10/2	Компот из кураги и изюма	46,93	0,23	0,00	11,48	150,00
7.002/1	Хлеб ржаной	54,30	1,98	0,36	12,54	30,00
7.048	Хлеб пшеничный	23,10	0,76	0,09	5,01	10,00
7.044	Соль	0,00	0,00	0,00	0,00	3,0
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	0,00	0,00	0,00	0,00	35,0
	Итого	424,22	21,96	8,83	61,42	553,00
	Полдник					
7.270/1/6	Биойогурт	180,80	4,80	4,80	30,40	160,00
7.351	Сгущённое молоко	65,53	1,47	1,74	11,46	20
7.н040/4	Пудинг творожный с изюмом	228,27	10,10	12,90	12,43	100,00
7.048	Хлеб пшеничный	23,10	0,76	0,09	5,01	10,00
	Итого	497,71	17,14	19,53	59,31	290,00
	Всего	1 205,06	45,48	38,14	164,73	1 272,00



Утверждаю

Заведующий МАДОУ детский сад № 147
№147

/ М.С.Сушенцева

Меню – раскладка для детей с 2-3 лет

Вторник

7 день

№ ТК	Блюдо	Энергетическая Ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
	Завтрак					
7.186	Каша из гречи и пшена молочная со сливочным маслом	126,40	3,68	4,05	16,75	150,00
7.189-1	Батон с маслом с сыром	108,22	3,38	5,52	13,35	35,00
7.13/10/2	Кофейный напиток с молоком	78,79	2,10	2,11	10,60	150,00
	Итого	313,42	9,17	11,69	40,71	335,00
	Второй завтрак					
7.129	Банан	80,99	1,36	0,09	19,83	130,00
	Итого	80,99	1,36	0,09	19,83	130,00
	Обед					
7.014-2	Огурец свежий порционный	2,86	0,16	0,02	0,77	20,00
7.5/2/2	Свекольник со сметаной	95,71	1,57	4,11	12,63	150,00
7.45/3/3	Каша рисовая рассыпчатая	119,94	2,50	2,74	20,30	100,00
7.9/7/2	Биточки (котлеты) рыбные	94,24	9,60	3,22	4,71	60,00
7.15/10/2	Напиток из шиповника	67,33	0,36	0,00	16,35	150,00
7.002/1	Хлеб ржаной	54,60	1,98	0,36	12,54	30
7.048	Хлеб пшеничный	23,10	0,76	0,09	5,01	10,00
7.044	Соль	0,00	0,00	0,00	0,00	3,00
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	0,00	0,00	0,00	0,00	35,00
	Итого	457,50	16,94	10,55	72,34	558,00
	Полдник					
7.н038/2	Омлет натуральный	126,31	6,38	8,83	2,02	80,00
7.022/1	Чай с лимоном	46,80	0,03	0,003	11,07	150,00
7.209	Пряник	87,98	1,20	0,70	19,42	25
7.048	Хлеб пшеничный	23,10	0,76	0,09	5,01	10,00
	Итого	196,21	7,17	8,93	18,11	240,00
	Всего	1 048,13	34,66	31,27	151,00	1 263,00



