

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель государственного учреждения

СОГЛАСОВАНО

Управляющий
ГУ "Центр по
обеспечению
деятельности
бюджетных
организаций
Ельского
района"

Т.И.Денисова

М.П.

М.П.

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТСКИХ ДОШКОЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ НА ЗИМНЕ- ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД 2024/2025 У.ГОДА											
		**САД					**ЯСЛИ				
		Выход	белки	жиры	углевод ы	к/калл	Выход	белки	жиры	углевод ы	к/калл
Понедельник 1 неделя											
ЗАВТРАК											
317/3	Каша вязкая молочная овсяная	200	8,03	9,12	31,53	243,04	150	6,02	6,84	23,6	182,3
'612001	Масло сливочное на порцию	10	0,08	7,25	0,13	66,1					
660/2	Чай с сахаром В1	200	0,06	0,06	12,01	45,48	150	0,04	0,01	9,01	34,11
'616001	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,52	0,16	9,72	47,6	20	1,52	0,16	9,72	47,6

[illegible]

ЗАВТРАК											
243/55	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,51	5,13	17,76	140,28	150	4,13	3,8	13,32	105,2
'612001	Масло сливочное на порцию	10	0,08	7,25	0,13	66,1					
669/11	Кофейный напиток с молоком В1 (не растворимый)	200	2,51	2,2	7	97,97	150	1,88	1,65	13,3	73,4
'616001	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,52	0,16	9,72	47,6	20	1,52	0,16	9,72	47,6
'614054	Конд. изделия (Мармелад)	30	0,12		2,8	87,9					
	Итого:		9,74	14,74	37,41	439,85		7,53	5,61	36,34	226,2
ОБЕД											
96/79	Салат "Здоровье"	50	0,81	5,05	3,55	62,46	40	0,65	4,04	2,8	50
178/21	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)/см	200/4	1,64	3,48	12,23	86,93	200/4	1,64	8,48	12,23	86,93
493/11	Гуляш (лоп.ч. морож)	100	14,19	8,17	53,19	118,87	100	14,19	8,17	53,19	118,87
602/10	Картофель отварной	150	4,035	2,24	33,06	193,02	150	4,035	2,24	33,06	193,02
'615097	Сок	200	0,4		4	16	150	0,3		3	12
'616002	Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,8	66	30	1,47	0,3	13,8	66
'611408	Аскорбиновая кислота витамин С на день	0,05					0,045				
	Итого:		22,55	19,24	119,83	543,28		22,285	23,23	118,08	526,82
ПОЛДНИК											
*ф св.	Голубцы "Цудоуныя"	105/45	8,1	19,55	13,2	269,08	105/45	8,1	19,55	13,2	269,08
498/8	Компот из изюма	200	0,32		35,36	91,5	150	0,24		26,52	68,63
'616001	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,72	47,6	20	1,52	0,16	9,72	47,6
'615054	Фрукты	150	0,6	0,6	14,7	67,5	100	0,6	0,6	9,8	45
	Итого:		9,94	19,71	58,28	408,18		9,86	19,71	49,44	385,31

	Итого за день:		42,23	53,69	215,52	1391,31		39,675	48,55	203,86	1138,33
			168,9	483,21	862,08	1514,19		158,7	436,95	815,44	1411,09
	Б-10-15; Ж-30-32; У-55-60 % %		11,2	31,9	56,9	100,0		11,2	31,0	57,8	100,0
Четверг 1 неделя											
ЗАВТРАК											
387/3	Омлет натуральный/маслом	70/5	6,5	8,4	1,19	108,14	50/4	4,66	6	0,85	77,24
487/5	Колбаса отварная	50	4,9	10,52	0,72	119,7	50	4,9	10,52	0,72	119,7
662/4	Чай с лимоном	200/7	0,11	0,02	12,8	49,83	150/5	0,08	0,015	9,6	37,4
'616001	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,72	47,6	20	1,52	0,16	9,72	47,6
'616002	Хлеб ржаной	20	0,98	0,2	9,2	44					
	Итого:		14,01	19,3	33,63	369,27		11,16	16,695	20,89	281,94
ОБЕД											
77/63	Салат "Осенний" В1	50	0,79	3,08	3,57	45,44	40	0,63	2,5	2,9	36
211/38	Борщ с капустой и картофелем/сметана	200/4	1,36	4,02	9,09	82,32	150/3	1,02	3,015	6,8	61,74
*ф св.	Гнездышки из свинины с овощами	60	6	11,04	3,36	132,3	60	6	11,04	3,36	132,3
604/12 гр.	Каша рассыпчатая	150	2,7	11	35,56	111,87	100	2,76	7,3	23,71	92,04
647/13	Кисель из сока яблочного	200	0,28		30,04	118,17	150	0,21		22,5	88,65
'616002	Хлеб ржаной	60	2,94	0,6	27,6	132	40	1,96	1,2	18,9	88
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,72	47,6	20	1,52	0,16	9,72	47,6
'611408	Аскорбиновая кислота витамин С на день	0,05					0,045				
	Итого:		15,59	29,9	118,94	669,7		14,1	25,215	87,89	546,33
ПОЛДНИК											
415/9	Запеканка из творога (с манн. круп.) В2	120	8,23	3,35	60,32	267	100	6,9	1,79	60,32	267

