

Департамент образования Администрации г. Екатеринбурга
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение – детский сад № 509

620130 г. Екатеринбург, пер. Трактористов, 17 литер а, тел. (343) 269-17-15; 269-17-20, e-mail: mdou509@eduekb.ru
сайт: <http://509.my-detsad.ru/> ИНН 6674371965/ КПП 667901001 / ОГРН 1116674003511

Утверждаю:

Заведующий

МАДОУ детский сад № 509

М.В. Абильдаева

2024 г.

Приказ № 31-01

от «31» 01

2024 г.



**Примерное 20 – ти дневное меню
для питания детей
муниципального автономного
дошкольного образовательного
учреждения – детский сад**

г. Екатеринбург

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1, 7.ДОУ 509 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок фруктовый 150 г	69,00000	0,00075	0,00015	0,01515	0,15
Итого:	69,00000	0,00075	0,00015	0,01515	0,15
Завтрак					
Каша пшеничная на концентрированном молоке со слив. маслом	150,33000	0,00444	0,00536	0,01784	0,15
Батон с маслом	88,67000	0,00195	0,00405	0,01336	0,029
Чай 200 гр,	37,90000	0,00000	0,00000	0,00908	0,2
Итого:	276,90000	0,00638	0,00941	0,04028	0,379
Обед					
Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растит.маслом 40гр.	63,88140	0,00116	0,00401	0,00433	0,04
Суп-лапша на вегетарианском бульоне	60,99520	0,00117	0,00190	0,00894	0,15
Бигус с мясом	178,44750	0,01256	0,01275	0,01343	0,18
Напиток из шиповника	65,37000	0,00029	0,00000	0,01581	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль 3 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Чеснок 6 гр	2,31840	0,00033	0,00000	0,00030	0,006
Итого:	471,51250	0,01900	0,01921	0,06537	0,579
Полдник					
Суфле творожное 150 гр	451,20650	0,01803	0,02777	0,02043	0,15
Сгущенное молоко 15 гр	49,15200	0,00111	0,00131	0,00860	0,015
Чай 150 гр,	28,42500	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	551,88350	0,01989	0,02917	0,04086	0,325
Всего:	1419,29474	46,0303	57,9302	161,6596	1,433

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети №2, 7.ДОУ 509 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Банан 100 гр	62,30000	0,00105	0,00007	0,01526	0,1
Итого:	62,30000	0,00105	0,00007	0,01526	0,1
Завтрак					
Омлет натуральный 150 гр.	220,64013	0,01176	0,01507	0,00379	0,15
Батон с маслом с сыром 40/5/9	163,08000	0,00544	0,00774	0,02136	0,051
Какао с молоком	86,54000	0,00233	0,00241	0,01281	0,15
Итого:	470,26013	0,01954	0,02522	0,03795	0,351
Обед					
Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом 30гр.	33,29490	0,00038	0,00223	0,00269	0,03
Суп гороховый.	86,92050	0,00293	0,00261	0,01177	0,15
Биточки рыбные	117,97200	0,01132	0,00461	0,00540	0,06
Макаронные изделия отварные .	164,34000	0,00345	0,00485	0,02389	0,12
Компот из кураги	62,75000	0,00044	0,00000	0,01539	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	565,77740	0,02201	0,01484	0,08169	0,563
Полдник					
Каша из овсяных хлопьев на молоке со сливочным маслом	124,40000	0,00367	0,00525	0,01514	0,15
Чай с лимоном.	46,80000	0,00003	0,00000	0,01108	0,15
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	217,40000	0,00522	0,00543	0,03623	0,32
Всего:	1320,44909	47,82610	45,55960	171,13750	1,334