Утверждаю

Заведующий МАДОУ детский сад № 147

/ М.С.Сушенцева

Меню – раскладка для детей с 2-3 лет

Среда

8 день

№ ТК	Блюдо	Энергетическая Ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
	Завтрак					
7.н066	Каша манная молочная со сливочным маслом	127,26	63,54	4,53	16,13	150,00
7.189-1	Батон с маслом, с сыром	108,22	3,38	5,52	13,35	35,00
7.14/10/2	Какао с молоком	96,50	2,82	2,69	13,43	150,00
	Итого	331,99	9,75	12,75	42,91	335,00
	Второй завтрак					
7.131	Яблоко	55,45	0,49	0,49	14,53	140,00
	Итого	55,45	0,49	0,49	14,53	140,00
	Обед					
7.29/1/2	Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с реп луком, сол огурцом раст маслом	55,99	0,57	97,29	1,81	40,00
7.264	Суп крестьянский со сметаной	75,62	1,39	3,62	8,71	150,00
7.177	Котлета мясо картофельная по-хлыновски	134,56	9,41	8,28	2,47	60,00
7.н760/3	Капуста тушеная	83,08	2,38	3,19	11,78	120,00
7.115/1	Компот из сухофруктов	57,93	0,36	0,02	13,26	150,00
7.002/1	Хлеб ржаной	54,30	1,98	0,36	12,54	30,00
7.048	Хлеб пшеничный	23,21	0,76	0,09	5,01	10
7.044	Соль	0,00	0,00	0,00	0,00	3,00
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	0,00	0,00	0,00	0,00	35,00
	Итого	484,53	16,88	19,16	58,17	598,00
	Полдник					
7.403/6	Биокефир	78,40	3,92	4,48	5,60	140,00
7.19/5/3	Суфле творожное	241,30	9,70	14,89	10,90	80,00
7.351	Сгущенное молоко	65,42	1,47	1,74	11,46	20,00
7.048	Хлеб пшеничный	23,10	0,76	0,09	5,01	10,00
	Итого	408,23	15,86	21,20	32,98	250,00
	Всего	1 280,20	42,99	53,60	148,61	1 323,00



Заведующий МАДОУ детский сад № 147

/ М.С.Сушенцева

Меню – раскладка для детей с 2-3 лет

Четверг

9 день

№ ТК	Блюдо	Энергетическая Ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
	Завтрак					
7.н 043-1	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	147,77	4,37	5,32	18,33	150,00
7.035/3	Батон с маслом	115,38	2,34	5,85	16,03	36,00
7.14/10/2	Какао с молоком	96,59	2,82	2,69	13,43	150,00
	Итого	359,74	9,54	13,86	47,79	336,00
	Второй завтрак					
7.096-1	Апельсин	25,26	0,56	0,12	6,45	100
	Итого	25,26	0,56	0,12	6,45	100
	Обед					
7.275/2	Икра кабачковая	36,60	0,59	2,69	2,81	30,00
7.19/2/3	Суп картофельный с рыбой	116,16	6,28	4,31	11,00	150,00
7.24/8/2	Пюре из отварного мяса	208,38	13,40	14,06	1,76	60,00
7.142/2	Каша перловая	133,16	3,04	2,51	23,24	100,00
7.110/1	Компот из кураги	62,75	0,44	0,00	15,38	150,00
7.002/1	Хлеб ржаной	54,30	1,98	0,36	12,54	30,00
7.050	Хлеб пшеничный	46,20	1,52	0,18	10,02	20,00
7.044	Соль	0,00	0,00	0,00	0,00	3,00
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	0,00	0,00	0,00	0,00	35,00
	Итого	657,56	27,26	24,12	76,76	578,00
	Полдник					
7.22/2/3	Суп молочный с крупой	86,62	2,61	3,40	9,74	150,00
7.10/10/2	Чай с сахаром	28,42	0,00	0,00	6,81	150,00
7.148/1	Шанежка с картофелем	159,66	3,82	5,31	20,80	60,00
	Итого	274,71	6,44	8,72	37,36	360,00
	Всего	1 328,01	43,75	46,82	170,92	1 374,00



