



Специальное безмолочное меню МАДОУ детский сад №39

Возрастная категория от 3 до 7 лет



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ детский сад №39
Байнова А.И.

№	наименование блюда	объем порции, гр.	белки, гр.	жиры, гр.	углеводы, гр.	коэффициент, калории
Возрастная категория от 3-7 лет.						
День 10						
Завтрак						
7.189-6 2021/8	Батон /Хлебцы б/глутена	45,00	3,48	1,35	23,96	121,27
8.10/10	Чай	200,00	0,00	0,00	9,10	35,00
8.4/4	Каша кукурузная безмолочная с растительным маслом	200,00	4,53	7,06	26,80	178,40
Итого:		445,00	8,01	8,41	59,86	334,67
Второй завтрак						
7.008	Яблоко	120,00	0,42	0,42	12,45	47,52
Обед						
8.20/1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60,00	1,53	6,45	6,63	81,45
7.47с/1	Суп овощной с курой(безмолочный)	200,00	9,44	3,48	7,10	102,42
7.н227/2	Картофель и овощи тушеные в соусе (безмолочный)	130,00	2,91	3,17	13,81	98,12
7.115/1	Компот из сухофруктов	200,00	0,49	0,03	17,08	67,33
7.1/9/1	Мясо куринное отварное	80,00	18,92	17,88	0,90	267,04
7.003 2021/8	Хлеб ржаной /Хлебцы б/глутена	40,00	2,64	0,48	16,72	72,84
2021/103 2021/8	Хлеб пшеничный /Хлебцы б/глутена	20,00	1,52	0,18	10,02	46,20
Итого:		730,00	37,45	31,67	72,26	735,40
Полдник						
8.10/10	Чай	200,00	0,00	0,00	9,10	36,00
7.11/3	Морковь тушеная с рисом и изюмом	150,00	3,03	11,52	38,07	278,10
7.8/12 2021/8	Сдоба обыкновенная /Хлебцы б/глутена	80,00	7,40	5,35	45,04	280,92
Итого:		430,00	10,43	16,87	92,21	595,02
Всего		1 725,00	56,31	57,37	236,78	1 712,61
Среднее значение за период			49,17	43,30	241,47	1 473,74



Заведующий МАДОУ детский сад №39
Байнова А.И.

№	наименование блюда	объем порции, гр.	белки, гр.	жиры, гр.	углеводы, гр.	количественность, калории
Возрастная категория от 3-7 лет.						
День 9						
Завтрак						
7.189-6 2021/8	Батон /Хлебцы б/глутена	45,00	3,48	1,35	23,96	121,27
7.084-1	Кофейный напиток безмолочный	200,00	0,18	0,00	12,60	56,88
2021/11/4.	Каша пшенная без молочная с маслом растительным	200,00	4,32	5,56	27,84	199,32
Итого:		445,00	7,98	6,91	64,40	377,47
Второй завтрак						
7.090	Апельсин	120,00	0,75	0,17	8,65	33,60
Обед						
7.18/3/2	Салат из помидоров	60,00	1,25	5,22	5,48	67,06
2021/2/2	Свекольник вегетарианский (безмолочное меню)	200,00	1,74	4,55	12,16	99,49
7.350	Жаркое по-домашнему с мясом кури (безмолочное)	230,00	18,10	8,30	28,27	328,78
7.003 2021/8	Хлеб ржаной /Хлебцы б/глутена	40,00	2,64	0,48	16,72	72,84
2021/103 2021/8	Хлеб пшеничный /Хлебцы б/глутена	20,00	1,52	0,18	10,02	46,20
7.115/1	Компот из сухофруктов	200,00	0,19	0,03	17,08	67,33
Итого:		750,00	25,44	18,76	89,73	681,70
Полдник						
7.1/3/2	Картофель ,запеченный с яйцом	130,00	6,44	6,03	28,83	207,99
2021/103 2021/8	Хлеб пшеничный /Хлебцы б/глутена	20,00	1,52	0,18	10,02	46,20
8.10/10	Чай	200,00	0,00	0,00	9,10	37,00
7.277	Вафли	30,00	0,96	0,84	24,24	105,00
Итого:		380,00	8,92	7,05	72,19	396,19
Всего		1 695,00	43,09	32,89	234,97	1 488,96

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ детский сад №39

Байнова А.И.