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 3, 7.ДОУ 509 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Яблоко 100гр	39,60000	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Итого:	39,60000	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Завтрак					
Каша рисовая вязкая молочная со сливочным маслом	130,61250	0,00353	0,00416	0,01833	0,15
Батон с маслом, сыром 35/5/6 гр	140,69960	0,00427	0,00678	0,01870	0,046
Кофейный напиток с молоком 200 гр	104,50000	0,00280	0,00282	0,01414	0,2
Итого:	375,81210	0,01060	0,01376	0,05116	0,396
Обед					
Икра кабачковая	24,36340	0,00040	0,00180	0,00188	0,02
Щи из свежей капусты (вегетарианские) со сметаной 150гр	48,15580	0,00118	0,00207	0,00607	0,15
Суфле из печени 50 гр	97,98750	0,01144	0,00420	0,00152	0,05
Макаронные изделия отварные с овощами.	138,61280	0,00338	0,00265	0,02339	0,12
Компот из сухофруктов.	57,81500	0,00037	0,00002	0,01327	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Соль 3 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	467,43450	0,02027	0,01127	0,06867	0,546
Полдник					
Сгущенное молоко 15 гр	49,15200	0,00111	0,00131	0,00860	0,015
Запеканка морковная 130 гр.	144,38840	0,00321	0,00482	0,02589	0,13
Чай с сахаром.	36,95250	0,00000	0,00000	0,00885	0,15
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	253,59290	0,00507	0,00622	0,04836	0,305
Всего:	1138,80153	36,2952	31,594	178,5743	1,347

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 4, 7. ДОУ 509 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок фруктовый 150 г	69,00000	0,00075	0,00015	0,01515	0,15
Итого:	69,00000	0,00075	0,00015	0,01515	0,15
Завтрак					
Каша манная молочная со сливоч. маслом	127,28950	0,00355	0,00453	0,01613	0,15
Батон с маслом с сыром 45/5/6	166,03000	0,00518	0,00722	0,02403	0,056
Кофейный напиток с молоком 150 гр	78,37500	0,00210	0,00211	0,01061	0,15
Итого:	371,69450	0,01083	0,01386	0,05076	0,356
Обед					
Салат из белокачанной капусты и моркови с растительным маслом 45 гр	35,74500	0,00077	0,00229	0,00400	0,045
Суп овощной на мясном бульоне со сметаной	46,43260	0,00100	0,00229	0,00508	0,15
Гуляш из отварного мяса (ясли 60г, сад 80г)	89,37900	0,00865	0,00754	0,00355	0,06
Каша гречневая рассыпчатая	133,12800	0,00367	0,00363	0,02260	0,12
Компот из чернослива и изюма	67,09000	0,00019	0,00000	0,01632	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль 3 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	472,27460	0,01778	0,01629	0,07411	0,581
Полдник					
Огурец консервированный 30 гр	3,90000	0,00023	0,00003	0,00068	0,03
Картофель отварной 130 г	132,92440	0,00238	0,00359	0,02073	0,13
Чай с лимоном 200 гр	39,55000	0,00004	0,00000	0,00930	0,2
Печенье 30 гр	137,40000	0,00312	0,00156	0,02304	0,03
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	336,8744	0,0065309	0,0052668	0,0587678	0,4
Всего:	1290,62878	35,8844	35,5662	198,7905	1,487

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 5, 7.ДОУ 509 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок фруктовый 150 г	69,00000	0,00075	0,00015	0,01515	0,15
Итого:	69,00000	0,00075	0,00015	0,01515	0,15
Завтрак					
Яйцо отварное -20 гр.	31,40000	0,00240	0,00203	0,00014	0,02
Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	137,81000	0,00396	0,00492	0,01646	0,15
Батон с маслом с сыром 40/5/9	163,08000	0,00544	0,00774	0,02136	0,051
Чай 150 гр,	28,42500	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Итого:	360,71500	0,01180	0,01469	0,04476	0,371
Обед					
Салат из огурцов с растительным маслом.	24,48070	0,00046	0,00194	0,00198	0,045
Свекольник вегетарианский со сметаной	78,67220	0,00136	0,00333	0,01034	0,15
Тефтели из говядины паровые.	144,00740	0,00918	0,00839	0,00462	0,06
Рагу из овощей 130г	96,12960	0,00204	0,00328	0,01413	0,13
Компот из яблок 150г	46,32900	0,00005	0,00005	0,01110	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Соль 3 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	490,11890	0,01660	0,01753	0,06473	0,591
Полдник					
Макаронные изделия в молоке с маслом.	106,45750	0,00356	0,00449	0,01132	0,15
Чай с сахаром.	36,95250	0,00000	0,00000	0,00885	0,15
Пирожок с капустой ..	149,07320	0,00381	0,00522	0,01872	0,06
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	315,5832	0,0081243	0,009797	0,043903	0,37
Всего:	1240,86746	37,2667	42,1596	168,5419	1,482

