

УТВЕРЖДЕНО:

Приказом МАДОУ детский сад №147



Заведующий МАДОУ

М.С.Сушенцева

## 15-дневное меню

### МАДОУ детский сад № 147

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



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
	<b>Завтрак</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>253,50</b>	<b>5,949</b>	<b>9,29</b>	<b>35,48</b>	<b>329</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
7.3	Пюре фруктовое	36,00	0,50	0,1	9,00	100
	<b>Итого</b>	<b>36,00</b>	<b>0,50</b>	<b>0,1</b>	<b>9,00</b>	<b>100</b>
	<b>Обед</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>406,93</b>	<b>15,78</b>	<b>9,37</b>	<b>63,77</b>	<b>558,00</b>
	<b>Полдник</b>					
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	Стушённое молоко	65,50	1,47	1,740	11,46	20
7.048	Хлеб пшеничный	23,10	0,76	0,09	5,01	10
	<b>Итого</b>	<b>462,255</b>	<b>15,731</b>	<b>20,571</b>	<b>48,465</b>	<b>274</b>
	<b>Всего;</b>	<b>1 158,69</b>	<b>37,96</b>	<b>39,33</b>	<b>156,72</b>	<b>1 261,00</b>



/ 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
	<b>Завтрак</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>334,46</b>	<b>9,39</b>	<b>11,72</b>	<b>45,284</b>	<b>335</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
7.183	Банан	75,30	1,26	0,08	18,31	120
	<b>Итого</b>	<b>75,30</b>	<b>1,26</b>	<b>0,08</b>	<b>18,31</b>	<b>120</b>
	<b>Обед</b>					
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	Комлот 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
	<b>Итого</b>	<b>433,40</b>	<b>18,49</b>	<b>12,24</b>	<b>59,80</b>	<b>573,00</b>
	<b>Полдник</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>178,00</b>	<b>7,15</b>	<b>8,91</b>	<b>13,82</b>	<b>240,00</b>
	<b>Всего</b>	<b>945,87</b>	<b>35,05</b>	<b>32,88</b>	<b>118,92</b>	<b>1 120,00</b>



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
	<b>Завтрак</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>340,34</b>	<b>9,70</b>	<b>13,33</b>	<b>43,60</b>	<b>335,00</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
7.090-1	Апельсин	28,00	0,63	0,14	7,21	100,00
	<b>Итого</b>	<b>28,00</b>	<b>0,63</b>	<b>0,14</b>	<b>7,21</b>	<b>100,00</b>
	<b>Обед</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>576,08</b>	<b>22,21</b>	<b>19,61</b>	<b>70,39</b>	<b>573,00</b>
	<b>Полдник</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>501,00</b>	<b>22,03</b>	<b>25,79</b>	<b>37,27</b>	<b>290,00</b>
	<b>Всего</b>	<b>1 445,37</b>	<b>54,58</b>	<b>58,87</b>	<b>158,48</b>	<b>1 248,00</b>



Утверждаю

МАДОУ  
детский сад  
№147

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
	<b>Завтрак</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>324,21</b>	<b>9,44</b>	<b>12,56</b>	<b>40,41</b>	<b>335,00</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
7.3	Пюре фруктовое	36,00	0,50	0,1	9,00	100
	<b>Итого</b>	<b>36,00</b>	<b>0,50</b>	<b>0,1</b>	<b>9,00</b>	<b>100</b>
	<b>Обед</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>616,55</b>	<b>29,66</b>	<b>23,29</b>	<b>65,50</b>	<b>563,00</b>
	<b>Полдник</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>334,28</b>	<b>8,46</b>	<b>7,42</b>	<b>51,86</b>	<b>390,00</b>
	<b>Всего</b>	<b>1 275,06</b>	<b>47,56</b>	<b>43,28</b>	<b>157,78</b>	<b>1 288,00</b>



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
	<b>Завтрак</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>308,67</b>	<b>7,51</b>	<b>10,83</b>	<b>42,75</b>	<b>329,00</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
7.031	Яблоко	55,44	0,49	0,49	14,53	140,00
	<b>Итого</b>	<b>55,44</b>	<b>0,49</b>	<b>0,49</b>	<b>14,53</b>	<b>140,00</b>
	<b>Обед</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>455,48</b>	<b>15,58</b>	<b>14,01</b>	<b>67,74</b>	<b>568,00</b>
	<b>Полдник</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>217,99</b>	<b>9,12</b>	<b>7,66</b>	<b>24,59</b>	<b>290,00</b>
	<b>Всего</b>	<b>1 077,60</b>	<b>32,70</b>	<b>33,01</b>	<b>149,63</b>	<b>1 367,00</b>