Утверждаю

детский сад
№147

Заведующий МАДОУ детский сад № 147

/ М.С.Сушенцева

Меню – раскладка для детей с 2-3 лет

Пятница

10 день

№ ТК	Блюдо	Энергетическая Ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
	Завтрак					
7.11/4/2	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	173,61	4,83	4,73	23,46	150,00
7.261	Батон с маслом	100,42	2,33	4,20	16,02	34,00
7.13/10/2	Кофейный напиток с молоком	78,72	2,10	2,11	10,60	150,00
	Итого	352,75	9,26	11,05	50,09	334,00
	Второй завтрак					
7.3	Пюре фруктовое	92,46	1,00	0,20	20,20	100
	Итого	92,46	1,00	0,20	20,20	100
	Обед					
7.1/1/1	Горошек зеленый	38,95	1,46	1,90	2,97	30
7.11/2/3	Рассольник с крупой и сметаной	85,69	1,44	3,50	10,72	150,00
7.35/8/2	Суфле из печени	116,36	13,60	4,92	1,81	60,00
7.64с/3	Картофельное пюре	103,87	2,17	2,76	16,08	110,00
7.028	Компот из чернослива	67,26	0,19	0,00	16,27	150,00
7.002/1	Хлеб ржаной	54,30	1,98	0,36	12,54	30,00
7.048	Хлеб пшеничный	23,10	0,76	0,09	5,01	10,00
7.044	Соль	0,00	0,00	0,00	0,00	3,0
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	0,00	0,00	0,00	0,00	35,00
	Итого	458,72	20,54	11,71	64,20	578,00
	Полдник					
7.43-2/3/2	Макаронные изделия отварные с сыром	198,78	6,05	5,27	28,27	130,00
7.10/10/2	Чай с сахаром	28,59	0,00	0,00	6,81	150,00
7.048	Хлеб пшеничный	23,10	0,76	0,09	5,01	10,00
	Итого	250,47	6,81	5,36	40,09	290,00
	Всего	1 061,94	36,62	28,12	154,39	1 202,00



МАДОУ детский сад № 147

/ М.С.Сушенцева

Меню – раскладка для детей с 2-3 лет

Понедельник

11 день

№ ТК	Блюдо	Энергетическая Ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
	Завтрак					
7.н096	Каша из овсяных хлопьев на концентр молоке со сливочным маслом	129,96	3,93	5,62	14,82	150,00
7.035/3	Батон с маслом	115,38	2,34	5,85	16,03	36,00
7.354/3	Чай с сахаром	28,42	0,00	0,00	6,81	150,00
	Итого	273,76	6,27	11,47	37,67	336,00
	Второй завтрак					
7.3	Пюре фруктовое	36,00	0,50	0,100	9,00	100,00
	Итого	36,00	0,50	0,100	9,00	100,00
	Обед					
7.32/1/3	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и раст маслом	47,71	0,85	2,99	3,25	30,00
7.056/1	Суп-лапша домашняя на курином бульоне	50,73	1,55	1,03	7,86	150,00
7.н350/2	Бигус с мясом куры	134,44	13,50	5,25	6,73	150,00
7.115/1	Компот из сухофруктов	57,81	0,36	0,02	13,26	150,00
7.002/1	Хлеб ржаной	54,30	1,98	0,36	12,54	30,00
7.050	Хлеб пшеничный	46,20	1,52	0,18	10,02	20,00
7.044	Соль	0,00	0,00	0,00	0,00	3,00
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	0,00	0,00	0,00	0,00	35,00
	Итого	391,20	19,77	9,84	53,67	568
	Полдник					
7.403/6	Биокефир	78,40	3,92	4,48	5,60	140,00
7.14/5	Запеканка из творога с рисом	283,82	12,20	19,09	16,24	100,00
7.351	Сгущенное молоко	65,52	1,47	1,74	11,46	20
307-1	Пряник	192,50	2,64	1,54	42,73	55
7.048	Хлеб пшеничный	23,21	0,76	0,09	5,01	10
	Итого	643,42	20,99	26,94	81,05	325,00
	Всего	1 344,39	47,54	48,35	181,41	1 329,00