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 6, 7, ДОУ 509 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок фруктовый 150 г	69,00000	0,00075	0,00015	0,01515	0,15
Итого:	69,00000	0,00075	0,00015	0,01515	0,15
Завтрак					
Каша из овсяных хлопьев на молоке со сливочным маслом .	136,60000	0,00408	0,00547	0,01753	0,15
Батон с маслом	88,67000	0,00195	0,00405	0,01336	0,029
Чай с сахаром.	36,95250	0,00000	0,00000	0,00885	0,15
Итого:	262,22250	0,00603	0,00952	0,03974	0,329
Обед					
Кукуруза консервированная	29,40000	0,00071	0,00013	0,00560	0,03
Щи из свежей капусты (вегетарианские) со сметаной 150гр	48,15580	0,00118	0,00207	0,00607	0,15
Гуляш из мяса курицы .	84,09130	0,01228	0,00240	0,00172	0,06
Картофельное пюре .	130,82000	0,00269	0,00291	0,02155	0,12
Напиток из клюквы	48,48750	0,00011	0,00000	0,01134	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	441,45460	0,02046	0,00805	0,06884	0,563
Полдник					
Пудинг из творога с морковью 140 гр	356,88800	0,01374	0,01986	0,02282	0,14
Сгущенное молоко 15 гр	49,15200	0,00111	0,00131	0,00860	0,015
Чай с сахаром.	36,95250	0,00000	0,00000	0,00885	0,15
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	466,09250	0,01561	0,02125	0,04528	0,315
Всего:	1241,1377	42,8505	38,972	169,0078	1,357

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 7, 7.ДОУ 509 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Апельсин 100 гр	28,00000	0,00063	0,00014	0,00721	0,1
Итого:	28,00000	0,00063	0,00014	0,00721	0,1
Завтрак					
Омлет натуральный 150 гр.	220,64013	0,01176	0,01507	0,00379	0,15
Батон с маслом с сыром 40/5/9	163,08000	0,00544	0,00774	0,02136	0,051
Какао с молоком	86,54000	0,00233	0,00241	0,01281	0,15
Итого:	470,26013	0,01954	0,02522	0,03795	0,351
Обед					
Салат из белокачанной капусты с огурцами.	27,52420	0,00063	0,00204	0,00241	0,04
Свекольник вегетарианский со сметаной	78,67220	0,00136	0,00333	0,01034	0,15
Биточки рыбные	117,97200	0,01132	0,00461	0,00540	0,06
Картофельное пюре.	113,48000	0,00237	0,00301	0,01754	0,12
Компот из сухофруктов.	57,81500	0,00037	0,00002	0,01327	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	495,96340	0,01955	0,01356	0,07152	0,573
Полдник					
Каша рисовая молочная с маслом сливочным 150г	187,02750	0,00463	0,00515	0,02817	0,15
Чай с лимоном 200 гр	39,55000	0,00004	0,00000	0,00930	0,2
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	272,77750	0,00619	0,00533	0,04749	0,37
Всего:	1269,84777	45,91320	44,25040	164,17390	1,394