'616001	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,52	0,16	9,72	47,6	20	1,52	0,16	9,72	47,6
668/10	Молоко кипяченое	200	5,3	4,64	8,98	98,75	150	4	2,5	6,7	67,5
'615054	Фрукты	150	0,6	0,6	14,7	67,5	100	0,6	0,6	9,8	
	Итого:		15,05	8,15	79,02	413,35		12,42	4,45	76,74	382,1
									43,31		
	Итого за день:		44,65	57,35	231,59	1452,32		37,68	46,36	185,52	1210,37
			178,6	516,15	926,36	1621,11		150,72	417,24	742,08	1310,04
	Б-10-15;;Ж-30-32; У-55-60 %%%		11,02	31,84	57,14	100		11,505	31,85	56,6	100
Среда 1 неделя											
ЗАВТРАК											
316/2	Каша жидкая молочная манная	200	7,85	22,46	37,04	249,36	150	5,88	16,8	28	187
'612001	Масло сливочное на порцию	10	0,08	7,25	0,13	66,1					
660/2	Чай с сахаром	200	0,06	0,06	10,39	39,42	150	0,45	0,45	1,8	29,6
'616001	Хлеб пшеничный (батон)	30	2,28	0,24	14,58	71,4	20	1,52	0,16	9,72	47,6
'1-1-7	Сыр (порциями)	10	2,6	2,65		35	10	2,6	2,65		35
	Итого:		10,27	30,01	62,14	426,28		7,85	17,41	39,52	264,2
ОБЕД											
125/104	Винегрет овощной с огурцами	50	0,63	2,07	3,86	37,45	40	0,5	1,7	3	30
162/13	Щи из свежей капусты с картофелем В1/сметана	200/4	1,53	3,37	7,75	69,57	200/4	1,53	3,37	7,75	69,57
603/11	Пюре картофельное (гарнир)	150	2,88	4,59	19,79	128,68	150	2,88	4,59	19,79	128,68
*ф мин	Рыбка "в шубке"	70	11,27	8,61	10,22	165,9	50	8,05	6,1	7,3	118,7
638/4	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,14	0,14	27,41	84,42	150	0,1	0,1	16,1	63,3
'616001	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,4	20	1,52	0,16	9,72	47,6

'616002	Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,8	66	30	1,47	0,3	13,8	66
'611408	Аскорбиновая кислота витамин С на день	0,05					0,045				
	Итого:		20,2	19,32	97,41	623,42		16,05	16,32	77,46	523,85
ПОЛДНИК											
247/59	Суп молочный с крупой пшенной	150	5,66	2,1	18,2	145,28	150	5,66	2,1	18,2	145,28
'616001	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,72	47,6	20	1,52	0,16	9,72	47,6
666/8	Какао с молоком	200	3,37	2,82	23,23	128,7	150	2,5	2,74	17,4	96,25
'615054	Фрукты	150	0,6	0,6	14,7	67,5	100	0,6	0,6	9,8	45
	Итого:		11,15	5,68	65,85	389,08		10,28	5,6	55,12	334,13
	Итого за день:		41,62	55,01	225,4	1438,78		34,18	39,33	172,1	1122,18
			166,5	495,09	901,6	1563,17		136,72	353,97	688,4	1179,09
	Б-10-15;;Ж-30-32; У-55-60 %%		10,7	31,7	57,7	100,0		11,6	30,0	58,4	100,0
Пятница 1 неделя											
ЗАВТРАК											
326/12	Каша жидкая молочная "Геркулес"	200	6,33	2,24	23,57	195,26	150	4,7	1,68	17,7	146,5
'612001	Масло сливочное на порцию	10	0,08	7,25	0,13	66,1					
666/8	Какао с молоком	200	3,37	2,82	23,23	128,7	150	2,25	2,1	17,4	96,5
'616001	Хлеб пшеничный/батон/	30	2,28	0,24	14,58	71,4	20	1,52	0,16	9,72	47,6
'1-1-7	Сыр (порциями)	15	3,9	3,9		52,5	10	2,6	2,65		35
	Итого:		15,96	16,45	61,51	513,96		11,07	6,59	44,82	325,6
ОБЕД											
29/25	Салат "Агеньчык" В1	50	0,92	3,56	3,36	49,05	40	0,7	2,8	2,7	39,24

