

Заведующий М

Е.В. Волохова

возрастная категория воспитанников: от 3 до 7 лет

Стоимость дня: 147,69 руб.

Стоимость дня: 147,69 руб.

УТВЕРЖДАЮ:



Заведующий МБДОУ «Детский сад №31»

Е.В. Волохова

«01» апреля 2025 год

I неделя, вторник « 2 » день по 10-дневному меню

возрастная категория воспитанников: от 3 до 7 лет

Прием пищи	№ рецептуры блюд	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углеводы	
Завтрак	181/2005	Каша жидкая молочная из манной крупы с сахаром	180	5,1394	3,0084	35,5623	188,119
	3/2014	Бутерброд с сыром и маслом сливочным	60	6,57	9,575	19,985	191,85
	393/2014	Чай с сахаром и лимоном	180/7	0,123	0,007	10,2107	40,7354
2-й завтрак	368/2014	Плоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47
		Итого за завтрак		12,2324	12,9904	75,558	467,7044
Обед	103/2005	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,248	2,326	16,564	97,22
	291/2005	Плов из птицы	200	23,97	18,68	35,59	422,17
	50/2009	Овощи натуральные соленные (капуста квашеная)	20	0,36	0,02	0,6	4,6
	376/2014	Компот из сушеных фруктов	180	0,396	0	24,9912	100,116
	г/п	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,2
	г/п	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,54	1,6	9,96	52,4
		Итого за обед		29,83	22,87	94,55	712,70
Полдник	237/2014	Запеканка из творога с соусом яблочным	105	13,587	7,0164	17,2002	212,7268
	394/2014	Чай с молоком	180	2,58	2,88	90,5554	139,140
		Итого за полдник		16,167	9,8964	31,4309	303,2822
Итого за день:				58,23	45,75	201,54	1483,69

Стоимость дня: 144,24 руб.



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ «Детский сад №31»

Е.В. Волохова

«02» апреля 2025 год

I неделя, среда « 3 » день по 10-дневному меню
возрастная категория воспитанников: от 3 до 7 лет

Прием пищи	№ рецептуры блюд	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углеводы	
Завтрак	173/2005	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев «Геркулес» с сахаром	180	6,6	5,1	36,5	216,7
	1/2014	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,39	8,85	14,9	165,7
	392/2014	Чай с сахаром	180	0,06	0,00	10,00	38,36
2-й завтрак	г/п	Сок фруктовый в ассортименте	100	0,5	0,1	10,1	46
		Итого за завтрак		9,5	14	71,5	466,7
Обед	96/2005	Рассольник ленинградский со сметаной	200/4	1,928	4,88	13,948	109,36
	2952005	Котлета рубленая из бройлер цыплят с маслом сливочным	70	12,0793	11,5847	8,6632	188,025
	75/2009	Икра свекольная	130	2,4057	10,0875	6,8596	153,458
	372/2014	Компот из свежих плодов	180	0,144	0,144	21,492	85,14
	г/п	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,2
	г/п	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,54	1,6	9,96	52,4
		Итого за обед		19,4	28,5	67,8	624,6
Полдник	454/2014	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем картофельным с луком	80	4,109	1,3078	30,272	151,476
	388/2005	Напиток из плодов шиповника	180	0,612	0,252	26,658	119,34
		Итого за полдник		4,721	1,5598	56,93	270,816
Итого за день:				33,7	44,1	196,2	1362,1

Стоимость дня: 102,39 руб.