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 8, 7.ДОУ 509 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок фруктовый 150 г	69,00000	0,00075	0,00015	0,01515	0,15
Итого:	69,00000	0,00075	0,00015	0,01515	0,15
Завтрак					
Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	137,81000	0,00396	0,00492	0,01646	0,15
Батон с маслом	88,67000	0,00195	0,00405	0,01336	0,029
Кофейный напиток с молоком 200 гр	104,50000	0,00280	0,00282	0,01414	0,2
Итого:	330,98000	0,00871	0,01179	0,04395	0,379
Обед					
Помидор порционный	8,14200	0,00039	0,00007	0,00177	0,03
Суп из овощей вегетарианский со сметаной	68,95720	0,00127	0,00335	0,00742	0,15
Суфле из печени 60 гр	117,58500	0,01373	0,00504	0,00182	0,06
Макаронные изделия отварные с овощами.	138,61280	0,00338	0,00265	0,02339	0,12
Компот из яблок 150г	46,32900	0,00005	0,00005	0,01110	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	480,12600	0,02232	0,01169	0,06805	0,563
Полдник					
Сельдь 40 гр	58,95700	0,00691	0,00346	0,00000	0,04
Картофель отварной 120 гр	119,24000	0,00229	0,00260	0,01995	0,12
Чай с лимоном 200 гр	39,55000	0,00004	0,00000	0,00930	0,2
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	240,84700	0,01000	0,00615	0,03427	0,37
Всего:	1123,3159	41,782	29,7889	161,4242	1,462

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 9, 7.ДОУ 509 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Банан 100 гр	62,30000	0,00105	0,00007	0,01526	0,1
Итого:	62,30000	0,00105	0,00007	0,01526	0,1
Завтрак					
Каша манная молочная со сливоч. маслом	127,28950	0,00355	0,00453	0,01613	0,15
Батон с маслом	88,67000	0,00195	0,00405	0,01336	0,029
Какао с молоком ..	71,42500	0,00167	0,00152	0,01160	0,15
Итого:	287,38450	0,00716	0,01010	0,04109	0,329
Обед					
Огурец свежий порционный 45 гр	6,29300	0,00036	0,00004	0,00171	0,045
Рассольник "Ленинградский" со сметаной	85,48500	0,00150	0,00357	0,01051	0,15
Жаркое по - домашнему	239,79190	0,01792	0,01573	0,01884	0,18
Напиток облепиховый	83,59500	0,00021	0,00089	0,01732	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль 3 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	515,66490	0,02349	0,02077	0,07094	0,578
Полдник					
Ряженка 150 г	125,79840	0,00449	0,00899	0,00614	0,15
Макаронные изделия отварные с сыром 130 гр	198,71400	0,00606	0,00527	0,02827	0,13
Конфеты шоколадные.	163,20000	0,00162	0,01059	0,01695	0,03
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	510,81240	0,01293	0,02494	0,05637	0,32
Всего:	1452,54406	44,62750	55,88240	183,65520	1,327

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 10, 7.ДОУ 509 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок фруктовый 150 г	69,00000	0,00075	0,00015	0,01515	0,15
Итого:	69,00000	0,00075	0,00015	0,01515	0,15
Завтрак					
Каша гречневая молочная со сливочным маслом.	160,51250	0,00511	0,00578	0,02166	0,15
Батон с маслом с сыром 40/5/9	163,08000	0,00544	0,00774	0,02136	0,051
Кофейный напиток с молоком 200 гр	104,50000	0,00280	0,00282	0,01414	0,2
Итого:	428,09250	0,01336	0,01633	0,05716	0,401
Обед					
Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растител. маслом 40гр.	55,33860	0,00076	0,00247	0,00634	0,04
Суп рыбный с крупой.	104,21520	0,00633	0,00235	0,01308	0,15
Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые 80 гр.	188,44000	0,01137	0,01145	0,00550	0,08
Капуста тушеная 150г	104,14900	0,00352	0,00283	0,01755	0,15
Напиток из смородины	48,93750	0,00011	0,00000	0,01280	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	601,58030	0,02558	0,01964	0,07783	0,623
Полдник					
Макаронные изделия в молоке с маслом	92,22700	0,00308	0,00389	0,00981	0,13
Чай с сахаром.	36,95250	0,00000	0,00000	0,00885	0,15
Шанежка с картофелем*1	159,52580	0,00378	0,00528	0,02081	0,06
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	311,80530	0,00762	0,00925	0,04448	0,35
Всего:	1416,25098	47,3075	45,3826	194,6241	1,524

