



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ детский сад № 39

МАДОУ О.А.Рымкевич

Приказ от 01.09.2023 № 56-ОД

Основное (организованное) меню МАДОУ детского сада № 39, включающее горячее питание

Возрастная категория от 3 до 7 лет



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ детский сад № 39

О.А.Рымкевич

№	наименование блюда	объем порции, гр.	белки, гр.	жиры, гр.	углеводы, гр.	калорийность, калории
Возрастная категория от 3 до 7 лет						
ДЕНЬ 1						
Завтрак						
7.035	Батон с маслом	45,00	3,50	7,05	21,54	165,91
7.127	Каша пшеничная молочная с маслом	200,00	5,30	5,10	27,50	178,00
7.118/1	Чай с молоком	200,00	1,40	1,40	11,20	61,00
Итого:		445,00	10,20	13,55	60,24	404,91
Второй завтрак						
7.031	Сок	100,00	0,5	0,13	10,3	43,2
Обед						
7.367-3	Огурец консервированный	60	0,45	0,05	1,36	7,89
7.н146	Щи вегетарианские со сметаной	200,00	1,72	2,86	7,77	58,57
7.256	Гуляш из отварного мяса	80,00	18,78	21,45	38,41	406,77
7.179	Рис припущенный с овощами	130,00	2,27	4,66	17,95	127,90
7.115/1	Компот из сухофруктов	200,00	0,50	0,00	27,20	72,00
7.003	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	16,72	72,84
2021/103	Хлеб пшеничный	20,00	1,52	0,18	10,02	46,20
Итого:		730,00	27,88	29,68	119,43	792,17
Полдник						
7.н077	Сырники из творога	150,00	19,88	25,82	14,51	374,73
7.004	Сгущенное молоко	15,00	1,10	1,30	8,60	49,16
7.015/2	Вафли	20,00	0,64	0,56	16,18	70,00
7.354	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	5,91	24,64
Итого:		385,00	21,62	27,68	45,20	518,53
ВСЕГО:		1 660,00	60,20	71,04	235,17	1 758,81

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ детский сад № 39

О.А.Рымкевич

№	наименование блюда	объем порции, гр.	белки, гр.	жиры, гр.	углеводы, гр.	калорийность, калории
Возрастная категория от 3 до 7 лет						
ДЕНЬ 2						
Завтрак						
7.175/1	Батон с маслом с сыром	54,00	4,21	6,61	19,79	128,79
7.067	Кофейный напиток с молоком	200,00	2,81	2,82	16,88	104,77
7.091/1	Каша вязкая из пшена и риса молочная "Дружба 3" с маслом	200,00	6,00	5,80	42,40	248,00
Итого:		454,00	13,02	15,23	79,07	481,56
второй завтрак						
7.031	Сок	100,00	0,5	0,13	10,3	43,2
4.13/1	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом	60,00	0,69	4,10	8,24	60,16
7.165-1	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	200,00	1,95	2,99	14,01	86,46
7.н151-2	Макаронные изделия отварные	150,00	5,30	3,80	34,10	188,00
7.н114/12	Котлета из мяса птицы	70,00	15,79	4,02	2,50	107,49
7.115/1	Компот из сухофруктов	200,00	0,49	0,03	17,08	67,34
7.003	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	16,72	72,84
2021/103	Хлеб пшеничный	20,00	1,52	0,18	10,02	46,20
Итого:		740,00	28,38	15,60	102,67	628,49
Полдник						
7.н047	Пюре розовое	150,00	1,86	2,69	12,24	85,09
7.354	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	5,91	24,64
7.2/12/1	Булочка творожная	80,00	3,90	6,07	22,13	156,25
Итого:		430,00	5,76	8,76	40,28	265,98
ВСЕГО:		1 724,00	47,66	39,72	232,32	1 419,23