211/38	Суп картофельный с горохом	200	4,39	3,62	15,97	115,09	150	3,29	2,7	11,9	95,9
* ф св.	Митболы "Смак"	75	6,5	14,9	8,85	175,2	50	4,3	9,9	5,9	116,8
612/18	Капуста тушеная(гарнир)	150	3,6	6,8	19	179	150	3,6	6,8	19	179
*ф сок	Напиток "Родничок"	200	0,2		12,2	48,2	150	0,15		9,15	24,1
'616001	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,72	47,6	20	1,52	0,16	9,72	47,6
'616002	Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,8	66	30	1,47	0,3	13,8	66
'611408	Аскорбиновая кислота витамин С на день	0,05					0,045				
	Итого:		18,6	29,34	82,9	680,14		15,03	22,66	72,17	568,64
ПОЛДНИК											
397/13	Драчена	70	7,34	9,87	13,83	136,12	50	5,25	7,05	2,76	97,37
664/6	Чай с молоком В1	200	3,07	1,35	16,83	100,5	150	2,3	2	12,6	75,4
'616001	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,4	20	1,52	0,16	9,72	47,6
'614052	Конд. изделия (Зефир)	50	0,4		39,15	152	50	0,4		39,15	152
	Итого:		13,09	11,46	84,39	460,02		9,47	11,13	59,02	372,37
	Итого за день:		47,65	57,25	228,8	1654,12		35,57	40,38	176,01	1266,61
			190,6	515,25	915,2	1621,05		142,28	363,42	704,04	1209,74
	Б-10-15;Ж-30-32; У-55-60 %%		11,76	31,78	56,46	100		11,761	30,0	58,20	100
Понедельник 2 неделя											
ЗАВТРАК											
248/60	Суп молочный с крупой рисовой	200	4,77	5,08	16,33	130,81	200	4,77	5,08	16,33	130,81
'612001	Масло сливочное на порцию	10	0,08	7,25	0,13	66,1					
669/11	Кофейный напиток с	200	2,51	2,2	7	97,97	150	1,88	1,65	13,3	73,4

	молоком В1 (не растворимый)										
'616001	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,4	20	1,52	0,16	9,72	47,6
'1-1-7	Сыр (порциями)	10	2,6	2,65		35	10	2,6	2,65		35
	Итого:		12,24	17,42	38,04	401,28		10,77	9,54	39,35	286,81
ОБЕД											
50/42	Салат "Бурячок"	50	0,69	4,03	4,74	60,55	40	0,6	3,2	3,8	48,4
162/13	Щи из свежей капусты /сметана	200/4	1,53	3,37	7,75	69,57	200/4	1,53	3,37	7,75	69,57
495/13	Печень тушенная в соусе В1	100	12,44	11,16	4,13	170,43	100	12,44	11,16	4,13	170,43
602/10	Картофель отварной(гарнир)	150	2,88	4,59	19,79	128,68	150	2,88	4,59	19,79	128,68
644/10	Компот из изюма	200	0,32		23,56	91,5	150	0,24		17,67	68,63
'616002	Хлеб ржаной	60	2,94	0,6	27,6	132	60	2,94	0,6	27,6	132
'611408	Аскорбиновая кислота витамин С на день	0,05					0,045				
	Итого:		20,8	23,75	87,57	652,73		20,63	22,92	80,74	617,71
ПОЛДНИК											
375/1	Макароны с сыром	200	9,79	5,04	45,32	306,91	150	3,34	3,78	33,99	230,17
660/2	Чай с сахаром	200	0,06	0,06	10,39	39,42	150	0,45	0,45	1,8	29,6
	Итого:		9,85	5,1	55,71	346,33		3,79	4,23	35,79	259,77
	Итого за день:		42,89	46,27	181,32	1400,34		35,19	36,69	155,88	1164,29
			171,6	416,43	725,28	1313,27		140,76	330,21	623,52	1094,49
	Б-10-15;;Ж-30-32; У-55-60 %%%		13,1	31,7	55,2	100,0		12,9	30,2	57,0	100,0
Вторник 2 неделя											
ЗАВТРАК											
316/2	Каша жидкая молочная манная	200	7,85	7,46	37,04	249,36	150	5,9	6	18	187