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 1, 7.ДОУ 509 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок фруктовый 150 г	69,00000	0,00075	0,00015	0,01515	0,15
Итого:	69,00000	0,00075	0,00015	0,01515	0,15
Завтрак					
Каша ячневая молочная со сливочным маслом 180 гр	159,18000	0,00442	0,00555	0,02045	0,18
Батон с маслом	88,67000	0,00195	0,00405	0,01336	0,029
Чай с сахаром ..	36,95250	0,00000	0,00000	0,00885	0,15
Итого:	284,80250	0,00637	0,00960	0,04266	0,359
Обед					
Салат из отвар. картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол. огурцом раст.мас 40гр.	55,92520	0,00057	0,00358	0,00439	0,04
Борщ с фасолью и сметаной 150гр	70,61250	0,00122	0,00340	0,00832	0,15
Голубцы ленивые в молочном соусе/	220,92080	0,01264	0,01184	0,01296	0,18
Кисель с витаминами "Витошка" 150г	17,81250	0,00000	0,00000	0,00410	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	465,77100	0,01793	0,01936	0,05233	0,573
Полдник					
Сгущенное молоко 15 гр	49,15200	0,00111	0,00131	0,00860	0,015
Запеканка творожная 130 гр	344,09200	0,01672	0,02095	0,01311	0,13
Чай с молоком.	75,16000	0,00211	0,00225	0,01069	0,15
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	491,50400	0,02070	0,02459	0,03741	0,305
Всего:	1316,26793	45,74460	53,69750	147,54670	1,387

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 12, 7.ДОУ 509 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Банан 100 гр	62,30000	0,00105	0,00007	0,01526	0,1
Итого:	62,30000	0,00105	0,00007	0,01526	0,1
Завтрак					
Омлет натуральный 150 гр.	220,64013	0,01176	0,01507	0,00379	0,15
Батон с маслом с сыром 40/5/9	163,08000	0,00544	0,00774	0,02136	0,051
Какао с молоком	86,54000	0,00233	0,00241	0,01281	0,15
Итого:	470,26013	0,01954	0,02522	0,03795	0,351
Обед					
Салат из огурцов с растительным маслом.	24,48070	0,00046	0,00194	0,00198	0,045
Щи из свежей капусты (вегетарианские) со сметаной 150гр	48,15580	0,00118	0,00207	0,00607	0,15
Тефтели рыбные	99,37720	0,00917	0,00256	0,00394	0,06
Напиток из клюквы	48,48750	0,00011	0,00000	0,01134	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	321,00120	0,01442	0,00711	0,04590	0,458
Полдник					
Каша пшеничная молочная с маслом	138,37000	0,00426	0,00470	0,01738	0,15
Чай с сахаром.	36,95250	0,00000	0,00000	0,00885	0,15
Печенье 20 гр	91,60000	0,00208	0,00104	0,01536	0,02
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	313,12250	0,00786	0,00592	0,05162	0,34
Всего:	1171,98455	42,87240	38,31680	150,72860	1,249

