

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, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок фруктовый 200 гр	92,92000	0,00100	0,00020	0,02020	0,2
Итого:	92,92000	0,00100	0,00020	0,02020	0,2
Завтрак					
Каша пшеничная на концентрированном молоке со слив. маслом	210,24160	0,00595	0,00794	0,02367	0,2
Батон с маслом	132,71400	0,00311	0,00533	0,02136	0,045
Чай 200 гр,	38,27900	0,00000	0,00000	0,00908	0,2
Итого:	381,23460	0,00906	0,01326	0,05411	0,445
Обед					
Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растит.маслом 50гр.	78,21840	0,00141	0,00502	0,00490	0,05
Суп-лапша на вегетарианском бульоне	75,95840	0,00156	0,00195	0,01192	0,2
Бигус с мясом	269,60980	0,01437	0,01521	0,01511	0,23
Напиток из шиповника	75,91160	0,00032	0,00000	0,01817	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	54,84300	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,66200	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль 3 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Чеснок 6 гр	2,34600	0,00033	0,00000	0,00030	0,006
Итого:	603,54920	0,02149	0,02272	0,07297	0,739
Полдник					
Суфле творожное 150 гр	455,59410	0,01803	0,02777	0,02043	0,15
Сгущеное молоко 15 гр	49,66400	0,00111	0,00131	0,00860	0,015
Чай 200 гр,	38,27900	0,00000	0,00000	0,00908	0,2
Хлеб пшеничный 10 гр	23,33100	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	566,86810	0,01989	0,02917	0,04313	0,375
Всего:	1629,12924	51,4359	65,3422	190,4098	1,759

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

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Банан 100 гр	63,19000	0,00105	0,00007	0,01526	0,1
Итого:	63,19000	0,00105	0,00007	0,01526	0,1
Завтрак					
Омлет натуральный 150 гр.	222,81700	0,01176	0,01507	0,00379	0,15
Батон с маслом с сыром 40/5/9	164,74600	0,00544	0,00774	0,02136	0,051
Какао с молоком	113,08280	0,00322	0,00326	0,01600	0,2
Итого:	500,64580	0,02043	0,02608	0,04114	0,401
Обед					
Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом 50гр.	55,91180	0,00063	0,00371	0,00448	0,05
Суп гороховый.	116,78750	0,00390	0,00348	0,01569	0,2
Биточки рыбные	164,17580	0,01503	0,00669	0,00704	0,08
Макаронные изделия отварные .	224,59370	0,00492	0,00572	0,03412	0,15
Компот из кураги	77,22460	0,00049	0,00000	0,01871	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	54,84300	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,66200	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	740,19840	0,02846	0,02013	0,10261	0,735
Полдник					
Каша из овсяных хлопьев на молоке со слив. маслом .	189,57010	0,00537	0,00795	0,02311	0,18
Чай с лимоном.	55,25710	0,00004	0,00000	0,01294	0,2
Хлеб пшеничный 20 гр	46,66200	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	291,48920	0,00693	0,00814	0,04606	0,4
Всего:	1585,15061	56,87300	54,41160	205,07760	1,636

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

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Яблоко 100гр	40,05000	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Итого:	40,05000	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Завтрак					
Каша рисовая вязкая молочная со сливочным маслом	187,84300	0,00455	0,00716	0,02342	0,2
Батон с маслом с сыром 40/5/9	164,74600	0,00544	0,00774	0,02136	0,051
Кофейный напиток с молоком 200 гр	105,54500	0,00280	0,00282	0,01414	0,2
Итого:	458,13400	0,01280	0,01771	0,05892	0,451
Обед					
Икра кабачковая 50 гр	61,53680	0,00100	0,00449	0,00469	0,05
Щи из свежей капусты (вегетарианские) со сметаной 200гр	64,77200	0,00158	0,00276	0,00812	0,2
Запеканка картофельная с печенью	288,74000	0,01663	0,00897	0,02986	0,2
Компот из сухофруктов.	75,30560	0,00049	0,00003	0,01708	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	54,84300	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,66200	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Соль 3 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	591,85940	0,02320	0,01679	0,08231	0,708
Полдник					
Сгущенное молоко 15 гр	49,66400	0,00111	0,00131	0,00860	0,015
Запеканка морковная 155 гр.	174,01720	0,00382	0,00576	0,03088	0,155
Чай с сахаром.	49,76270	0,00000	0,00000	0,01181	0,2
Хлеб пшеничный 10 гр	23,33100	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	296,77490	0,00569	0,00715	0,05630	0,38
Всего:	1376,15356	42,0426	42,0081	207,915	1,639

