

**Менюготавливаемых блюд, 13.05.2025**

**Возрастная категория: от 1 года до 3 лет / от 3 до 7 лет**

Сезон: ВЕСНА с 01.03.2025

**У Т В Е Р Ж Д А Ю:**

Директор МАДОУ «Детский сад № 36» г. Сыктывкара

Прокушева Е.В., приказ 25.02.2025 № 89

| День второй, неделя первая       |                                                                                       |              |                  |    |     |                                 |                |
|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|----|-----|---------------------------------|----------------|
| Прием<br>пищи                    | Наименование блюда                                                                    | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |    |     | Энергети-<br>ческая<br>ценность | №<br>рецептуры |
|                                  |                                                                                       |              | Б                | Ж  | У   |                                 |                |
| Завтрак                          | Каша пшеничная<br>молочная жидкая                                                     | 130          | 4                | 4  | 23  | 156                             | 232            |
|                                  |                                                                                       | 150          | 5                | 5  | 27  | 172                             |                |
|                                  | Кофейный напиток с<br>молоком                                                         | 150          | 2                | 2  | 10  | 66                              | 465            |
|                                  |                                                                                       | 180          | 3                | 2  | 12  | 79                              |                |
|                                  | Батон с маслом                                                                        | 30/5         | 2                | 5  | 15  | 111                             | 576/86         |
|                                  |                                                                                       | 40/5         | 3                | 5  | 21  | 137                             |                |
| Итого за завтрак                 |                                                                                       |              | 8                | 11 | 48  | 333                             |                |
|                                  |                                                                                       |              | 11               | 12 | 60  | 388                             |                |
| Завтрак<br>второй                | Молоко                                                                                | 200          | 6                | 6  | 10  | 107                             | 469            |
|                                  |                                                                                       | 250          | 8                | 8  | 13  | 134                             |                |
| Итого за завтрак второй          |                                                                                       |              | 6                | 6  | 10  | 107                             |                |
|                                  |                                                                                       |              | 8                | 8  | 13  | 134                             |                |
| Обед                             | Салат из квашеной<br>капусты с луком (замена -<br>Салат из свеклы с<br>сухофруктами)* | 30           | 1                | 2  | 4   | 33                              | 29             |
|                                  |                                                                                       | 50           | 1                | 3  | 6   | 55                              |                |
|                                  | Суп картофельный с<br>рыбой                                                           | 180          | 8                | 2  | 7   | 90                              | 119            |
|                                  |                                                                                       | 200          | 9                | 3  | 8   | 100                             |                |
|                                  | Шницель рубленый                                                                      | 50           | 9                | 11 | 5   | 149                             | 319            |
|                                  |                                                                                       | 70           | 12               | 15 | 7   | 209                             |                |
|                                  | Каша гречневая<br>рассыпчатый                                                         | 120          | 7                | 5  | 30  | 190                             | 202            |
|                                  |                                                                                       | 160          | 10               | 5  | 41  | 258                             |                |
|                                  | Компот из свежих плодов                                                               | 180          |                  |    | 10  | 41                              | 486            |
|                                  |                                                                                       | 200          |                  |    | 11  | 46                              |                |
|                                  | Хлеб ржаной                                                                           | 40           | 3                | 1  | 16  | 82                              | 574            |
|                                  |                                                                                       | 50           | 4                | 1  | 20  | 103                             |                |
| Итого за обед                    |                                                                                       |              | 28               | 21 | 72  | 585                             |                |
|                                  |                                                                                       |              | 37               | 27 | 91  | 771                             |                |
| уплотне-<br>нный<br>полдни-<br>к | Рагу из овощей (2<br>вариант)                                                         | 150          | 3                | 7  | 14  | 128                             | 177            |
|                                  |                                                                                       | 200          | 4                | 9  | 19  | 170                             |                |
|                                  | Суфле рыбное                                                                          | 70           | 10               | 4  | 2   | 78                              | 303            |
|                                  |                                                                                       | 100          | 14               | 6  | 3   | 112                             |                |
|                                  | Какао с молоком                                                                       | 200          | 3                | 3  | 14  | 94                              | 462            |
|                                  |                                                                                       | 230          | 4                | 4  | 16  | 108                             |                |
|                                  | Хлеб пшеничный                                                                        | 50           | 4                |    | 25  | 75                              | 573            |
|                                  |                                                                                       | 60           | 5                |    | 30  | 94                              |                |
|                                  | Фрукты                                                                                | 95           |                  |    | 10  | 44                              | 82             |
| 100                              |                                                                                       |              | 10               | 44 |     |                                 |                |
| Итого за уплотненный полдник     |                                                                                       |              | 20               | 14 | 65  | 419                             |                |
|                                  |                                                                                       |              | 26               | 19 | 78  | 528                             |                |
| Итого<br>за день                 | Ясли:                                                                                 |              | 62               | 52 | 195 | 1444                            |                |
|                                  | Сад:                                                                                  |              | 82               | 66 | 242 | 1821                            |                |

\*отсутствие свеклы на складе продуктов питания