Утверждаю

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
	<b>Завтрак</b>					
7.н096	Каша из овсяных хлопьев на концентрате молока 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
	<b>Итого</b>	<b>247,12</b>	<b>5,87</b>	<b>9,67</b>	<b>34,99</b>	<b>329,00</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
7.3	Пюре фруктовое	36,00	0,50	0,1	9,00	100
	<b>Итого</b>	<b>36,00</b>	<b>0,50</b>	<b>0,1</b>	<b>9,00</b>	<b>100</b>
	<b>Обед</b>					
7.367-1	Огурец консервированный	3,25	0,18	0,02	0,56	25,00
7.47с	Суп-лапша с мясом курицы	69,07	3,97	1,76	8,28	150,00
7.н070-2	Жаркое по-домашнему с мясом курицы	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 третьем блюде на обед	0,00	0,00	0,00	0,00	35,0
	<b>Итого</b>	<b>424,22</b>	<b>21,96</b>	<b>8,83</b>	<b>61,42</b>	<b>553,00</b>
	<b>Полдник</b>					
7.270/1/6	Бийогулт	180,80	4,80	4,80	30,40	160,00
7.351	Сгущенное 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
	<b>Итого</b>	<b>497,71</b>	<b>17,14</b>	<b>19,53</b>	<b>59,31</b>	<b>290,00</b>
	<b>Всего</b>	<b>1 205,06</b>	<b>45,48</b>	<b>38,14</b>	<b>164,73</b>	<b>1 272,00</b>



/ 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
	<b>Завтрак</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>313,42</b>	<b>9,17</b>	<b>11,69</b>	<b>40,71</b>	<b>335,00</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
7.129	Банан	80,99	1,36	0,09	19,83	130,00
	<b>Итого</b>	<b>80,99</b>	<b>1,36</b>	<b>0,09</b>	<b>19,83</b>	<b>130,00</b>
	<b>Обед</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>457,50</b>	<b>16,94</b>	<b>10,55</b>	<b>72,34</b>	<b>558,00</b>
	<b>Полдник</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>196,21</b>	<b>7,17</b>	<b>8,93</b>	<b>18,11</b>	<b>240,00</b>
	<b>Всего</b>	<b>1 048,13</b>	<b>34,66</b>	<b>31,27</b>	<b>151,00</b>	<b>1 263,00</b>





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
	<b>Завтрак</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>331,99</b>	<b>9,75</b>	<b>12,75</b>	<b>42,91</b>	<b>335,00</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
7.131	Яблоко	55,45	0,49	0,49	14,53	140,00
	<b>Итого</b>	<b>55,45</b>	<b>0,49</b>	<b>0,49</b>	<b>14,53</b>	<b>140,00</b>
	<b>Обед</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>484,53</b>	<b>16,88</b>	<b>19,16</b>	<b>58,17</b>	<b>598,00</b>
	<b>Полдник</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>408,23</b>	<b>15,86</b>	<b>21,20</b>	<b>32,98</b>	<b>250,00</b>
	<b>Всего</b>	<b>1 280,20</b>	<b>42,99</b>	<b>53,60</b>	<b>148,61</b>	<b>1 323,00</b>



Утверждаю  
МАДОУ детский сад №147  
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
	<b>Завтрак</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>359,74</b>	<b>9,54</b>	<b>13,86</b>	<b>47,79</b>	<b>336,00</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
7.096-1	Апельсин	25,26	0,56	0,12	6,45	100
	<b>Итого</b>	<b>25,26</b>	<b>0,56</b>	<b>0,12</b>	<b>6,45</b>	<b>100</b>
	<b>Обед</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>657,56</b>	<b>27,26</b>	<b>24,12</b>	<b>76,76</b>	<b>578,00</b>
	<b>Полдник</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>274,71</b>	<b>6,44</b>	<b>8,72</b>	<b>37,36</b>	<b>360,00</b>
	<b>Всего</b>	<b>1 328,01</b>	<b>43,75</b>	<b>46,82</b>	<b>170,92</b>	<b>1 374,00</b>