№	наименование блюда	объем порции, гр.	белки, гр.	жиры, гр.	углеводы, гр.	коэффициент, калории
Возрастная категория от 3-7 лет.						
День 8						
Завтрак						
8.10/10	Чай	200,00	0,00	0,00	9,10	35,00
2021/19/4/	Каша ассорти рис, греча безмолочная с растительным маслом	200,00	4,53	7,06	26,80	178,40
7.189-6 2021/8	Батон/Хлебцы б/глутена	45,00	3,48	1,35	23,96	121,27
Итого:		445,00	8,01	8,41	59,86	334,67
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	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	125,64
7.003 2021/8	Хлеб ржаной /Хлебцы б/глутена	40,00	2,64	0,48	16,72	72,84
7.н070-2/1	Бигус с мясом кури.	200,00	20,36	9,36	13,59	230,12
2021/103 2021/8	Хлеб пшеничный/Хлебцы б/глутена	20,00	1,52	0,18	10,02	46,20
4.4/10	Компот из кураги и изюма	200,00	0,19	0,03	17,08	67,33
Итого:		720,00	33,15	17,77	78,02	618,32
Полдник						
2021/27/13	Чай (вариант 2)	200,00	0,44	0,00	5,00	19,20
2021/12/1	булочка ягодка	80,00	7,21	8,63	51,85	310,66
7.17/3	Свекла тушеная с яблоками	150,00	1,98	9,93	19,71	181,03
2021/103 2021/8	Хлеб пшеничный/Хлебцы б/глутена	20,00	1,52	0,18	10,02	46,20
Итого :		450,00	11,15	18,74	86,58	557,09
Всего		1 735,00	53,57	45,00	242,77	1 584,84



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ детский сад №39

Байнова А.И

№	наименование блюда	объем порции, гр.	белки, гр.	жиры, гр.	углеводы, гр.	коэффициент, калории
Возрастная категория от 3-7 лет.						
День 7						
Завтрак						
8.7/4	Каша рисовая без молочная	200,00	4,93	4,53	49,46	262,66
7.084-1	Кофейный напиток	200,00	0,18	0,00	12,60	56,88
7.189-6	Батон /Хлебцы б/глутена	45,00	3,48	1,35	23,96	121,27
2021/8						
Итого:		445,00	8,59	5,88	86,02	440,81
Второй завтрак						
7.031	Сок	100,00	0,50	0,13	10,30	43,20
Обед						
4.13/1	Салат из припущенной моркови и яблоч с растительным маслом	60,00	0,85	2,05	4,57	35,72
7.043с	Суп овощной на мясном бульоне	200,00	7,92	5,52	14,18	132,80
2021/4/3/1	Картофельное пюре (без молока)	150,00	2,53	3,78	22,24	141,72
4.26/8/3	Суфле из мяса говядины бм 70г	70,00	17,10	11,43	0,00	189,42
7.115/1	Компот из сухофруктов	200,00	0,49	0,03	17,08	67,32
7.003	Хлеб ржаной /Хлебцы б/глутена	40,00	2,64	0,48	16,72	72,84
2021/8						
2021/103	Хлеб пшеничный /Хлебцы б/глутена	20,00	1,52	0,18	10,02	46,20
2021/8						
Итого:		740,00	33,05	23,47	84,81	686,02
Полдник						
2021/1+6	Яйцо отварное	40,00	5,1	4,6	0,03	62,8
2021/103	Хлеб пшеничный /Хлебцы б/глутена	20,00	2,64	0,48	16,72	72,84
2021/8						
2021/27/13	Чай (вариант 2)	200,00	0,44	0,00	5,00	19,20
7.н076/1	Каша гречневая рассыпчатая	150,00	4,24	3,85	26,06	150,18
Итого:		370,00	7,32	4,33	47,78	242,22
Всего		1 655,00	49,46	33,81	228,91	1 412,25



УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МАДОУ детский сад №39
 Байнова А.И.

