



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МАДОУ детский сад № 39  
О.А.Рымкевич  
Приказ от 01.09.2023 № 56-ОД

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

Возрастная категория от 2 до 3 лет



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ детский сад № 39

О.А.Рымкевич

№	наименование блюда	объем порции, гр.	белки, гр.	жиры, гр.	углеводы, гр.	калорийность, калории
<b>Возрастная категория от 2 до 3 лет</b>						
<b>ДЕНЬ 1</b>						
<b>Завтрак</b>						
7.035	Батон с маслом	41,00	2,73	5,60	19,12	127,12
8.5/4	Каша пшеничная молочная с маслом	150,00	4,08	5,78	16,86	134,21
4.12/10	Чай с молоком	150,00	1,98	2,15	10,02	71,82
<b>Итого:</b>		<b>341,00</b>	<b>8,79</b>	<b>13,53</b>	<b>46,00</b>	<b>333,15</b>
<b>Второй завтрак</b>						
7.031	Сок	100,00	0,5	0,13	10,3	43,20
<b>Обед</b>						
7.367-4	Огурец консервированный	40,00	0,30	0,04	0,87	5,20
7.н146	Щи вегетарианские со сметаной	150,00	1,26	2,07	6,11	48,73
7.н163	Котлета мясная	60,00	9,36	8,66	2,63	138,95
7.179	Рис припущенный с овощами	100,00	2,27	4,66	17,95	127,90
7.115/1	Компот из сухофруктов	150,00	0,00	0,000	9,54	39,80
7.002/1	Хлеб ржаной	30,00	1,32	0,24	8,36	36,20
7.050	Хлеб пшеничный	15,00	1,14	0,14	7,52	31,19
<b>Итого:</b>		<b>545,00</b>	<b>15,65</b>	<b>15,81</b>	<b>52,98</b>	<b>427,97</b>
<b>Полдник</b>						
7.н077	Сырники из творога	120,00	15,48	19,21	11,52	314,89
7.351	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	150,00	0,00	0,00	8,87	36,96
<b>Итого:</b>		<b>305,00</b>	<b>17,22</b>	<b>21,07</b>	<b>45,17</b>	<b>471,01</b>
<b>ВСЕГО</b>		<b>1 291,00</b>	<b>42,16</b>	<b>50,54</b>	<b>154,45</b>	<b>1275,33</b>





УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ детский сад № 39

О.А.Рымкевич

№	наименование блюда	объем порции, гр.	белки, гр.	жиры, гр.	углеводы, гр.	калорийность, калории
<b>Возрастная категория от 2 до 3 лет</b>						
<b>ДЕНЬ 2</b>						
<b>Завтрак</b>						
7.034	Батон с маслом, сыром	46,00	5,03	7,47	19,65	138,43
7.067	Кофейный напиток с молоком	150,00	2,10	2,12	12,66	86,16
7.091/1	Каша вязкая из пшена и риса молочная "Дружба 3" с маслом	150,00	4,50	4,35	31,80	186,00
<b>Итого:</b>		<b>346,00</b>	<b>11,63</b>	<b>13,94</b>	<b>64,11</b>	<b>410,59</b>
<b>Второй завтрак</b>						
7.031	Сок	100,00	0,5	0,13	10,3	43,20
<b>Обед</b>						
4.13/1	Салат из припущенной моркови и яблока с растительным маслом	45,00	0,85	2,05	4,57	35,72
7.165-1	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	150,00	1,19	2,25	10,50	71,85
7.н151-2	Макаронные изделия отварные	120,00	5,30	3,80	34,10	188,00
7.н114/10	Котлета из мяса птицы	50,00	11,49	3,04	3,25	93,55
7.115/1	Компот из сухофруктов	150,00	0,00	0,00	9,54	39,80
2021/003/1	Хлеб ржаной	20,00	1,32	0,24	8,35	36,42
7.144	Хлеб пшеничный	15,00	0,99	0,13	7,52	34,65
<b>Итого:</b>		<b>550,00</b>	<b>21,14</b>	<b>11,51</b>	<b>77,83</b>	<b>499,99</b>
<b>Полдник</b>						
7.н047	Пюре розовое	120,00	2,23	2,36	14,71	93,49
7.354	Чай с сахаром	150,00	0,00	0,00	11,81	49,76
7.2/12	Булочка творожная	60,00	3,90	6,07	22,13	156,25
<b>Итого:</b>		<b>330,00</b>	<b>6,13</b>	<b>8,43</b>	<b>48,65</b>	<b>299,50</b>
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1326,00</b>	<b>39,40</b>	<b>34,01</b>	<b>200,89</b>	<b>1253,28</b>