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

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок фруктовый 200 гр	92,92000	0,00100	0,00020	0,02020	0,2
Итого:	92,92000	0,00100	0,00020	0,02020	0,2
Завтрак					
Каша манная молочная со сливоч. маслом	178,81360	0,00472	0,00676	0,02150	0,2
Батон с маслом с сыром 45/5/6	167,70790	0,00518	0,00722	0,02403	0,056
Кофейный напиток с молоком 200 гр	105,54500	0,00280	0,00282	0,01414	0,2
Итого:	452,06650	0,01271	0,01680	0,05967	0,456
Обед					
Салат из белокачанной капусты и моркови с растительным маслом	36,33650	0,00086	0,00205	0,00461	0,05
Суп овощной на мясном бульоне со сметаной	58,76920	0,00127	0,00275	0,00671	0,2
Гуляш из отварного мяса (ясли 60г, сад 80г)	120,24510	0,01150	0,01005	0,00454	0,08
Каша гречневая рассыпчатая	189,62960	0,00529	0,00482	0,03259	0,15
Компот из чернослива и изюма	79,04260	0,00019	0,00000	0,01898	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	54,84300	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,66200	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	0,005
Итого:	585,52800	0,02262	0,02021	0,08999	0,738
Полдник					
Огурец консервированный 40 гр	5,25980	0,00030	0,00004	0,00091	0,04
Картофель отварной 150 г/	143,86440	0,00283	0,00271	0,02473	0,15
Чай с лимоном 200 гр	39,94550	0,00004	0,00000	0,00930	0,2
Печенье 30 гр	138,77400	0,00312	0,00156	0,02304	0,03
Хлеб пшеничный 10 гр	23,33100	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	351,1747	0,0070572	0,0043956	0,0629931	0,43
Всего:	1520,70752	43,3836	41,5999	232,851	1,824

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

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Напиток из шиповника	75,91160	0,00032	0,00000	0,01817	0,2
Итого:	75,91160	0,00032	0,00000	0,01817	0,2
Завтрак					
Яйцо отварное -20 гр.	32,02800	0,00240	0,00203	0,00014	0,02
Каша пшенная молочная со сливочным маслом	196,91280	0,00538	0,00728	0,02268	0,2
Батон с маслом с сыром 40/5/9	164,74600	0,00544	0,00774	0,02136	0,051
Чай 200 гр.	38,27900	0,00000	0,00000	0,00908	0,2
Итого:	431,96580	0,01322	0,01705	0,05326	0,471
Обед					
Салат из огурцов с растительным маслом.	32,96100	0,00061	0,00257	0,00265	0,06
Свекольник вегетарианский со сметаной	101,99540	0,00178	0,00410	0,01374	0,2
Тефтели из говядины паровые.	191,10600	0,01216	0,01117	0,00560	0,08
Рагу из овощей 150г	115,73170	0,00244	0,00380	0,01702	0,15
Компот из яблок 200г	62,40160	0,00007	0,00007	0,01479	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	54,84300	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,66200	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Соль 3 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	605,70070	0,02056	0,02225	0,07636	0,748
Полдник					
Макаронные изделия в молоке с маслом.	147,05690	0,00477	0,00623	0,01532	0,2
Чай с сахаром.	49,76270	0,00000	0,00000	0,01181	0,2
Пирожок с капустой ..	200,96210	0,00507	0,00694	0,02497	0,08
Хлеб пшеничный 10 гр	23,33100	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	421,1127	0,0106032	0,0132563	0,0571118	0,49
Всего:	1525,48449	44,7033	52,5524	204,9114	1,909