№	наименование блюда	объем порции, гр.	белки, гр.	жиры, гр.	углеводы, гр.	коэффициент, калории
Возрастная категория от 3-7 лет.						
День 6						
Завтрак						
7.189-6 2021/8	Батон/Хлебцы б/глутена	45,00	3,48	1,35	23,96	121,27
8.10/10	Чай	200,00	0,00	0,00	8,17	34,11
8.7/8.	Каша гречневая безмолочн. с маслом растит.	200,00	3,69	3,39	37,09	196,99
Итого:		445,00	7,17	4,74	69,22	352,37
Второй завтрак						
7.031	Сок	100,00	0,5	0,13	10,3	43,2
Обед						
7.30/1/2	Салат из отвар. картофеля, моркови с реп.луком, сол.огурцом раст.маслом	60,00	1,43	13,40	11,03	186,56
7.13/2/1	Суп картофельный вегетарианский (безмолочный)	200,00	1,20	2,26	17,70	63,60
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
2021/103 2021/8	Хлеб ржаной /Хлебцы б/глутена					
7.003 2021/8	Хлеб ржаной /Хлебцы б/глутена	40,00	2,64	0,48	16,72	72,84
Итого:		730,00	22,95	33,26	83,79	718,23
Полдник						
2021/1/3	Картофель отварной	150,00	2,85	3,25	24,85	148,65
2021/2/1/	Масло подсолнечное	10,00	0,00	8,80	0,00	72,90
2021/27/13	Чай (вариант 2)	200,00	0,44	0,00	5,00	19,20
7.308/6	Печенье	20,00	2,15	1,08	15,88	85,55
2021/1/+6	Яйцо отварное	40,00	5,10	4,60	0,30	62,80
Итого:		420,00	10,54	17,73	46,03	389,10
Всего		1 695,00	41,16	55,86	209,34	1 502,90



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ детский сад №39
Байнова А.И.

№	наименование блюда	объем порции, гр.	белки, гр.	жиры, гр.	углеводы, гр.	коэффициент, калории
Возрастная категория от 3-7 лет.						
День 5						
Завтрак						
8.4/4	Каша кукурузная безмол. с маслом растит.	200,00	4,26	4,66	29,06	174,53
7.189-6 2021/8	Батон /Хлебцы б/глутена	45,00	3,48	1,35	23,96	121,27
8.10/10	Чай	200,00	0,00	0,00	9,10	35,00
Итого:		445,00	7,74	6,01	62,12	330,80
Второй завтрак						
7.008	Яблоко	120,00	0,42	0,42	12,45	7,008
Обед						
7.14/1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60,00	1,53	6,45	6,63	81,45
2021/2/2/	Борщ (безмолочное меню)	200,00	1,42	3,66	8,92	75,04
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	0,03	17,08	67,34
7.003 2021/8	Хлеб ржаной /Хлебцы б/глутена	40,00	2,64	0,48	16,72	72,84
Итого:		710,00	21,89	20,36	82,79	589,35
Полдник						
2021/5/33	Картофельное пюре с морковью	180,00	5,11	6,06	35,22	230,25
2021/103 2021/8	Хлеб пшеничный/Хлебцы б/глутена	20,00	1,52	0,18	10,02	46,20
8.10/10	Чай	200,00	0,44	0,00	5,00	19,20
Итого:		400,00	7,07	6,24	50,24	295,65
Всего		1 675,00	37,12	33,03	207,60	1 222,81



УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МАДОУ детский сад №39
 Байнова А.И.