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ детский сад № 39

О.А.Рымкевич

№	наименование блюда	объем порции, гр.	белки, гр.	жиры, гр.	углеводы, гр.	калорийность, калории
<b>Возрастная категория от 2 до 3 лет</b>						
<b>ДЕНЬ 3</b>						
<b>Завтрак</b>						
7.032	Чай с сахаром	150,00	0,00	0,00	8,87	36,96
7.035/9	Батон с маслом слив	40,00	2,73	5,18	18,70	123,68
7.21/2/3	Суп молочный с лапшой	150,00	3,72	1,96	5,60	52,93
<b>Итого:</b>		<b>340,00</b>	<b>6,45</b>	<b>7,14</b>	<b>33,17</b>	<b>213,57</b>
<b>Второй завтрак</b>						
7.183	Банан	120,00	1,26	0,08	18,31	74,76
<b>Обед</b>						
7.288/1	Салат из свежих помидор	45,00	1,25	5,22	5,48	67,06
7.30/2/3	Уха рыбацкая	150,00	6,42	2,21	8,89	98,19
7.н190-3с	Гуляш из мяса куры	60,00	7,23	7,73	2,39	119,62
7.н076/1	Каша гречневая рассыпчатая	120,00	4,24	3,85	26,06	150,18
2021/003/1	Хлеб ржаной	20,00	1,32	0,24	8,35	36,42
7.144	Хлеб пшеничный	15,00	0,99	0,13	7,52	34,65
7.110	Компот из кураги	150,00	0,38	0,00	14,04	57,35
<b>Итого:</b>		<b>560,00</b>	<b>21,83</b>	<b>19,38</b>	<b>72,73</b>	<b>563,47</b>
<b>Полдник</b>						
7.180-3	Рагу из овощей	120,00	2,22	3,19	11,12	107,15
7.144	Хлеб пшеничный	15,00	0,99	0,13	7,52	34,64
7.403/7	Биокефир	150,00	3,77	4,31	5,54	74,48
<b>Итого:</b>		<b>285,00</b>	<b>20,99</b>	<b>7,63</b>	<b>24,18</b>	<b>216,27</b>
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1 305,00</b>	<b>50,53</b>	<b>34,23</b>	<b>148,39</b>	<b>1068,07</b>





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

№	наименование блюда	объем порции, гр.	белки, гр.	жиры, гр.	углеводы, гр.	калорийность, калории
<b>Возрастная категория от 2 до 3 лет</b>						
<b>ДЕНЬ 4</b>						
<b>Завтрак</b>						
7.067	Кофейный напиток на молоке	150,00	2,10	2,12	12,66	86,16
7.034	Батон с маслом, сыром	46,00	4,21	6,61	19,79	128,79
7.н026-1	Каша из гречи и риса молочная ("Дружба 2") со сливочным маслом.	150,00	4,19	5,45	17,82	130,22
<b>Итого:</b>		<b>346,00</b>	<b>10,50</b>	<b>14,18</b>	<b>50,27</b>	<b>345,17</b>
<b>Второй завтрак</b>						
7.090	Апельсин	120,00	0,75	1,02	8,62	33,60
<b>Обед</b>						
7.20/1/2	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	40,00	0,63	3,98	5,26	79,80
7.264	Суп крестьянский со сметаной	150,00	1,54	4,39	11,24	75,29
7.64с	Картофельное пюре	120,00	2,98	3,95	22,01	130,15
7.249	Печень говяжья по-строгановски	60,00	9,01	4,16	0,68	92,51
7.115/1	Компот из сухофруктов	150,00	0,00	0,00	9,54	39,80
2021/003/1	Хлеб ржаной	20,00	1,32	0,24	8,35	36,42
7.144	Хлеб пшеничный	15,00	0,99	0,13	7,52	34,65
<b>Итого:</b>		<b>555,00</b>	<b>16,47</b>	<b>16,85</b>	<b>64,60</b>	<b>488,62</b>
<b>Полдник</b>						
7.н039-6	Запеканка творожная	80,00	18,31	24,15	13,46	341,25
7.185	Повидло	15,00	4,76	4,25	6,80	76,50
7.354	Чай с сахаром	150,00	0,00	0,00	8,87	36,96
8.106	Печенье	24,00	2,50	1,25	18,43	110,61
<b>Итого:</b>		<b>269,00</b>	<b>25,57</b>	<b>29,65</b>	<b>47,56</b>	<b>565,32</b>
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1 290,00</b>	<b>53,29</b>	<b>61,70</b>	<b>171,05</b>	<b>1 432,71</b>