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

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок фруктовый 200 гр	92,92000	0,00100	0,00020	0,02020	0,2
Итого:	92,92000	0,00100	0,00020	0,02020	0,2
Завтрак					
Каша из овсяных хлопьев на молоке со сливочным маслом .	189,57010	0,00537	0,00795	0,02311	0,2
Батон с маслом	132,71400	0,00311	0,00533	0,02136	0,045
Чай с сахаром.	49,76270	0,00000	0,00000	0,01181	0,2
Итого:	372,04680	0,00848	0,01328	0,05627	0,445
Обед					
Кукуруза консервированная	49,61740	0,00117	0,00022	0,00929	0,05
Щи из свежей капусты (вегетарианские) со сметаной 200гр	64,87480	0,00158	0,00276	0,00812	0,2
Гуляш из мяса курицы .	113,35640	0,01638	0,00320	0,00229	0,08
Картофельное пюре 150г	143,30800	0,00272	0,00460	0,01987	0,15
Напиток из клюквы	65,29650	0,00014	0,00000	0,01512	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	54,84300	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,66200	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	537,95810	0,02549	0,01132	0,07726	0,735
Полдник					
Пудинг из творога с морковью 150 гр	382,92330	0,01461	0,02127	0,02365	0,15
Сгущенное молоко 15 гр	49,66400	0,00111	0,00131	0,00860	0,015
Чай с сахаром.	49,76270	0,00000	0,00000	0,01181	0,2
Хлеб пшеничный 10 гр	23,33100	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	505,68100	0,01648	0,02266	0,04907	0,375
Всего:	1495,96445	51,4434	47,4559	202,806	1,755

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

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Апельсин 100 гр	28,40000	0,00063	0,00014	0,00721	0,1
Итого:	28,40000	0,00063	0,00014	0,00721	0,1
Завтрак					
Омлет натуральный 150 гр.	222,81700	0,01176	0,01507	0,00379	0,15
Батон с маслом с сыром 40/5/9	164,74600	0,00544	0,00774	0,02136	0,051
Какао с молоком	113,08280	0,00322	0,00326	0,01600	0,2
Итого:	500,64580	0,02043	0,02608	0,04114	0,401
Обед					
Салат из белокачанной капусты с огурцами	30,55530	0,00081	0,00206	0,00310	0,05
Свекольник вегетарианский со сметаной	101,99540	0,00178	0,00410	0,01374	0,2
Рыба, запеченная с картофелем по- русски	352,86580	0,02015	0,00910	0,03276	0,2
Компот из сухофруктов.	75,30560	0,00049	0,00003	0,01708	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	54,84300	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,66200	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	662,22710	0,02672	0,01582	0,08925	0,705
Полдник					
Каша рисовая молочная с маслом сливочным 180г	226,72620	0,00556	0,00618	0,03380	0,18
Чай с лимоном 200 гр	39,94550	0,00004	0,00000	0,00930	0,2
Хлеб пшеничный 20 гр	46,66200	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	313,33370	0,00712	0,00636	0,05313	0,4
Всего:	1493,49389	54,89670	48,39880	190,72570	1,606

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

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок фруктовый 200 гр	92,92000	0,00100	0,00020	0,02020	0,2
Итого:	92,92000	0,00100	0,00020	0,02020	0,2
Завтрак					
Каша пшенная молочная со сливочным маслом	196,91280	0,00538	0,00728	0,02268	0,2
Батон с маслом	132,71400	0,00311	0,00533	0,02136	0,045
Кофейный напиток с молоком 200 гр	105,54500	0,00280	0,00282	0,01414	0,2
Итого:	435,17180	0,01129	0,01542	0,05819	0,445
Обед					
Помидор порционный 50 гр	13,70570	0,00065	0,00012	0,00295	0,05
Суп из овощей вегетарианский со сметаной	88,71710	0,00165	0,00412	0,00982	0,2
Суфле из печени 80 гр	158,29280	0,01831	0,00671	0,00242	0,08
Макаронные изделия отварные с овощами.	193,81470	0,00426	0,00505	0,02936	0,15
Компот из яблок 200г	62,40160	0,00007	0,00007	0,01479	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	54,84300	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,66200	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	618,43690	0,02843	0,01662	0,08190	0,735
Полдник					
Сельдь 50 гр	74,48650	0,00855	0,00428	0,00000	0,05
Картофель отварной 120 гр	122,41640	0,00230	0,00275	0,02005	0,12
Чай с лимоном 200 гр	39,94550	0,00004	0,00000	0,00930	0,2
Хлеб пшеничный 10 гр	23,33100	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	260,17940	0,01166	0,00712	0,03437	0,38
Всего:	1395,10743	52,3825	39,3661	194,6561	1,76