№	наименование блюда	объем порции, гр.	белки, гр.	жиры, гр.	углеводы, гр.	коэффициент, калории
Возрастная категория от 3-7 лет.						
День 4						
Завтрак						
7.084-1	Кофейный напиток безмолочный	200,00	0,18	0,00	12,60	56,88
7.189-6 2021/8	Батон /Хлебцы б/глутена	45,00	3,48	1,35	23,96	121,27
2021/19/4/	Каша безмолочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом раст	200,00	2,18	5,06	20,06	138,80
Итого:		445,00	5,84	6,41	56,62	316,95
Второй завтрак						
7.090	Апельсин	120,00	0,75	1,02	8,65	33,60
Обед						
2021/16/2	Салат из отварной свеклы с раст. маслом	60,00	0,90	4,10	5,50	63,00
2021/38/3	Суп крестьянский с крупой(пшено) безмолочный	200,00	1,80	4,40	11,70	88,00
2021/4/3/1	Картофельное пюре (без молока)	150,00	2,53	3,78	22,24	141,72
2021/9/8/1	Печень (безмолочное меню)	70,00	17,10	11,43	0,00	189,42
7.115/1	Компот из сухофруктов	200,00	0,49	0,03	17,08	67,32
2021/103 2021/8	Хлеб пшеничный /Хлебцы б/глутена	20,00	1,52	0,18	10,02	46,20
7.003 2021/8	Хлеб ржаной /Хлебцы б/глутена	40,00	2,64	0,48	16,72	72,84
Итого:		740,00	26,98	24,40	83,26	668,50
Полдник						
2021/6-1/6	Пудинг из крупы с яблоками (рисовый безмолочный)	150,00	5,84	11,68	55,84	250,22
7.185	Повидло	15,00	4,76	4,25	6,80	76,50
8.10/10	Чай	200,00	0,44	0,00	5,00	19,20
8.106	Печенье	24,00	2,50	1,25	18,43	110,61
Итого:		389,00	13,54	17,18	86,07	456,53
Всего		1 694,00	47,11	49,01	234,60	1 475,58



*УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МАДОУ детский сад №39
 Байнова А.И

№	наименование блюда	объем порции, гр.	белки, гр.	жиры, гр.	углеводы, гр.	количественность, калории
Возрастная категория от 3-7 лет.						
День 3						
Завтрак						
8.10/10	Чай	200,00	0,00	0,00	9,10	35,00
7.189-6 2021/8	Батон /Хлебцы б/глутена	45,00	3,48	1,35	23,96	121,27
7.н076/3	Каша гречневая рассыпчатая(безмолочная) с маслом растит.	180,00	5,30	3,80	34,10	188,00
Итого:		425,00	8,78	5,15	67,16	344,27
Второй завтрак						
7.183	Банан	120,00	1,26	0,08	18,31	74,76
Обед						
7.27/1	Салат из помидоров	60,00	1,25	5,22	5,48	67,06
7.30/2	Уха рыбацкая	200,00	6,80	2,10	9,80	87,00
2021/1/9	Мясо кур отварное (порц.,без кости) 70 гр	70,00	12,74	6,05	3,05	116,41
7.н076/1	Каша гречневая рассыпчатая	150,00	5,29	4,82	32,59	169,82
7.003 2021/8	Хлеб ржаной /Хлебцы б/глутена	40,00	2,64	0,48	16,72	72,84
2021/103 2021/8	Хлеб пшеничный /Хлебцы б/глутена	20,00	1,52	0,18	10,02	46,20
7.110 2021/8	Компот из ураги	200,00	0,48	0,00	25,04	67,35
Итого:		740,00	30,72	18,85	102,70	626,68
Полдник						
2021/32/3/	Рагу из овощей	150,00	2,41	3,57	16,60	109,86
2021/27/13	Чай	200,00	0,44	0,00	5,00	19,20
2021/103 2021/8	Хлеб пшеничный /Хлебцы б/глутена	20,00	1,52	0,24	8,36	36,20
Итого:		370,00	4,37	3,81	29,96	165,26
Всего		1 655,00	45,13	27,89	218,13	1 210,97



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ детский сад №39
Байнова А.И.