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ детский сад № 39

О.А.Рымкевич

№	наименование блюда	объем порции, гр.	белки, гр.	жиры, гр.	углеводы, гр.	калорийность, калории
<b>Возрастная категория от 2 до 3 лет</b>						
<b>ДЕНЬ 5</b>						
<b>Завтрак</b>						
7.5/4/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	150,00	4,10	5,12	17,03	127,68
7.035	Батон с маслом	40,00	2,73	5,60	19,12	127,13
7.285	Какао с молоком	150,00	2,87	2,96	14,57	93,92
<b>Итого:</b>		<b>340,00</b>	<b>9,70</b>	<b>13,68</b>	<b>50,72</b>	<b>348,73</b>
<b>Второй завтрак</b>						
7.008	Яблоко	120,00	0,42	0,42	12,45	47,52
<b>Обед</b>						
7.14/1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	40,00	1,02	4,30	4,42	54,30
7.н136-1	Борщ вегетарианский со сметаной	150,00	1,43	2,10	8,75	59,24
7.179	Рис припущенный с овощами	100,00	2,27	4,66	17,95	127,90
7.115/1	Компот из сухофруктов	150,00	0,00	0,00	9,54	39,80
7.149с-1	Тефтели рыбные	60,00	9,20	3,35	3,91	107,53
2021/003/1	Хлеб ржаной	20,00	1,32	0,24	8,35	36,42
7.144	Хлеб пшеничный	15,00	0,99	0,13	7,52	34,65
<b>Итого:</b>		<b>535,00</b>	<b>16,23</b>	<b>14,78</b>	<b>60,44</b>	<b>459,84</b>
<b>Полдник</b>						
7.43-2/3/2	Макаронные изделия отварные с сыром	130,00	8,32	7,23	39,15	247,50
7.270/1/5	Биойогурт	150,00	7,49	4,79	12,73	114,96
7.144	Хлеб пшеничный	15,00	0,99	0,13	7,52	34,65
<b>Итого:</b>		<b>295,00</b>	<b>16,80</b>	<b>12,15</b>	<b>59,40</b>	<b>397,11</b>
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1 290,00</b>	<b>43,15</b>	<b>41,03</b>	<b>183,01</b>	<b>1 253,20</b>





УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ детский сад № 39

О.А.Рымкевич

№	наименование блюда	объем порции, гр.	белки, гр.	жиры, гр.	углеводы, гр.	калорийность, калории
<b>Возрастная категория от 2 до 3 лет</b>						
<b>ДЕНЬ 6</b>						
<b>Завтрак</b>						
7.035	Батон с маслом	40,00	2,73	5,18	18,70	119,65
7.285	Какао с молоком	150,00	2,87	2,96	14,57	93,92
7.043	Каша ячневая молочная со сливочным маслом	150,00	3,86	5,84	21,19	154,50
<b>Итого:</b>		<b>340,00</b>	<b>9,46</b>	<b>13,98</b>	<b>54,46</b>	<b>368,07</b>
<b>Второй завтрак</b>						
7.031	Сок	100,00	0,5	0,13	10,3	43,20
<b>Обед</b>						
7.30/1/2	Салат из отвар. картофеля, моркови с реп.луком, сол.огурцом раст.маслом	40,00	0,60	3,42	4,94	58,06
7.25/2/3	Суп-пюре из картофеля	150,00	1,87	1,95	9,52	61,50
7.н76с	Капуста тушеная	120,00	2,34	3,85	11,15	87,01
7.н104	Тефтели из говядины с рисом "Ёжики"	60,00	8,67	8,37	3,82	137,53
7.063	Напиток из шиповника	150,00	0,24	0,00	13,64	56,37
2021/003/1	Хлеб ржаной	20,00	1,32	0,24	8,35	36,42
7.144	Хлеб пшеничный	15,00	0,99	0,13	7,52	34,65
<b>Итого:</b>		<b>555,00</b>	<b>16,03</b>	<b>17,96</b>	<b>58,94</b>	<b>471,54</b>
<b>Полдник</b>						
7.4/6/6	Омлет с картофелем (запеченный)	130,00	25,35	14,40	19,80	275,50
7.354	Чай с сахаром	150,00	0,00	0,00	8,87	36,96
7.308/6	Печенье	20,00	1,52	0,18	10,02	46,20
<b>Итого:</b>		<b>300,00</b>	<b>26,87</b>	<b>14,58</b>	<b>38,69</b>	<b>358,66</b>
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1 295,00</b>	<b>52,86</b>	<b>46,65</b>	<b>162,39</b>	<b>1 241,47</b>