'612001	Масло сливочное на порцию	10	0,08	7,25	0,13	66,1					
'612109	Йогурт питьевой	125	6,25	3,13	10,63	87,5	125	6,25	3,13	10,63	87,5
666/8	Какао с молоком	200	3,37	2,82	23,23	128,7	150	2,5	2,11	17,4	96,25
'616001	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,4	20	1,52	0,16	9,72	47,6
	Итого:		19,83	20,9	85,61	603,06		16,17	11,4	55,75	418,35
ОБЕД											
59/49	Салат из морской и б/к капусты с м/р	50	0,7	1,06	4,25	53,64	40	0,56	0,8	3,4	42,9
207/36 ман	Суп картофельный с крупой	200	1,9	2,05	24,35	83,34	150	1,425	1,53	18,26	62,5
487/5	Колбаса отварная	75	8,63	12,53	1,13	151,5	50	5,8	8,4	0,75	100,9
601/9	Макаронные изделия отварные	150	4,74	4,12	32,03	188,34	150	4,74	4,12	32,03	188,34
'615097	Сок	200	0,4		4	16	150	0,3		3	12
'616002	Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,8	66	30	1,47	0,3	13,8	66
'611408	Аскорбиновая кислота витамин С на день	0,05					0,045				
	Итого:		17,84	20,06	79,56	558,82		14,295	15,15	71,24	472,64
ПОЛДНИК											
572/10	Котлета рубленая ЦБ	70	10,05	10,41	10,11	160,73	70	10,1	10,41	10,11	160,73
283/14	Рагу из овощей	200	1,64	5,89	9,27	99,95	150	1,2	6,4	6,9	75
'616002	Хлеб ржаной	30	2,28	0,24	14,58	71,4	20	1,52	0,16	9,72	47,6
638/4	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,14	0,14	21,49	84,42	150	0,1	0,1	16,1	63,3
'615054	Фрукты	150	0,6	0,6	14,7	67,5	100	0,6	0,6	9,8	45
	Итого:		14,71	17,28	70,15	484		13,52	17,67	52,63	391,63
	Итого за день:		52,38	58,24	235,32	1645,88		43,985	44,22	179,62	1282,62
			209,5	524,16	941,28	1674,96		175,94	397,98	718,48	1292,4
	Б-10-15; Ж-30-32; У-55-60 % %		12,51	31,29	56,20	100		13,613	30,8	55,5927	100

Среда 2 неделя											
ЗАВТРАК											
'615116	Морская капуста порционно	20	0,18	0,04	0,04	3,2					
387/3	Омлет натуральный/масло сливочное	70/5	6,49	20,44	1,19	101,25	70/5	6,49	20,44	1,19	101,25
664/6	Чай с молоком В1	200	3,07	2,65	16,83	100,5	150	2,3	2	12,6	70,4
'616001	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,4	20	1,52	0,16	9,72	47,6
'616002	Хлеб ржаной	20	0,98	0,2	9,2	44	20	0,98	0,2	9,2	44
	Итого:		13	23,57	41,84	320,35		11,29	22,8	32,71	263,25
ОБЕД											
76/62	Салат из свеклы с яблоком с м/р	50	0,72	2,55	4,37	42,64	40	0,6	2	3,5	34
172/18	Рассольник домашний/сметана	200/4	1,7	3,76	10,94	91,48	150/3	1,27	2,82	8,2	68,6
444/11 мин	Биточки рыбные	70	9,17	1,95	6,06	80,04	50	11,4	1,4	4,3	57,2
*ф гар.	Картофель запеченый дольками	150	3	1,8	29,1	144,6	100	2	1,2	19,4	96,4
645/11	Компот из смеси сухофруктов (смесь)	200	0,38		24,33	95,26	150	0,29		18,3	71,4
'616001	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,4	20	1,52	0,16	9,72	47,6
'616002	Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	18,4	88	30	1,47	0,3	13,8	66
'611408	Аскорбиновая кислота витамин С на день	0,05					0,05				
	Итого:		19,21	10,7	107,78	613,42		18,55	7,88	77,22	441,2
ПОЛДНИК											
402/2	Сырники из творога	150	22,46	15,79	28,34	351,99	100	14,9	10,5	18,9	234,6
'614024	Повидло для вторых блюд	10	0,04		6,53	25	10	0,04		6,53	25

