

**Менюготавливаемых блюд, 06.05.2025г.**

**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 от 25.02.2025 № 89

| День второй, неделя вторая     |                                           |              |                  |    |     |                                 |                |
|--------------------------------|-------------------------------------------|--------------|------------------|----|-----|---------------------------------|----------------|
| Прием<br>пищи                  | Наименование блюда                        | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |    |     | Энергети-<br>ческая<br>ценность | №<br>рецептуры |
|                                |                                           |              | Б                | Ж  | У   |                                 |                |
| Завтрак                        | Суп молочный с<br>крупой                  | 160          | 4                | 4  | 13  | 104                             | 140            |
|                                |                                           | 220          | 6                | 6  | 18  | 143                             |                |
|                                | Какао с молоком                           | 180          | 3                | 3  | 12  | 85                              | 462            |
|                                |                                           | 200          | 3                | 3  | 13  | 94                              |                |
|                                | Батон с сыром                             | 30/10        | 4                | 4  | 15  | 114                             | 576/75         |
|                                |                                           | 40/15        | 6                | 5  | 21  | 158                             |                |
| Итого за завтрак               |                                           |              | 11               | 11 | 40  | 304                             |                |
|                                |                                           |              | 15               | 14 | 52  | 395                             |                |
| Завтрак<br>второй              | Сок фруктовый                             | 200          | 1                |    | 20  | 86                              | 501            |
|                                | Печенье                                   | 20           | 2                | 2  | 15  | 83                              | 582            |
|                                |                                           | 30           | 3                | 3  | 23  | 125                             |                |
| Итого за завтрак второй        |                                           |              | 3                | 2  | 35  | 169                             |                |
|                                |                                           |              | 4                | 3  | 43  | 211                             |                |
| Обед                           | Салат картофельный с<br>солеными огурцами | 50           | 1                | 3  | 4   | 49                              | 43             |
|                                |                                           | 70           | 1                | 4  | 6   | 69                              |                |
|                                | Суп из овощей со<br>сметаной              | 180/10       | 1                | 5  | 5   | 69                              | 116,<br>433    |
|                                |                                           | 200/10       | 1                | 5  | 6   | 75                              |                |
|                                | Гуляш мясной                              | 50           | 10               | 10 | 1   | 129                             | 327            |
|                                |                                           | 80           | 16               | 16 | 2   | 206                             |                |
|                                | Каша рассыпчатая с<br>овощами             | 120          | 3                | 3  | 27  | 142                             | 211            |
|                                |                                           | 170          | 3                | 3  | 39  | 201                             |                |
|                                | Напиток из<br>шиповника                   | 180          | 1                | 1  | 16  | 70                              | 495            |
|                                |                                           | 200          | 1                | 1  | 18  | 82                              |                |
|                                | Хлеб ржаной                               | 40           | 3                | 1  | 16  | 82                              | 574            |
|                                |                                           | 50           | 4                | 1  | 20  | 103                             |                |
| Итого за обед                  |                                           |              | 19               | 23 | 71  | 541                             |                |
|                                |                                           |              | 26               | 30 | 91  | 736                             |                |
| Уплотн<br>енный<br>полдни<br>к | Морковь отварная<br>дольками              | 30           |                  | 2  | 3   | 31                              | 156            |
|                                |                                           | 60           |                  | 4  | 7   | 62                              |                |
|                                | Запеканка из творога                      | 140          | 22               | 10 | 20  | 272                             | 279            |
|                                |                                           | 160          | 25               | 13 | 25  | 311                             |                |
|                                | Соус молочный<br>сладкий                  | 50           | 1                | 2  | 3   | 42                              | 406            |
|                                |                                           | 60           | 1                | 2  | 4   | 50                              |                |
|                                | Чай с молоком                             | 180          | 1                |    | 10  | 57                              | 460            |
|                                |                                           | 200          | 2                | 1  | 12  | 64                              |                |
|                                | Хлеб пшеничный                            | 30           | 2                |    | 15  | 70                              | 573            |
|                                |                                           | 40           | 3                |    | 20  | 94                              |                |
| Фрукты                         | 95                                        |              |                  | 10 | 44  | 82                              |                |
|                                | 100                                       |              |                  | 10 | 44  |                                 |                |
| Итого за уплотненный полдник   |                                           |              | 26               | 14 | 61  | 516                             |                |
|                                |                                           |              | 31               | 20 | 78  | 625                             |                |
| Итого<br>за день               | Ясли:                                     |              | 59               | 50 | 207 | 1574                            |                |
|                                | Сад:                                      |              | 76               | 67 | 264 | 1967                            |                |