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ детский сад № 39

О.А.Рымкевич

№	наименование блюда	объем порции, гр.	белки, гр.	жиры, гр.	углеводы, гр.	калорийность, калории
Возрастная категория от 3 до 7 лет						
ДЕНЬ 3						
Завтрак						
7.032	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	11,81	49,76
7.035	Батон с маслом	45,00	2,97	5,27	20,40	114,88
7.21/2/2	Суп молочный с лапшой	180,00	3,72	1,96	5,60	52,93
Итого:		425,00	6,69	7,23	37,81	217,57
Второй завтрак						
7.183	Банан	120,00	1,26	0,08	18,31	74,76
Обед						
7.288	Салат из свежих помидор	60,00	1,25	5,22	5,48	67,06
7.30/2	Уха рыбацкая	200,00	7,83	4,07	10,86	108,15
7.190-3с	Гуляш из курицы	80,00	12,74	6,05	3,05	116,41
7.н076/1	Каша гречневая	150,00	5,29	4,82	32,59	169,52
7.003	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	16,72	72,84
2021/103	Хлеб пшеничный	20,00	1,52	0,18	10,02	46,20
7.110	Компот из кураги	200,00	0,30	0,00	19,30	71,00
Итого:		750,00	31,57	20,82	98,02	651,18
Полдник						
7.180-3	Рагу из овощей	150,00	3,82	4,30	20,40	141,18
7.144	Хлеб пшеничный	15,00	0,99	0,13	7,52	34,64
7.403/9	Биокефир	170,00	4,12	4,71	6,03	74,38
Итого:		335,00	8,93	9,01	26,43	215,56
ВСЕГО:		1 630,00	48,45	37,14	180,57	1 159,07



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ детский сад № 39
О.А.Рымкевич

№	наименование блюда	объем порции, гр.	белки, гр.	жиры, гр.	углеводы, гр.	калорийность, калории
Возрастная категория от 3 до 7 лет						
ДЕНЬ 4						
Завтрак						
7.067	Кофейный напиток с молоком	200,00	3,00	2,90	13,40	89,00
7.175/1	Батон с маслом с сыром	54,00	3,50	7,05	21,54	165,91
7.н026-1	Каша из гречи и риса молочная ("Дружба 2") со сливочным маслом	200,00	5,72	7,96	25,07	182,06
Итого:		454,00	12,22	17,91	60,01	436,97
Второй завтрак						
7.090	Апельсин	120,00	0,75	1,02	8,62	33,60
Обед						
7.20/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	60,00	0,83	4,45	6,34	62,76
7.264	Суп крестьянский со сметаной	200,00	1,74	4,39	11,24	85,29
7.64с	Картофельное пюре	150,00	2,98	3,95	22,01	130,15
7.249	Печень говяжья по-строгановски	80,00	11,02	5,16	0,68	92,51
7.115/1	Компот из сухофруктов	200,00	0,49	0,03	17,08	67,34
7.003	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	16,72	72,84
2021/103	Хлеб пшеничный	20,00	1,52	0,18	10,02	46,20
Итого:		750,00	21,22	18,64	84,09	557,09
Полдник						
7.185	Повидло	15,00	4,76	4,25	6,80	76,50
7.н039-2	Запеканка творожная	140,00	18,31	24,15	13,46	340,25
7.354	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	11,81	49,76
8.106	Печенье	24,00	2,50	1,25	18,43	110,61
Итого:		379,00	25,57	29,65	50,50	577,12
ВСЕГО:		1 703,00	59,76	67,22	203,22	1 604,78



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ детский сад № 39

О.А.Рымкевич

№	наименование блюда	объем порции, гр.	белки, гр.	жиры, гр.	углеводы, гр.	калорийность, калории
Возрастная категория от 3 до 7 лет						
ДЕНЬ 5						
Завтрак						
7.5/4/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	200,00	6,39	8,07	26,76	201,42
7.035	Батон с маслом	45,00	2,97	5,27	20,40	165,91
7.285	Какао с молоком	200,00	3,21	3,26	15,98	100,92
Итого:		445,00	12,57	16,60	63,14	468,25
Второй завтрак						
7.008	Яблоко	120,00	0,42	0,42	12,45	47,52
Обед						
7.14/1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60,00	1,02	4,30	4,42	54,30
7.н136-1	Борщ вегетарианский со сметаной	200,00	1,84	2,83	11,43	78,98
7.149с-1	Тефтели рыбные	80,00	12,27	4,46	5,21	129,68
7.179	Рис припущенный с овощами	130,00	3,54	5,28	28,23	163,00
7.115/1	Компот из сухофруктов	200,00	0,49	0,00	17,08	67,34
7.003	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	16,72	72,84
2021/103	Хлеб пшеничный	20,00	1,84	0,22	12,17	56,13
Итого:		730,00	23,64	17,57	95,26	622,27
Полдник						
7.43-2/3/1	Макаронные изделия отварные с сыром	180,00	8,32	7,23	39,15	247,50
7.270/1/7	Биойогурт	170,00	7,49	4,79	12,73	114,96
7.144	Хлеб пшеничный	15,00	0,99	0,13	7,52	34,65
Итого:		365,00	16,80	12,15	59,40	397,11
ВСЕГО:		1 660,00	53,43	46,74	230,25	1 535,15