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ «Детский сад №31»

Е.В. Волохова

«07» апреля 2025 год

II неделя, понедельник « 6_» день по 10-дневному меню

возрастная категория воспитанников: от 3 до 7 лет

Прием пищи	№ рецептуры блюд	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углеводы	
Завтрак	210/2005	Омлет натуральный с маслом сливочным	58	5,56	10,16	1,08	117,77
	50/2009	Икра кабачковая	70	1,33	6,23	5,39	83,3
	г/п	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,26	54,3
	1/2014	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,39	8,85	14,9	165,7
	392/2014	Чай с сахаром	180	0,06	0	10,00	38,36
2-й завтрак	г/п	Сок фруктовый в ассортименте	100	0,5	0,1	10,1	46
		Итого за завтрак		11,82	25,7	51,73	505,43
Обед	82/2005	Борщ с капустой и картофелем	200/4	1,5991	4,7565	10,9669	94,641
	229/2005	Рыба, тушенная в томате с овощами	110	12,6556	5,6646	7,338	132,608
	312/2005	Пюре картофельное	130	2,8028	4,403	19,0693	127,186
	376/2014	Компот из сушеных фруктов	180	0,396	0	24,9912	100,116
	г/п	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,2
	г/п	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,54	1,6	9,96	52,4
		Итого за обед		20,3135	16,6641	79,1654	543,151
Полдник	459/2014	Пирог открытый	80	4,81	2,50746	32,7912	175,4616
	394/2014	Чай с молоком	180	2,58	2,88	14,2307	90,5554
		Итого за полдник		7,39	5,38746	47,0219	266,017
Итого за день:				39,52	47,75	177,91	1314,59

Стоимость дня: 141,69 руб.



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ «Детский сад №31»

Е.В.Волохова

«08» апреля 2025 год

II неделя, вторник « 7 » день по 10-дневному меню

возрастная категория воспитанников: от 3 до 7 лет

Прием пищи	№ рецептуры блюд	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углеводы	
Завтрак	181/2005	Каша жидкая молочная из манной крупы с сахаром	180	5,1394	3,0084	36,5623	188,119
	3/2014	Бутерброд с сыром и маслом сливочным	60	6,57	9,575	19,985	191,85
	393/2014	Чай с сахаром и лимоном	180/7	0,123	0,007	10,2107	40,7354
2-й завтрак	368/2014	Яблоки	100	0,4	0,4	9,8	47
		Итого за завтрак		12,2324	12,9904	75,558	467,7044
Обед	85/2014	Суп картофельный с клецками	200	2,0047	2,6233	12,6458	83,851
	291/2005	Плов из птицы	200	23,97	18,68	35,59	422,17
	50/2009	Капуста квашеная	20	0,36	0,02	0,6	4,6
	376/2014	Компот из сушеных фруктов	180	0,396	0	24,9912	100,116
	г/п	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,2
	г/п	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,54	1,6	9,96	52,4
		Итого за обед		29,59	23,16	90,63	699,33
Полдник	231/2014	Сырники из творога с маслом сливочным	105	18,587	13,224	11,063	274,01
	358/2005	Кисель из сока плодового или ягодного натурального	180	0,27	0,054	34,1748	136,134
		Итого за полдник		18,857	13,278	45,2378	410,144
Итого за день:				60,68	49,43	211,43	1577,18

Стоимость дня: 153,38 руб.



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ «Детский сад №31»

Е.В. Волохова

«09» апреля 2025 год

II неделя, среда « 8 » день по 10-дневному меню
возрастная категория воспитанников: от 3 до 7 лет

Прием пищи	№ рецептуры блюд	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углеводы	
Завтрак	183/2005	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с сахаром	180	7,6	4,9	40,2	234,1
	1/2014	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,39	8,85	14,9	165,7
	392/2014	Чай с сахаром	180	0,06	0,00	10,00	38,36
2-й завтрак	г/п	Сок фруктовый в ассортименте	100	0,5	0,1	10,1	46
		Итого за завтрак		10,6	13,9	75,2	484,1
Обед	180/2014	Суп картофельный с крупой	200	1,788	2,282	13,936	83,22
	295/2005	Котлета рубленая из бройлер-цыплят с маслом сливочным	70	12,0793	11,5847	8,6632	188,025
	132/2014	Капуста тушеная	130	3,203	6,6651	13,7792	129,583
	372/2014	Компот из свежих плодов	180	0,144	0,144	21,492	85,14
	г/п	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,2
	г/п	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,54	1,6	9,96	52,4
		Итого за обед		20,07	22,52	74,67	574,57
Полдник	424/2005	Булочка домашняя	80	5,8485	9,4665	48,9035	305,62
	388/2005	Напиток из плодов шиповника	180	0,612	0,252	26,658	119,34
		Итого за полдник		6,4605	9,7185	75,5615	424,96
Итого за день:				37,10	46,11	225,41	1483,67