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 13, 7, ДОУ 509 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Апельсин 100 гр	28,00000	0,00063	0,00014	0,00721	0,1
Итого:	28,00000	0,00063	0,00014	0,00721	0,1
Завтрак					
Каша из гречи и геркулеса молочная ("Дружба 3") со сливоч. маслом	143,86000	0,00449	0,00574	0,01805	0,15
Батон с маслом с сыром 40/5/9	163,08000	0,00544	0,00774	0,02136	0,051
Кофейный напиток с молоком 200 гр	104,50000	0,00280	0,00282	0,01414	0,2
Итого:	411,44000	0,01274	0,01629	0,05355	0,401
Обед					
Салат из белокачанной капусты и моркови с растительным маслом 45 гр	35,74500	0,00077	0,00229	0,00400	0,045
Суп гороховый.	86,92050	0,00293	0,00261	0,01177	0,15
Суфле из печени 60 гр	117,58500	0,01373	0,00504	0,00182	0,06
Рис припущенный с овощами .	172,72670	0,00318	0,00576	0,02536	0,12
Компот из ягод замороженных 150 г	79,62000	0,00028	0,00005	0,01834	0,15
Напиток из шиповника	65,37000	0,00029	0,00000	0,01581	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	658,46720	0,02468	0,01629	0,09965	0,725
Полдник					
Капуста в омлете.	146,78200	0,00712	0,00879	0,00798	0,15
Чай с сахаром.	36,95250	0,00000	0,00000	0,00885	0,15
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	206,83450	0,00788	0,00888	0,02184	0,31
Всего:	1307,68264	45,92730	41,59570	182,25030	1,536

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 14, 7.ДОУ 509 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок фруктовый 150 г	69,00000	0,00075	0,00015	0,01515	0,15
Итого:	69,00000	0,00075	0,00015	0,01515	0,15
Завтрак					
Яйцо отварное -20 гр.	31,40000	0,00240	0,00203	0,00014	0,02
Каша рисовая молочная с маслом сливочным 200гр	249,37000	0,00618	0,00686	0,03756	0,2
Батон с маслом	88,67000	0,00195	0,00405	0,01336	0,029
Какао с молоком	86,54000	0,00233	0,00241	0,01281	0,15
Итого:	455,98000	0,01285	0,01535	0,06386	0,399
Обед					
Салат из помидоров 45 гр	31,52700	0,00056	0,00235	0,00246	0,045
Суп картофельный с зеленым горошком со сметаной	57,62280	0,00118	0,00276	0,00597	0,15
Суфле из мяса говядины 60 гр.	217,51500	0,01483	0,01435	0,00182	0,06
Рагу из овощей..	84,92570	0,00227	0,00258	0,01230	0,12
Компот из сухофруктов.	57,81500	0,00037	0,00002	0,01327	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль 3 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Чеснок 6 гр	2,31840	0,00033	0,00000	0,00030	0,006
Итого:	552,22390	0,02304	0,02259	0,05869	0,584
Полдник					
Повидло	37,80000	0,00006	0,00000	0,00998	0,015
Запеканка морковная 130 гр.	144,38840	0,00321	0,00482	0,02589	0,13
Чай с сахаром.	36,95250	0,00000	0,00000	0,00885	0,15
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	242,2409	0,0040278	0,0049111	0,0497333	0,305
Всего:	1321,80131	40,665	42,9975	187,4266	1,438

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 15, 7.ДОУ 509 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Напиток из шиповника	65,37000	0,00029	0,00000	0,01581	0,15
Итого:	65,37000	0,00029	0,00000	0,01581	0,15
Завтрак					
Каша манная молочная со сливоч. маслом	127,28950	0,00355	0,00453	0,01613	0,15
Батон с маслом с сыром 40/5/9	163,08000	0,00544	0,00774	0,02136	0,051
Кофейный напиток с молоком	87,85000	0,00210	0,00211	0,01288	0,15
Итого:	378,21950	0,01109	0,01438	0,05037	0,351
Обед					
Кукуруза консервированная	29,40000	0,00071	0,00013	0,00560	0,03
Рассольник "Ленинградский" со сметаной	85,48500	0,00150	0,00357	0,01051	0,15
Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины 180 гр	309,38720	0,01391	0,01302	0,02820	0,18
Компот из ягод замороженных 150 г	79,62000	0,00028	0,00005	0,01834	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	604,39220	0,01990	0,01731	0,08520	0,563
Полдник					
Суп молочный с лапшой 0,15	79,79250	0,00247	0,00287	0,00939	0,15
Чай с сахаром.	36,95250	0,00000	0,00000	0,00885	0,15
Пирожок с яйцом и зеленым луком 60 г	240,19070	0,00848	0,00591	0,03919	0,06
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	380,03570	0,01171	0,00887	0,06245	0,37
Всего:	1430,33898	42,98430	40,56090	213,82710	1,434