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

№	наименование блюда	объем порции, гр.	белки, гр.	жиры, гр.	углеводы, гр.	калорийность, калории
<b>Возрастная категория от 2 до 3 лет</b>						
<b>ДЕНЬ 7</b>						
<b>Завтрак</b>						
7.162/1	Каша рисовая вязкая молочная со сливочным маслом	150,00	4,74	7,27	24,49	173,51
7.067	Кофейный напиток с молоком	150,00	2,10	2,12	12,66	86,16
7.034	Батон с маслом, сыром	46,00	5,03	7,47	19,65	138,43
<b>Итого:</b>		<b>346,00</b>	<b>11,87</b>	<b>16,86</b>	<b>56,80</b>	<b>398,10</b>
<b>Второй завтрак</b>						
7.031	Сок	100,00	0,50	0,13	10,30	43,20
<b>Обед</b>						
4.13/1	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом	45,00	0,85	2,05	4,57	35,72
7.н086-7	Суп гороховый со сметаной	150,00	6,92	4,52	13,18	122,80
7.3/3/4	Картофельное пюре	120,00	2,87	4,54	20,55	139,91
7.089	Суфле из печени	60,00	12,27	4,46	5,21	129,68
7.115/1	Компот из сухофруктов	150,00	0,00	0,00	9,54	39,80
2021/003/1	Хлеб ржаной	20,00	1,32	0,24	8,35	36,42
7.144	Хлеб пшеничный	15,00	0,99	0,13	7,52	34,65
<b>Итого:</b>		<b>560,00</b>	<b>25,22</b>	<b>15,94</b>	<b>68,92</b>	<b>538,98</b>
<b>Полдник</b>						
7.185	Повидло	15,00	4,76	4,25	6,8	76,5
7.н039-5	Запеканка творожная	100,00	18,31	24,15	13,46	340,25
7.354	Чай с сахаром	150,00	0,00	0,00	11,81	49,76
<b>Итого:</b>		<b>265,00</b>	<b>23,07</b>	<b>28,40</b>	<b>32,07</b>	<b>466,51</b>
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1 271,00</b>	<b>60,66</b>	<b>61,33</b>	<b>168,09</b>	<b>1 446,79</b>





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

№	наименование блюда	объем порции, гр.	белки, гр.	жиры, гр.	углеводы, гр.	калорийность, калории
<b>Возрастная категория от 2 до 3 лет</b>						
<b>ДЕНЬ 8</b>						
<b>Завтрак</b>						
7.354	Чай с сахаром	150,00	0,00	0,00	11,81	49,76
7.н123с4	Каша из овсяных хлопьев на молоке со слив. маслом	150,00	3,98	5,35	17,36	135,84
7.035	Батон с маслом	40,00	2,73	5,60	19,12	127,13
<b>Итого:</b>		<b>340,00</b>	<b>6,71</b>	<b>10,95</b>	<b>48,29</b>	<b>312,73</b>
<b>Второй завтрак</b>						
7.183	Банан	120,00	1,26	0,08	18,31	74,76
<b>Обед</b>						
7.29/1/2	Салат из отвар. картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол. огурцом раст. мас	40,00	0,90	5,38	6,63	76,19
7.н161-1	Суп из свежей рыбы	150,00	5,66	1,76	10,49	94,23
2021/003/1	Хлеб ржаной	20,00	1,32	0,24	8,35	36,42
7.н070-2/1	Бигус с мясом куры	180,00	15,93	7,33	10,64	108,55
7.144	Хлеб пшеничный	15,00	0,99	0,13	7,52	34,65
4.4/10	Компот из кураги и изюма	150,00	0,27	0,00	16,56	63,90
<b>Итого:</b>		<b>555,00</b>	<b>25,07</b>	<b>14,84</b>	<b>60,19</b>	<b>413,94</b>
<b>Полдник</b>						
7.148	Шанежка с картофелем	90,00	5,68	7,93	31,20	216,16
7.270/1/5	Биойогурт	150,00	4,99	3,19	8,49	84,86
<b>Итого:</b>		<b>240,00</b>	<b>10,67</b>	<b>11,12</b>	<b>39,69</b>	<b>301,02</b>
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1 255,00</b>	<b>43,71</b>	<b>36,99</b>	<b>166,48</b>	<b>1 102,45</b>