Утверждаю

Заведующий МАДОУ детский сад № 147

/ М.С.Сушенцева

Меню - раскладка для детей с 2-3 лет

Вторник

12 день

№ ТК	Блюдо	Энергетическая Ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
	Завтрак					
7.7/4/2	Каша рисовая молочная со сливочным маслом	187,04	4,63	5,14	28,16	150,00
7.189-1	Батон с маслом, с сыром	108,10	3,38	5,52	13,35	35,00
7.13/10/2	Кофейный напиток с молоком	78,54	2,10	2,11	10,60	150,00
	Итого	373,69	10,11	12,78	52,13	335,00
	Второй завтрак					
7.183	Банан	74,76	1,26	0,08	18,31	120,00
	Итого	74,76	1,26	0,08	18,31	120,00
	Обед					
7.19/1/3	Салат из морской капусты и моркови с яйцом и растит, маслом	51,49	0,73	4,61	2,07	30,00
7.н102	Свекольник с мясом со сметаной	136,92	6,34	6,99	10,28	150,00
7.9/7/3	Тефтели рыбные в соусе	121,37	7,92	5,60	7,00	80,00
7.3/3/3	Картофельное пюре	103,83	2,03	3,10	15,19	100,00
7.078	Компот из изюма	71,68	0,16	0,00	17,46	150,00
7.002/1	Хлеб ржаной	54,30	1,98	0,36	12,54	30,00
7.048	Хлеб пшеничный	23,10	0,76	0,09	5,01	10,00
7.044	Соль	0,00	0,00	0,00	0,00	3,0
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	0,00	0,00	0,00	0,00	35,0
	Итого	562,70	19,94	20,77	69,58	588,00
	Полдник					
7.н038/2	Омлет натуральный	124,80	6,26	8,73	2,01	80,00
7.354/3	Чай с лимоном	28,50	0,00	0,00	6,81	150,00
7.048	Хлеб пшеничный	23,21	0,76	0,09	5,01	10,00
	Итого	176,40	7,02	8,82	13,84	240,00
	Всего	1 187,56	38,34	42,47	153,86	1 283,00



Утверждаю

Заведующий МАДОУ детский сад № 147

/ М.С.Сушенцева

Меню – раскладка для детей от 3 лет

Среда

13 день

№ ТК	Блюдо	Энергетическая Ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
	Завтрак					
7.н043	Каша ячневая молочная со сливочным маслом	127,25	3,52	4,60	15,95	150,00
7.189-1	Батон с маслом с сыром	108,03	3,38	5,52	13,35	35,00
7.285	Какао с молоком	86,54	2,33	2,40	12,80	150,00
	Итого	321,82	9,24	12,53	42,12	335,00
	Второй завтрак					
7.346	Яблоко	39,60	0,35	0,35	10,38	100,00
	Итого	39,60	0,35	0,35	10,38	100,00
	Обед					
7.375	Кукуруза консервированная	29,40	0,70	0,13	5,59	30,00
7.13/2/3	Суп картофельный вегетарианский со сметаной	57,20	1,00	2,11	7,72	150,00
7.24/8/2	Пюре из мяса говядины	208,38	13,40	14,06	1,75	60,00
7.207	Рагу из овощей	80,73	2,15	3,55	9,06	120,00
7.197/1	Компот из яблок	56,00	0,06	0,06	13,31	180
7.002/1	Хлеб ржаной	54,30	1,98	0,36	12,54	30,00
7.048	Хлеб пшеничный	23,10	0,76	0,09	5,01	10,00
7.044	Соль	0,00	0,00	0,00	0,00	3,0
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	0,00	0,00	0,00	0,00	35,0
	Итого	508,67	20,07	20,38	55,00	618,00
	Полдник					
7.270/1/6	Биойогурт	180,80	4,80	4,80	30,40	160,00
7.185	Повидло	37,84	0,06	0,00	9,97	15,00
7.н140с	Пудинг творожный с изюмом	188,75	7,97	10,26	11,80	110,00
7.048	Хлеб пшеничный	23,21	0,76	0,09	5,01	10,00
	Итого	430,49	13,59	15,15	57,19	295
	Всего	1 300,59	43,26	48,43	164,70	1 348,00