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

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Банан 100 гр	63,19000	0,00105	0,00007	0,01526	0,1
Итого:	63,19000	0,00105	0,00007	0,01526	0,1
Завтрак					
Каша манная молочная со сливоч. маслом	178,81360	0,00472	0,00676	0,02150	0,2
Батон с маслом	132,71400	0,00311	0,00533	0,02136	0,045
Какао с молоком	113,08280	0,00322	0,00326	0,01600	0,2
Итого:	424,61040	0,01105	0,01535	0,05886	0,445
Обед					
Огурец свежий порционный 45 гр	6,36720	0,00036	0,00004	0,00171	0,045
Рассольник "Ленинградский" со сметаной	96,69130	0,00195	0,00299	0,01401	0,2
Жаркое по - домашнему	343,26890	0,02302	0,02270	0,02514	0,23
Напиток облепиховый	112,57460	0,00028	0,00119	0,02309	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	54,84300	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,66200	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль 3 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Итого:	660,40700	0,02911	0,02746	0,08652	0,728
Полдник					
Ряженка 180 г	152,52720	0,00539	0,01078	0,00737	0,18
Макаронные изделия отварные с сыром 150 гр	231,70580	0,00699	0,00609	0,03263	0,15
Конфеты шоколадные.	164,83200	0,00162	0,01059	0,01695	0,03
Хлеб пшеничный 10 гр	23,33100	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	572,39600	0,01476	0,02755	0,06196	0,37
Всего:	1802,31264	55,96910	70,43700	222,59350	1,643

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

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок фруктовый 200 гр	92,92000	0,00100	0,00020	0,02020	0,2
Итого:	92,92000	0,00100	0,00020	0,02020	0,2
Завтрак					
Каша гречневая молочная со сливочным маслом.	216,10260	0,00649	0,00814	0,02804	0,2
Батон с маслом с сыром 40/5/9	164,74600	0,00544	0,00774	0,02136	0,051
Кофейный напиток с молоком 200 гр	105,54500	0,00280	0,00282	0,01414	0,2
Итого:	486,39360	0,01474	0,01869	0,06354	0,451
Обед					
Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растител. маслом 60гр.	84,02270	0,00114	0,00371	0,00950	0,06
Суп рыбный с крупой.	136,76320	0,00841	0,00284	0,01732	0,2
Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые 80 гр.	190,38980	0,01137	0,01145	0,00550	0,08
Капуста тушеная 150г	105,21790	0,00354	0,00284	0,01766	0,15
Напиток из смородины	65,90250	0,00015	0,00000	0,01707	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	54,84300	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,66200	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	683,80110	0,02810	0,02138	0,08961	0,745
Полдник					
Макаронные изделия в молоке с маслом	132,38460	0,00430	0,00560	0,01379	0,18
Чай с сахаром.	49,76270	0,00000	0,00000	0,01181	0,2
Шанежка с картофелем*1	215,26220	0,00504	0,00703	0,02774	0,08
Хлеб пшеничный 10 гр	23,33100	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	420,74050	0,01009	0,01272	0,05835	0,47
Всего:	1674,2983	53,9339	52,9887	231,7004	1,866