Стоимость дня: 110,30 руб.



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ «Детский сад №31»

Е.В. Волохова

«10» апреля 2025 год

II неделя, четверг « 9 » день по 10-дневному меню

возрастная категория воспитанников: от 3 до 7 лет

Прием пищи	№ рецептуры блюд	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углеводы	
Завтрак	182/2005	Каша жидкая молочная из пшениной крупы с сахаром	180	6,313	3,85886	40,211	219,481
	1/2014	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,39	8,85	14,9	165,7
	393/2014	Чай с сахаром и лимоном	180/7	0,123	0,007	10,2107	40,7354
2-й завтрак	г/п	Сок фруктовый в ассортименте	100	0,5	0,1	10,1	46
		Итого за завтрак		9,326	12,8186	75,4217	471,9164
Обед	102/2005	Суп картофельный с бобовыми	200	4,722	3,416	15,994	114,79
	274/2005	Зразы рубленые с соусом сметанным с томатом	100	9,729	12,5933	11,525	191,308
	309/2005	Макаронные изделия отварные	130	4,616	4,109	30,733	181,33
	70/2005	Соленые огурцы	20	0,16	0,02	0,34	2,6
	376/2014	Компот из сушеных фруктов	180	0,396	0	24,9912	100,116
	г/п	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,2
	г/п	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,54	1,6	9,96	52,4
		Итого за обед		22,483	21,9783	100,3832	678,744
Полдник	449/2014	Оладьи с повидлом	100	2,2018	4,9694	12,033	100,76
	401/2014	Кефир	180	5,22	4,5	7,56	97,2
		Итого за полдник		7,4218	9,4694	19,593	197,96
Итого за день:				39,231	44,264	195,398	1348,620

Стоимость дня: 119,61 руб.



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ «Детский сад №31»

Е.В. Волохова

«11» апреля 2025 год

II неделя, пятница «10» день по 10-дневному меню

возрастная категория воспитанников: от 3 до 7 лет

Прием пищи	№ рецептуры блюд	Наименование блюда	Вес блюда, гр.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углеводы	
Завтрак	182/2005	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с сахаром	180	4,242	2,986	36,4604	188,245
	2/2014	Бутерброд с повидлом и маслом сливочным	55	2,35	8,85	14,9	165,7
	397/2014	Какао с молоком	180	3,809	3,97	15,456	110,37
2-й завтрак	г/п	Сок фруктовый в ассортименте	100	0,5	0,1	10,1	46
		Итого за завтрак		10,901	15,906	76,9164	510,315
Обед	88/2005	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/4	1,6238	4,7533	8,3471	85,5
	289/2005	Рагу из птицы	210	22,7163	18,1766	18,1062	328,0282
	376/2014	Компот из сушеных фруктов	180	0,396	0	24,9912	100,116
	г/п	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,84	36,2
	г/п	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,54	1,6	9,96	52,4
		Итого за обед		27,5961	24,7699	68,2445	602,2442
Полдник	395/2005	Вареники из полуфабриката промышленного производства с фаршем картофельным маслом сливочным	105	9,6985	13,3525	36,204	294,5625
	392/2014	Чай с сахаром	180	0,06	0	10,00	38,36
		Итого за полдник		9,7585	13,3525	46,2047	332,9179
Итого за день:				48,3	54,0	191,4	1445,5

Стоимость дня: 117,83 руб.