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 16, 7.ДОУ 509 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок фруктовый 150 г	69,00000	0,00075	0,00015	0,01515	0,15
Итого:	69,00000	0,00075	0,00015	0,01515	0,15
Завтрак					
Каша из овсяных хлопьев на молоке со сливочным маслом .	136,60000	0,00408	0,00547	0,01753	0,15
Батон с маслом	88,67000	0,00195	0,00405	0,01336	0,029
Чай 200 гр.	37,90000	0,00000	0,00000	0,00908	0,2
Итого:	263,17000	0,00603	0,00952	0,03997	0,379
Обед					
Салат из квашеной капусты с луком 40 гр	42,20800	0,00085	0,00244	0,00515	0,04
Суп-лапша домашняя на курином бульоне	51,14460	0,00160	0,00107	0,00786	0,15
Азу.	341,50580	0,01949	0,01778	0,01881	0,18
Компот из сухофруктов.	57,81500	0,00037	0,00002	0,01327	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	593,17340	0,02581	0,02185	0,06765	0,573
Полдник					
Суфле творожное 150 гр	451,20650	0,01803	0,02777	0,02043	0,15
Сгущенное молоко 15 гр	49,15200	0,00111	0,00131	0,00860	0,015
Чай с сахаром.	36,95250	0,00000	0,00000	0,00885	0,15
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	560,41100	0,01989	0,02917	0,04290	0,325
Всего:	1488,10140	52,48160	60,67900	165,66750	1,427

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 17, 7.ДОУ 509 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Яблоко 100гр	39,60000	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Итого:	39,60000	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Завтрак					
Омлет натуральный 150 гр.	220,64013	0,01176	0,01507	0,00379	0,15
Батон с маслом, сыром 40/5/6 гр	140,69960	0,00427	0,00678	0,01870	0,051
Какао с молоком	86,54000	0,00233	0,00241	0,01281	0,15
Итого:	447,87973	0,01837	0,02426	0,03529	0,351
Обед					
Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растит.масл.40 гр.	65,05730	0,00096	0,00364	0,00572	0,04
Борщ с фасолью и сметаной 150гр	70,61250	0,00122	0,00340	0,00832	0,15
Тефтели рыбные	99,37720	0,00917	0,00256	0,00394	0,06
Макаронные изделия отварные .	164,34000	0,00345	0,00485	0,02389	0,12
Напиток из клюквы	48,48750	0,00011	0,00000	0,01134	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	548,37450	0,01840	0,01498	0,07577	0,573
Полдник					
Суп молочный с крупой 0,15	86,62500	0,00262	0,00341	0,00975	0,15
Чай с лимоном 200 гр	39,55000	0,00004	0,00000	0,00930	0,2
Шанежка с картофелем*1	159,52580	0,00378	0,00528	0,02081	0,06
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	308,80080	0,00719	0,00878	0,04487	0,42
Всего:	1347,01295	44,3207	48,3738	166,3161	1,439

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 18, 7.ДОУ 509 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
0,625					
Ряженка 150 г	125,79840	0,00449	0,00899	0,00614	0,15
Итого:	125,79840	0,00449	0,00899	0,00614	0,15
Завтрак					
Каша манная молочная со сливочным маслом	116,65250	0,00337	0,00382	0,01551	0,15
Батон с маслом с сыром 40/5/9	163,08000	0,00544	0,00774	0,02136	0,051
Кофейный напиток с молоком 150 гр	78,37500	0,00210	0,00211	0,01061	0,15
Итого:	358,10750	0,01092	0,01367	0,04748	0,351
Обед					
Помидор порционный.	10,85600	0,00052	0,00009	0,00236	0,04
Суп рыбный с крупой.	104,21520	0,00633	0,00235	0,01308	0,15
Запеканка картофельная с печенью	201,47060	0,01215	0,00656	0,02004	0,15
Компот из яблок 150г	46,32900	0,00005	0,00005	0,01110	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	463,37080	0,02255	0,00959	0,06913	0,54
Полдник					
Капуста цветная отварная с маслом	65,73600	0,00306	0,00296	0,00638	0,12
Чай с молоком.	75,16000	0,00211	0,00225	0,01069	0,15
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	163,99600	0,00592	0,00530	0,02208	0,28
Всего:	1115,98425	43,89080	37,54310	144,83310	1,321