№	наименование блюда	объем порции, гр.	белки, гр.	жиры, гр.	углеводы, гр.	количество, калории
Возрастная категория от 3-7 лет.						
День 2						
Завтрак						
7.189-6 2021/8	Батон/Хлебцы б/глутена	45,00	3,48	1,35	23,96	121,27
7.084-1	Кофейный напиток безмолочный	200,00	0,18	0,00	12,60	56,88
8.7/4	Каша без молочная ассорти(рис, пшено) с маслом растительным	200,00	4,93	4,53	49,46	262,66
Итого:		445,00	8,59	5,88	86,02	440,81
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
2023/8	Рассольник Ленинградский низкобелковый(с рисом)	200,00	1,60	3,90	44,00	91,00
7.н76с/3/1	Капуста тушеная	160,00	5,30	3,80	34,10	188,00
.7.5/9	Котлета из мяса птицы	80,00	14,30	11,70	11,90	211,00
7.115/1	Компот из сухофруктов	200,00	0,00	0,00	17,08	67,34
7.003 2021/8	Хлеб ржаной /Хлебцы б/глутена	40,00	2,64	0,48	16,72	72,84
2021/103 2021/8	Хлеб пшеничный /Хлебцы б/глутена	20,00	1,52	0,18	10,02	46,20
Итого:		760,00	26,05	24,16	142,06	736,54
Полдник						
2021/5/33	Картофельное пюре с морковью	150,00	2,74	3,61	19,45	126,42
4.10/10	Чай (вариант 2)	200,00	0,00	0,00	8,17	34,11
.7.8/12 2021/8	Сдоба обыкновенная /Хлебцы б/глутена	80,00	7,40	5,35	45,04	280,92
Итого:		430,00	10,14	8,96	72,66	441,45
Всего		1 635,00	45,28	39,13	311,04	1 618,80



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ детский сад №39
Байнова А.И.

№	наименование блюда	объем порции, гр.	белки, гр.	жиры, гр.	углеводы, гр.	количественность, калории
Возрастная категория от 3-7 лет.						
День 1						
Завтрак						
7.189-6 2021/8	Батон / Хлебцы б/глутена	45,00	3,48	1,35	23,96	121,27
7.11/4/1	Каша пшенная безмолочная с маслом растительным	200,00	4,26	4,66	29,06	174,53
8.10/10		200,00	0,00	0,00	9,10	35,00
Итого:		445,00	7,74	6,01	62,12	330,80
Второй завтрак						
7.031	Сок	100,00	0,5	0,13	10,3	43,2
Обед						
7.367-3	Огурец консервированный	60,00	0,45	0,05	1,37	7,80
.2021/6/2	Щи на воде со свежей капустой	200,00	1,36	1,88	7,40	51,56
7.1/8	Мяса говядины отварное	80,00	22,48	18,03	0,60	281,76
7.179/2	Рис припущенный с овощами	150,00	3,52	6,17	28,12	189,83
8.6/10	Компот из сухофруктов	200,00	1,00	0,10	32,00	115,00
7.003 2021/8	Хлеб ржаной /Хлебцы б/глутена	40,00	2,64	0,48	16,72	72,84
2021/103 2021/8	Хлеб пшеничный /Хлебцы б/глутена	20,00	1,52	0,18	10,02	46,20
Итого:		750,00	32,97	26,89	96,23	764,99
Полдник						
2021/58/8/	Запеканка капустная с мясом говядины (безмолочное)	200,00	21,68	25,38	15,82	279,45
2021/2/1/	Масло подсолнечное	10,00	9,90	0,00	89,90	19,20
2021/27/13	Чай	200,00	0,44	0,00	5,00	19,20
2021/015	Вафли	20,00	0,64	0,56	16,18	70,00
Итого:		230,00	32,22	25,94	121,90	368,65
Всего		1 525,00	73,43	58,97	290,55	1 507,64

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП
Сертификат: 275152970271060640478711546600923288287568428831
Владелец: Байнова Анастасия Ивановна
Действителен с 25.10.2024 по 25.10.2025