

/ Н.В.Юмашева /  
(расшифровка подписи)



МЕНЮ на 05.05.2025г.

## Неделя 2

### День 1

**Возрастная категория:** с 1 до 3 лет

| Прием пищи              | Наименование блюда                   | Вес     | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность, ккал | N рецептуры |
|-------------------------|--------------------------------------|---------|----------------------|-------|--------|-------------------------------|-------------|
|                         |                                      | блюда г |                      |       |        |                               |             |
|                         |                                      |         | Б                    | Ж     | У      |                               |             |
| завтрак                 | Каша манная молочная жидкая          | 150     | 4,66                 | 5,60  | 18,82  | 144,00                        | 132         |
|                         | Хлеб пшеничный                       | 20      | 1,42                 | 0,22  | 9,28   | 45,80                         | 84          |
|                         | Масло сливочное (порциями)           | 7       | 0,05                 | 5,07  | 0,09   | 46,27                         | 88          |
|                         | Яйцо вареное                         | 40      | 5,10                 | 4,60  | 0,30   | 63,00                         | 283         |
|                         | Какао с молоком                      | 150     | 2,50                 | 2,18  | 10,35  | 70,50                         | 43//1       |
| итого за завтрак        |                                      | 367     | 13,73                | 17,67 | 38,84  | 369,57                        |             |
| второй завтрак          | Кисель фруктовый                     | 100     | 0,04                 | 0,00  | 11,13  | 44,70                         | 38          |
| итого за второй завтрак |                                      | 100     | 0,04                 | 0,00  | 11,13  | 44,70                         |             |
| обед                    | Салат из соленых огурцов с луком     | 30      | 0,26                 | 1,56  | 0,79   | 17,94                         | 130         |
|                         | ПЦи из квашеной капусты с картофелем | 150     | 0,98                 | 2,69  | 2,31   | 37,35                         | 16          |
|                         | Котлета мясная                       | 50      | 7,03                 | 5,73  | 5,11   | 99,38                         | 199         |
|                         | Пюре картофельное                    | 120     | 2,60                 | 3,74  | 6,43   | 99,10                         | 188         |
|                         | Хлеб пшеничный                       | 30      | 2,13                 | 0,33  | 13,92  | 68,70                         | 84          |
|                         | Компот из сухофруктов                | 180     | 0,04                 | 0,00  | 24,26  | 96,70                         | 37          |
|                         | итого за обед                        | 560     | 13,04                | 14,05 | 52,82  | 419,17                        |             |
| полдник                 | Сдоба                                | 50      | 3,25                 | 3,25  | 28,10  | 147,64                        | 73          |
|                         | Молоко кипяченое                     | 150     | 4,35                 | 3,75  | 7,20   | 81,00                         | 32          |
| итого за полдник        |                                      | 200     | 7,60                 | 7,00  | 35,30  | 228,64                        |             |
| ужин                    | Макароны отварные                    | 110     | 3,85                 | 2,75  | 18,04  | 122,10                        | 186         |
|                         | Мясо тушеное                         | 60      | 9,60                 | 9,00  | 3,00   | 131,40                        | 282         |
|                         | Хлеб пшеничный                       | 20      | 1,42                 | 0,22  | 9,28   | 45,80                         | 84          |
|                         | Чай с сахаром                        | 160     | 0,16                 | 0,08  | 7,44   | 30,40                         | 41          |
|                         | итого за ужин                        | 350     | 15,03                | 12,05 | 37,76  | 329,70                        |             |
| Итого за день:          |                                      | 1577    | 49,44                | 50,77 | 175,85 | 1391,78                       |             |

## Неделя 2

## День 1

**Возрастная категория:** с 3 до 7 лет

| Прием пищи              | Наименование блюда                  | Вес     | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность, ккал | N рецептуры |
|-------------------------|-------------------------------------|---------|----------------------|-------|--------|-------------------------------|-------------|
|                         |                                     | блюда г |                      |       |        |                               |             |
|                         |                                     |         | Б                    | Ж     | У      |                               |             |
| завтрак                 | Каша манная молочная                | 180     | 5,59                 | 6,72  | 22,58  | 172,80                        | 132         |
|                         | Хлеб пшеничный                      | 30      | 2,13                 | 0,33  | 13,92  | 68,70                         | 84          |
|                         | Масло сливочное (порциями)          | 8       | 0,06                 | 5,80  | 0,10   | 52,88                         | 88          |
|                         | Яйцо вареное                        | 40      | 5,10                 | 4,60  | 0,30   | 63,00                         | 283         |
|                         | Какао с молоком                     | 180     | 2,97                 | 2,61  | 12,42  | 84,60                         | 43/1        |
| итого за завтрак        |                                     | 438     | 15,85                | 20,06 | 49,32  | 441,98                        |             |
| второй завтрак          | Кисель фруктовый                    | 100     | 0,04                 | 0,00  | 11,13  | 44,70                         | 38          |
| итого за второй завтрак |                                     | 100     | 0,04                 | 0,00  | 11,13  | 44,70                         |             |
| обед                    | Салат из соленых огурцов с луком    | 50      | 0,43                 | 2,60  | 1,31   | 29,90                         | 130         |
|                         | Щи из квашеной капусты с картофелем | 180     | 1,17                 | 3,20  | 2,77   | 44,82                         | 16          |
|                         | Котлета мясная                      | 70      | 9,84                 | 8,02  | 7,16   | 139,13                        | 199         |
|                         | Пюре картофельное                   | 130     | 2,82                 | 4,06  | 6,97   | 107,30                        | 188         |
|                         | Хлеб пшеничный                      | 50      | 3,55                 | 0,55  | 23,20  | 114,50                        | 84          |
|                         | Компот из сухофруктов               | 200     | 0,04                 | 0,00  | 26,96  | 107,44                        | 37          |
| итого за обед           |                                     | 680     | 17,85                | 18,43 | 68,37  | 543,09                        |             |
| полдник                 | Сдоба                               | 100     | 6,50                 | 6,50  | 56,20  | 295,28                        | 73          |
|                         | Молоко кипяченое                    | 180     | 5,22                 | 4,50  | 8,64   | 97,20                         | 32          |
|                         |                                     |         |                      |       |        |                               |             |
| итого за полдник        |                                     | 280     | 11,72                | 11,00 | 64,84  | 392,48                        |             |
| ужин                    |                                     |         |                      |       |        |                               |             |
|                         | Макароны отварные                   | 130     | 4,55                 | 3,25  | 21,32  | 144,30                        | 186         |
|                         | Мясо тушеное                        | 80      | 12,80                | 12,00 | 4,00   | 175,20                        | 282         |
|                         | Хлеб пшеничный                      | 50      | 3,55                 | 0,55  | 23,20  | 114,50                        | 84          |
|                         | Чай с сахаром                       | 200     | 0,20                 | 0,10  | 9,30   | 38,00                         | 41          |
| итого за ужин           |                                     | 460     | 21,10                | 15,90 | 57,82  | 472,00                        |             |
| Итого за день:          |                                     | 1958    | 66,56                | 65,39 | 251,48 | 1894,25                       |             |