Меню раскладка для детей с 2-3 лет

14 день

№ ТК	Блюдо	Энергетическая Ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
	Завтрак					
7.н124с	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	130,26	3,71	4,83	15,58	150,00
7.261	Батон с маслом	100,42	2,33	4,20	16,02	34,00
7.13/10/2	Кофейный напиток с молоком	78,37	2,10	2,11	10,60	150,00
	Итого	309,05	8,14	11,14	42,21	334,00
	Второй завтрак					
7.3	Пюре фруктовое	36,00	0,50	0,100	9,00	100,00
	Итого	36,00	0,50	0,100	9,00	100,00
	Обед					
7.1/1/2	Горошек зеленый	30,96	1,17	1,52	2,38	30,00
7.19/2/3	Суп картофельный с рыбой	116,13	6,28	4,31	10,99	150,00
7.256	Гуляш из отварного мяса	89,24	8,64	7,53	3,55	60,00
7.076-1	Каша гречневая рассыпчатая	166,41	4,58	4,53	28,24	150,00
7.115/1	Компот из сухофруктов	57,81	0,36	0,02	13,26	150,00
7.002/1	Хлеб ржаной	54,30	1,98	0,36	12,54	30,00
7.050	Хлеб пшеничный	46,20	1,52	0,18	10,02	20,00
7.044	Соль	0,00	0,00	0,00	0,00	3,0
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	0,00	0,00	0,00	0,00	35,00
	Итого	561,06	24,56	18,46	81,00	638,00
	Полдник					
7.22/2/3	Суп молочный с крупой	86,62	2,61	3,40	9,74	150,00
7.354/3	Чай с сахаром	28,42	0,00	0,00	6,81	150,00
7.150/4	Ватрушка с повидлом	193,11	3,83	3,53	32,92	60,00
	Итого	308,16	6,45	6,94	49,48	360,00
	Всего	1 178,28	39,16	36,56	172,70	1 332,00



Утверждаю

МАДОУ
детский сад
№147

Заведующий МАДОУ детский сад № 147

/ М.С.Сушенцева

Меню - раскладка для детей с 2-3 лет

Пятница

15 день

№ ТК	Блюдо	Энергетическая Ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
	Завтрак					
7.н043	Каша ячневая молочная с маслом	127,25	3,52	4,60	15,95	150,00
7.035	Батон с маслом	88,67	1,94	4,05	13,35	29,00
7.14/10/2	Какао с молоком	96,48	2,82	2,68	13,42	150,00
	Итого	312,40	8,30	11,34	42,74	329,00
	Второй завтрак					
7.210	Апельсин	36,40	0,81	0,18	9,37	130,00
	Итого	36,40	0,81	0,18	9,37	130,00
	Обед					
7.35/1	Сельдь с маслом	51,90	1,72	4,97	0,04	15,00
7.н086/2	Суп гороховый	87,37	2,92	2,60	11,76	150,00
7.36/8/3	Запеканка картофельная, фаршированная мясом говядины	257,67	11,58	10,84	23,49	150,00
7.1/11/2	Соус молочный (для подачи к блюду)	26,24	0,55	1,52	1,88	30,00
7.110	Компот из кураги	62,75	0,44	0,00	15,38	150,00
7.002/1	Хлеб ржаной	54,30	1,98	0,36	12,54	30,00
7.048	Хлеб пшеничный	23,10	0,76	0,09	5,01	10,00
7.044	Соль	0,00	0,00	0,00	0,00	3,0
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо на обед	0,00	0,00	0,00	0,00	35,0
	Итого	563,33	19,97	20,40	70,12	573,00
	Полдник					
7.167/1	Омлет с сыром	184,03	11,00	12,49	1,97	100,00
7.354/3	Чай с сахаром	28,42	0,00	0,00	6,81	150,00
7.308	Печенье	138,11	3,12	1,56	23,04	30
7.048	Хлеб пшеничный	23,21	0,76	0,09	5,01	10
	Итого	335,56	11,76	12,58	13,79	290
	Всего	1 351,80	40,85	44,51	136,03	1 322,00

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 305635189186826168010400438383193104950455390104

Владелец Сушенцева Мария Сергеевна

Действителен с 02.04.2024 по 02.04.2025