[illegible]

612/18	Капуста тушеная	200	3,18	4,57	14,2	116,72	150	2,3	4,57	14,2	116,72
583/16	Тефтели из птицы (ЦБ)	80	7,2	12,12	7,9	161,9	50	4,5	7,5	4,9	101
'615097	Сок	200	0,4		4	16	150	0,3		3	12
'616001	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	71,4	20	1,52	0,16	9,72	47,6
'615054	Фрукты	150	0,6	0,6	14,7	67,5	100	0,6	0,6	9,8	45
	Итого:		13,66	17,53	55,38	433,52		9,22	8,16	41,62	322,32
	Итого за день:		50,81	57,74	225,49	1612,19		37,23	43,82	172,19	1244,56
			203,2	519,66	901,96	1624,86		148,92	394,38	688,76	1232,06
	Б-10-15; Ж-30-32; У-55-60 % %		12,51	31,98	55,51	100		12,087	32,0	55,9031	100
Пятница 2 неделя											
ЗАВТРАК											
*ф твор	Запеканка из творога "Зебра"/сметана	100/15	16,83	17,59	33,6	321,03	100/15	16,83	17,59	33,6	321,03
669/11	Кофейный напиток с молоком В1 (не растворимый)	200	2,51	2,2	27,73	97,97	150	1,9	1,65	23,2	73,4
	Итого:		19,34	19,79	61,33	419		18,73	19,24	56,8	394,43
ОБЕД											
77/63	Салат "Осенний" В1	50	0,79	3,08	9,57	45,44	40	0,6	2,5	7,6	36,4
211/38	Борщ с капустой и картофелем/сметана	200/4	1,36	4,02	9,09	82,32	150/3	1,02	3,015	6,8	61,74
*ф мин	Рыба в сыре жареная	75	16,2	11,7	0,15	171,45	50	10,8	7,8	0,1	114,3
602/10	Картофель отварной	150	4,035	6,24	33,06	193,02	100	2,69	4,16	22,04	132,4
645/11	Компот из смеси сухофруктов (смесь)	200	0,38		24,33	95,26	150	0,29		18,3	71,4
'616001	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,72	47,6	20	1,52	0,16	9,72	47,6
'616002	Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	18,4	88	30	1,47	0,3	13,8	66
'611408	Аскорбиновая кислота витамин С	0,05					0,045				

	на день										
	Итого:		26,25	25,6	104,32	723,09		18,39	17,935	78,36	529,84
ПОЛДНИК											
684/4	Блины на кефире/масло	70/10	3,08	2,89	22,78	140,99	70/10	3,08	2,89	22,78	140,99
668/10	Молоко	200	3,3	4,64	8,98	98,75	150	2,5	3,5	6,8	74
'615054	Фрукты	150	0,6	0,6	14,7	67,5	100	0,6	0,6	9,8	45
	Итого:		6,98	8,13	46,46	307,24		6,18	6,99	39,38	259,99
	Итого за день:		52,57	53,52	212,11	1449,33		43,3	44,165	174,54	1184,26
			210,3	481,68	848,44	1540,38		173,2	397,485	698,16	1268,845
	Б-10-15;;Ж-30-32; У-55-60 %%		13,65	31,27	55,08	100		13,65	31,33	55,0233	100

ПРИМЕЧАНИЕ : Овощные салаты могут подаваться с учетом предпочтений и пожеланий воспитанников.

инженер-технолог Веко С.Н.