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ детский сад № 39

О.А.Рымкевич

№	наименование блюда	объем порции, гр.	белки, гр.	жиры, гр.	углеводы, гр.	калорийность, калории
Возрастная категория от 3 до 7 лет						
ДЕНЬ 6						
Завтрак						
7.035	Батон с маслом	45,00	3,07	5,31	21,10	117,68
7.285	Какао с молоком	200,00	3,21	3,26	15,98	100,92
7.043	Каша ячневая молочная со сливочным маслом	200,00	4,86	6,84	23,19	168,62
Итого:		445,00	11,14	15,41	60,27	387,22
Второй завтрак						
7.031	Сок	100,00	0,5	0,13	10,3	43,2
Обед						
7.30/1	Салат из отвар. картофеля, моркови с реп.луком, сол.огурцом раст.маслом	60,00	1,43	13,40	11,03	186,56
7.25/2	Суп-пюре из картофеля	200,00	2,12	3,70	14,48	101,24
7.н76с	Капуста тушеная	150,00	2,91	3,17	13,81	98,12
7.н104	Тефтели из говядины с рисом "Ёжики	80,00	14,45	13,95	6,36	229,22
7.063	Напиток из шиповника	200,00	0,32	0,00	18,17	67,89
7.003	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	16,72	72,84
2021/103	Хлеб пшеничный	20,00	1,52	0,18	10,02	46,20
Итого:		750,00	25,39	34,88	90,59	802,07
Полдник						
7.4/6/4	Омлет с картофелем (запеченный)	150,00	25,35	14,40	19,80	313,50
7.354	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	5,91	24,64
7.308/6	Печенье	20,00	1,52	0,18	10,02	46,20
Итого:		370,00	26,87	14,58	35,73	384,34
ВСЕГО:		1 665,00	63,90	65,00	196,89	1 616,83



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ детский сад № 39

О.А.Рымкевич

№	наименование блюда	объем порции, гр.	белки, гр.	жиры, гр.	углеводы, гр.	калорийность, калории
Возрастная категория от 3 до 7 лет						
ДЕНЬ 7						
Завтрак						
7.162/1	Каша рисовая вязкая молочная со сливочным маслом	200,00	4,74	7,27	24,49	173,51
7.067	Кофейный напиток с молоком	200,00	2,49	2,48	16,33	98,12
7.175/1	Батон с маслом с сыром	54,00	5,11	7,48	20,45	141,24
Итого:		454,00	12,34	17,23	61,27	412,87
Второй завтрак						
7.031	Сок	100,00	0,50	0,13	10,30	43,20
Обед						
4.13/1	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом	60,00	0,69	4,10	8,14	60,16
7.н086-7	Суп гороховый со сметаной	200,00	7,92	5,52	14,18	102,80
7.3/3/4	Картофельное пюре	150,00	2,98	3,95	22,01	130,15
7.н089	Суфле из печени	80,00	12,27	4,46	5,21	129,68
7.115/1	Компот из сухофруктов.	200,00	0,49	0,03	17,08	67,32
7.003	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	16,72	72,84
2021/103	Хлеб пшеничный	20,00	1,52	0,18	10,02	46,20
Итого:		750,00	28,51	18,72	93,36	609,15
Полдник						
7.н039-2	Запеканка творожная	140,00	18,31	24,15	13,46	340,25
7.185	Повидло	20,00	4,76	4,25	6,80	76,50
7.354	Чай с сахаром.	200,00	0,00	0,00	5,91	24,64
Итого:		360,00	23,07	28,40	26,17	441,39
ВСЕГО:		1 664,00	64,42	64,48	191,10	1 506,61