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

№	наименование блюда	объем порции, гр.	белки, гр.	жиры, гр.	углеводы, гр.	калорийность, калории
<b>Возрастная категория от 2 до 3 лет</b>						
<b>ДЕНЬ 9</b>						
<b>Завтрак</b>						
7.035	Батон с маслом	40,00	2,67	5,26	16,06	123,68
7.067	Кофейный напиток с молоком	150,00	2,25	2,18	10,05	66,75
7.174	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	150,00	4,87	4,50	23,40	154,50
<b>Итого:</b>		<b>340,00</b>	<b>9,79</b>	<b>11,94</b>	<b>49,51</b>	<b>344,93</b>
<b>Второй завтрак</b>						
7.090	Апельсин	120,00	0,75	0,17	8,65	33,60
<b>Обед</b>						
7.288/1	Салат из помидоров	45,00	0,83	3,48	3,65	44,70
7.258	Свекольник вегетарианский со сметаной	150,00	4,92	5,93	10,47	108,55
7.350	Жаркое по-домашнему с мясом курицы	180,00	14,14	6,50	22,01	218,78
2021/003/1	Хлеб ржаной	20,00	1,32	0,24	8,35	36,42
7.144	Хлеб пшеничный	15,00	0,99	0,13	7,52	34,65
7.115/1	Компот из сухофруктов	150,00	0,00	0,00	9,54	39,80
<b>Итого:</b>		<b>560,00</b>	<b>22,20</b>	<b>16,28</b>	<b>61,54</b>	<b>482,90</b>
<b>Полдник</b>						
7.н038/6	Омлет натуральный	120,00	8,64	11,07	2,48	161,43
7.403/7	Биокефир	150,00	3,77	4,31	5,54	74,48
7.277	Вафли	20,00	0,64	0,56	16,18	70,00
7.144	Хлеб пшеничный	15,00	0,99	0,13	7,52	34,65
<b>Итого:</b>		<b>305,00</b>	<b>14,04</b>	<b>16,07</b>	<b>31,72</b>	<b>340,56</b>
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1 325,00</b>	<b>46,78</b>	<b>44,46</b>	<b>151,42</b>	<b>1 201,99</b>





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

№	наименование блюда	объем порции, гр.	белки, гр.	жиры, гр.	углеводы, гр.	калорийность, калории
<b>Возрастная категория от 2 до 3 лет</b>						
<b>ДЕНЬ 10</b>						
<b>Завтрак</b>						
7.035	Батон с маслом	40,00	2,67	5,26	16,06	123,68
7.354	Чай с сахаром .	150,00	0,00	0,00	11,81	49,76
7.4/4/2	Каша Кукурузная молочная с маслом	200,00	4,80	5,55	25,40	151,50
<b>Итого:</b>		<b>390,00</b>	<b>7,47</b>	<b>10,81</b>	<b>53,27</b>	<b>324,94</b>
<b>Второй завтрак</b>						
7.008	Яблоко	120,00	0,42	0,42	12,46	42,94
<b>Обед</b>						
7.14/1/2	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	40,00	1,02	4,03	4,42	54,30
7.14с	Суп-лапша с мясом курицы	150,00	5,72	3,92	11,20	105,86
7.053	Суфле из кур	60,00	12,27	4,46	5,21	129,68
7.н227/2	Картофель и овощи тушеные в соусе	130,00	2,91	3,17	13,81	98,12
7.115/1	Компот из сухофруктов.	150,00	0,00	0,00	9,54	39,80
2021/003/1	Хлеб ржаной	20,00	1,32	0,24	8,35	36,42
7.144	Хлеб пшеничный	15,00	0,99	0,13	7,52	34,65
<b>Итого:</b>		<b>565,00</b>	<b>24,23</b>	<b>15,95</b>	<b>60,05</b>	<b>498,83</b>
<b>Полдник</b>						
7.082	Снежок	150,00	5,34	6,96	25,95	202,90
7.6/12	Ватрушка со сметаной	60,00	0,56	0,49	14,23	55,61
<b>Итого:</b>		<b>210,00</b>	<b>5,90</b>	<b>7,45</b>	<b>40,18</b>	<b>258,51</b>
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1 285,00</b>	<b>38,02</b>	<b>34,63</b>	<b>165,96</b>	<b>1 125,22</b>
<b>Среднее значение за период</b>			<b>47,06</b>	<b>44,56</b>	<b>167,21</b>	<b>1 240,05</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 364815856650642284113491708867743929850506510507

Владелец Рымкевич Ольга Анатольевна

Действителен с 04.08.2023 по 03.08.2024