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 19, 7.ДОУ 509 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Апельсин 100 гр	28,00000	0,00063	0,00014	0,00721	0,1
Итого:	28,00000	0,00063	0,00014	0,00721	0,1
Завтрак					
Каша ячневая молочная со сливочным маслом	135,94790	0,00350	0,00511	0,01682	0,15
Батон с маслом	88,67000	0,00195	0,00405	0,01336	0,029
Чай 200 гр,	37,90000	0,00000	0,00000	0,00908	0,2
Итого:	262,51790	0,00545	0,00916	0,03925	0,379
Обед					
Салат из морской капусты и моркови с яйцом и растительным маслом 30 гр.	51,05740	0,00070	0,00458	0,00207	0,03
Суп овощной на вегетарианском бульоне со сметаной	54,92040	0,00103	0,00274	0,00589	0,15
Гуляш из отварного мяса (ясли 60г, сад 80г)	89,37900	0,00865	0,00754	0,00355	0,06
Картофель отварной 120 гр	119,24000	0,00229	0,00260	0,01995	0,12
Кисель с витаминами "Витошка" 150г	17,81250	0,00000	0,00000	0,00410	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	432,90930	0,01617	0,01800	0,05813	0,563
Полдник					
Макаронные изделия отварные с сыром 130 гр	198,71400	0,00606	0,00527	0,02827	0,13
Макаронные изделия отварные с сыром 150 гр	229,32700	0,00699	0,00609	0,03263	0,15
Чай с молоком.	75,16000	0,00211	0,00225	0,01069	0,15
Мармелад 35 гр	102,55000	0,00014	0,00000	0,02681	0,035
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	628,85100	0,01605	0,01370	0,10341	0,475
Всего:	1395,41239	38,2955	41,0066	208,0025	1,517

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 20 7.ДОУ 509 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Напиток из шиповника	65,37000	0,00029	0,00000	0,01581	0,15
Итого:	65,37000	0,00029	0,00000	0,01581	0,15
Завтрак					
Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	137,81000	0,00396	0,00492	0,01646	0,15
Батон с маслом	88,67000	0,00195	0,00405	0,01336	0,029
Чай 200 гр,	37,90000	0,00000	0,00000	0,00908	0,2
Итого:	264,38000	0,00590	0,00897	0,03889	0,379
Обед					
Салат из огурцов с растительным маслом.	24,48070	0,00046	0,00194	0,00198	0,045
Рассольник "Ленинградский" со сметаной	85,48500	0,00150	0,00357	0,01051	0,15
Тефтели из говядины паровые.	144,00740	0,00918	0,00839	0,00462	0,06
Свекла, тушеная со сметаной.	76,92000	0,00192	0,00227	0,01388	0,12
Компот из чернослива и изюма 150 гр	63,75000	0,00025	0,00000	0,01552	0,15
Хлеб ржаной 30 гр.	54,30000	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	495,14310	0,01681	0,01670	0,06906	0,575
Полдник					
Омлет с зеленым горошком (запеченный) - 150 гр.	170,22410	0,01088	0,00937	0,00647	0,15
Чай с сахаром.	36,95250	0,00000	0,00000	0,00885	0,15
Печенье 30 гр	137,40000	0,00312	0,00156	0,02304	0,03
Хлеб пшеничный 10 гр	23,10000	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	367,67660	0,01476	0,01102	0,04338	0,34
Всего:	1194,93000	37,76380	36,68950	167,14830	1,444

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430366

Владелец Абильдаева Марина Васильевна

Действителен с 17.04.2024 по 17.04.2025