Заведующий МАДОУ детский сад № 39
О.А.Рымкевич

№	наименование блюда	объем порции, гр.	белки, гр.	жиры, гр.	углеводы, гр.	калорийность, калории
Возрастная категория от 3 до 7 лет						
ДЕНЬ 8						
Завтрак						
7.354	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	5,91	24,64
7.н123с4	Каша из овсяных хлопьев на молоке со слив. маслом	200,00	5,98	8,03	26,05	203,76
7.035	Батон с маслом	45,00	2,97	5,27	20,40	114,88
Итого:		445,00	8,95	13,30	52,36	343,28
Второй завтрак						
7.183	Банан	120,00	1,26	0,08	18,31	74,76
Обед						
7.29/1	Салат из отвар. картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол. огурцом раст. мас	60,00	0,90	5,38	6,63	76,19
7.н161-1	Суп из свежей рыбы	200,00	7,54	2,34	13,98	185,64
7.н070-2/1	Бигус с мясом куры	230,00	20,36	9,36	13,59	230,12
7.003	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	16,72	72,84
2021/103	Хлеб пшеничный	20,00	1,52	0,18	10,02	46,20
8.4/10	Компот из кураги и изюма	200,00	0,30	0,00	19,30	71,00
Итого:		750,00	33,26	17,74	80,24	681,99
Полдник						
7.148	Шанежка с картофелем	90,00	5,68	7,93	31,20	216,16
7.270/1/7	Биойогурт	170,00	4,12	4,71	6,03	74,38
Итого:		260,00	9,80	12,64	37,23	290,54
ВСЕГО:		1 575,00	53,27	43,76	188,14	1 390,57



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ детский сад № 39
детский сад № 39
О.А.Рымкевич

№	наименование блюда	объем порции, гр.	белки, гр.	жиры, гр.	углеводы, гр.	калорийность, калории
Возрастная категория от 3 до 7 лет						
ДЕНЬ 9						
Завтрак						
7.175/1	Батон с маслом с сыром	54,00	5,11	7,48	20,45	141,24
7.067	Кофейный напиток с молоком	200,00	2,49	2,48	16,33	98,12
7.174	Каша пшеничная молочная с маслом	200,00	4,82	7,02	20,96	166,32
Итого:		454,00	12,42	16,98	57,74	405,68
Второй завтрак						
7.090	Апельсин	120,00	0,75	0,17	8,65	33,60
Обед						
7.288	Салат из помидоров	60,00	1,25	5,22	5,48	67,06
7.258	Свекольник вегетарианский со сметаной	200,00	6,28	7,74	13,63	141,53
7.350	Жаркое по-домашнему с мясом куры	230,00	18,10	8,30	28,27	328,78
7.003	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	16,72	72,84
2021/103	Хлеб пшеничный	20,00	1,52	0,18	10,02	46,20
7.115/1	Компот из сухофруктов	200,00	0,49	0,03	17,08	67,33
Итого:		750,00	30,28	21,95	91,20	723,74
Полдник						
7.н038/5	Омлет натуральный	150,00	12,03	15,35	4,19	264,53
7.403/9	Биокефир	170,00	4,12	4,71	6,03	74,38
7.277	Вафли	30,00	0,96	0,84	24,24	105,00
Итого:		350,00	17,11	20,90	34,46	443,91
ВСЕГО:		1 674,00	60,56	60,00	192,05	1 606,93



УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МАДОУ детский сад № 39
 О.А.Рымкевич

№	наименование блюда	объем порции, гр.	белки, гр.	жиры, гр.	углеводы, гр.	калорийность, калории
Возрастная категория от 3 до 7 лет						
ДЕНЬ 10						
Завтрак						
35	Батон с маслом	45,00	2,97	5,27	20,40	114,88
7.354	Чай с сахаром	200,00	0,00	0,00	5,91	24,64
7.4/4/1	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	200,00	11,18	3,41	5,96	195,45
Итого:		445,00	14,15	8,68	32,27	334,97
Второй завтрак						
7.008	Яблоко	120,00	0,42	0,42	12,46	42,94
Обед						
7.14/1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60,00	1,02	4,30	4,42	54,30
7.47с	Суп-лапша с мясом курицы	200,00	9,30	4,90	14,00	132,33
7.053	Суфле из кур	80,00	115,27	5,46	6,21	239,68
7.н227/2	Картофель и овощи тушеные в	130,00	2,91	3,17	13,81	198,12
7.115/1	Компот из сухофруктов.	200,00	0,49	0,00	18,71	69,05
7.003	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	16,72	72,84
2021/103	Хлеб пшеничный	20,00	1,52	0,18	10,02	46,20
Итого:		730,00	133,15	18,49	83,89	812,52
Полдник						
7.6/12/1	Ватрушка со сметаной	80,00	0,56	0,49	14,02	55,61
7.082-1	Снежок	200,00	7,29	4,39	12,13	127,30
Итого:		280,00	7,85	4,88	26,15	182,91
ВСЕГО:		1 575,00	155,57	32,47	154,77	1 373,34
Среднее значение за период			66,72	52,76	200,45	1 497,13

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 364815856650642284113491708867743929850506510507

Владелец Рымкевич Ольга Анатольевна

Действителен с 04.08.2023 по 03.08.2024