Заведующий 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
	<b>Завтрак</b>					
7.н096	Каша из овсяных хлопьев на концентрате молока 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
	<b>Итого</b>	<b>273,76</b>	<b>6,27</b>	<b>11,47</b>	<b>37,67</b>	<b>336,00</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
7.3	Пюре фруктовое	36,00	0,50	0,100	9,00	100,00
	<b>Итого</b>	<b>36,00</b>	<b>0,50</b>	<b>0,100</b>	<b>9,00</b>	<b>100,00</b>
	<b>Обед</b>					
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 курицы	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 третьем блюде на обед	0,00	0,00	0,00	0,00	35,00
	<b>Итого</b>	<b>391,20</b>	<b>19,77</b>	<b>9,84</b>	<b>53,67</b>	<b>568</b>
	<b>Полдник</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>643,42</b>	<b>20,99</b>	<b>26,94</b>	<b>81,05</b>	<b>325,00</b>
	<b>Всего</b>	<b>1 344,39</b>	<b>47,54</b>	<b>48,35</b>	<b>181,41</b>	<b>1 329,00</b>



Утверждаю

Заведующий МАДОУ детский сад № 147

/ М.С.Сушенцева

Меню - раскладка для детей 6-2-3 лет

Вторник

12 день

№ ТК	Блюдо	Энергетическая Ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
	<b>Завтрак</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>373,69</b>	<b>10,11</b>	<b>12,78</b>	<b>52,13</b>	<b>335,00</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
7.183	Банан	74,76	1,26	0,08	18,31	120,00
	<b>Итого</b>	<b>74,76</b>	<b>1,26</b>	<b>0,08</b>	<b>18,31</b>	<b>120,00</b>
	<b>Обед</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>562,70</b>	<b>19,94</b>	<b>20,77</b>	<b>69,58</b>	<b>588,00</b>
	<b>Полдник</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>176,40</b>	<b>7,02</b>	<b>8,82</b>	<b>13,84</b>	<b>240,00</b>
	<b>Всего</b>	<b>1 187,56</b>	<b>38,34</b>	<b>42,47</b>	<b>153,86</b>	<b>1 283,00</b>



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
	<b>Завтрак</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>321,82</b>	<b>9,24</b>	<b>12,53</b>	<b>42,12</b>	<b>335,00</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
7.346	Яблоко	39,60	0,35	0,35	10,38	100,00
	<b>Итого</b>	<b>39,60</b>	<b>0,35</b>	<b>0,35</b>	<b>10,38</b>	<b>100,00</b>
	<b>Обед</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>508,67</b>	<b>20,07</b>	<b>20,38</b>	<b>55,00</b>	<b>618,00</b>
	<b>Полдник</b>					
7.270/1/6	Бийогурут	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
	<b>Итого</b>	<b>430,49</b>	<b>13,59</b>	<b>15,15</b>	<b>57,19</b>	<b>295</b>
	<b>Всего</b>	<b>1 300,59</b>	<b>43,26</b>	<b>48,43</b>	<b>164,70</b>	<b>1 348,00</b>



/ М.С.Сушенцева

Меню раскладка для детей с 2-3 лет

Четверг

14 день

№ ТК	Блюдо	Энергетическая Ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
	<b>Завтрак</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>309,05</b>	<b>8,14</b>	<b>11,14</b>	<b>42,21</b>	<b>334,00</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
7.3	Пюре фруктовое	36,00	0,50	0,100	9,00	100,00
	<b>Итого</b>	<b>36,00</b>	<b>0,50</b>	<b>0,100</b>	<b>9,00</b>	<b>100,00</b>
	<b>Обед</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>561,06</b>	<b>24,56</b>	<b>18,46</b>	<b>81,00</b>	<b>638,00</b>
	<b>Полдник</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>308,16</b>	<b>6,45</b>	<b>6,94</b>	<b>49,48</b>	<b>360,00</b>
	<b>Всего</b>	<b>1 178,28</b>	<b>39,16</b>	<b>36,56</b>	<b>172,70</b>	<b>1 332,00</b>



Утверждаю

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
	<b>Завтрак</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>312,40</b>	<b>8,30</b>	<b>11,34</b>	<b>42,74</b>	<b>329,00</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
7.210	Апельсин	36,40	0,81	0,18	9,37	130,00
	<b>Итого</b>	<b>36,40</b>	<b>0,81</b>	<b>0,18</b>	<b>9,37</b>	<b>130,00</b>
	<b>Обед</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>563,33</b>	<b>19,97</b>	<b>20,40</b>	<b>70,12</b>	<b>573,00</b>
	<b>Полдник</b>					
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
	<b>Итого</b>	<b>335,56</b>	<b>11,76</b>	<b>12,58</b>	<b>13,79</b>	<b>290</b>
	<b>Всего</b>	<b>1 351,80</b>	<b>40,85</b>	<b>44,51</b>	<b>136,03</b>	<b>1 322,00</b>