Меню-раскладка
ТРЕБ. дети № 11, 7.ДОУ 509 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок фруктовый 200 гр	92,92000	0,00100	0,00020	0,02020	0,2
Итого:	92,92000	0,00100	0,00020	0,02020	0,2
Завтрак					
Каша ячневая молочная со сливочным маслом 180 гр	166,80240	0,00439	0,00616	0,02039	0,18
Батон с маслом	132,71400	0,00311	0,00533	0,02136	0,045
Чай с сахаром.	49,76270	0,00000	0,00000	0,01181	0,2
Итого:	349,27910	0,00749	0,01148	0,05356	0,425
Обед					
Салат из отвар. картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол. огурцом раст.мас 50гр.	70,61920	0,00071	0,00448	0,00549	0,05
Борщ с фасолью и сметаной 200гр	86,10800	0,00130	0,00448	0,00938	0,2
Голубцы ленивые в молочном соусе/	312,86910	0,01725	0,01785	0,01470	0,23
Кисель с витаминами "Витошка"	23,98750	0,00000	0,00000	0,00546	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	54,84300	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,66200	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	595,08880	0,02276	0,02735	0,05758	0,735
Полдник					
Сгущенное молоко 15 гр	49,66400	0,00111	0,00131	0,00860	0,015
Запеканка творожная ..	419,45330	0,01950	0,02615	0,01446	0,15
Чай с молоком.	97,75100	0,00276	0,00296	0,01357	0,2
Хлеб пшеничный 10 гр	23,33100	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	590,19930	0,02413	0,03050	0,04165	0,375
Всего:	1617,00241	55,38000	69,52770	172,98820	1,735

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

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Банан 100 гр	63,19000	0,00105	0,00007	0,01526	0,1
Итого:	63,19000	0,00105	0,00007	0,01526	0,1
Завтрак					
Омлет натуральный 150 гр.	222,81700	0,01176	0,01507	0,00379	0,15
Батон с маслом с сыром 40/5/9	164,74600	0,00544	0,00774	0,02136	0,051
Какао с молоком	113,08280	0,00322	0,00326	0,01600	0,2
Итого:	500,64580	0,02043	0,02608	0,04114	0,401
Обед					
Салат из огурцов с растительным маслом.	32,96100	0,00061	0,00257	0,00265	0,06
Щи из свежей капусты (вегетариансие) со сметаной 200гр	64,87480	0,00158	0,00276	0,00812	0,2
Рыба отварная под маринадом	185,64470	0,01094	0,00823	0,00862	0,1
Напиток из клюквы	65,29650	0,00014	0,00000	0,01512	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	54,84300	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,66200	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	450,28200	0,01678	0,01410	0,05707	0,615
Полдник					
Каша пшеничная молочная с маслом	200,84150	0,00561	0,00787	0,02275	0,2
Чай с сахаром.	49,76270	0,00000	0,00000	0,01181	0,2
Печенье 20 гр	92,51600	0,00208	0,00104	0,01536	0,02
Хлеб пшеничный 20 гр	46,66200	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	389,78220	0,00921	0,00909	0,05994	0,44
Всего:	1395,91433	47,46050	49,34160	173,40720	1,556

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

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Апельсин 100 гр	28,40000	0,00063	0,00014	0,00721	0,1
Итого:	28,40000	0,00063	0,00014	0,00721	0,1
Завтрак					
Каша из гречи и геркулеса молочная ("Дружба 3") со сливоч. маслом	199,43760	0,00590	0,00828	0,02393	0,2
Батон с маслом с сыром 40/5/9	164,74600	0,00544	0,00774	0,02136	0,051
Кофейный напиток с молоком 200 гр	105,54500	0,00280	0,00282	0,01414	0,2
Итого:	469,72860	0,01415	0,01884	0,05943	0,451
Обед					
Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом	36,19370	0,00086	0,00205	0,00460	0,05
Суп гороховый.	117,05950	0,00390	0,00348	0,01569	0,2
Суфле из печени 80 гр	158,29280	0,01831	0,00671	0,00242	0,08
Рис припущенный с овощами .	218,04980	0,00397	0,00719	0,03169	0,15
Компот из ягод замороженных 150 г	107,22160	0,00038	0,00007	0,02445	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	54,84300	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,66200	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	738,32240	0,03092	0,02004	0,10142	0,73
Полдник					
Капуста в омлете	153,55430	0,00815	0,00889	0,00799	0,15
Чай с сахаром.	49,76270	0,00000	0,00000	0,01181	0,2
Хлеб пшеничный 10 гр	23,33100	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	226,64800	0,00891	0,00898	0,02480	0,36
Всего:	1452,23106	54,60910	47,99510	192,86240	1,641

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

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок фруктовый 200 гр	92,92000	0,00100	0,00020	0,02020	0,2
Итого:	92,92000	0,00100	0,00020	0,02020	0,2
Завтрак					
Яйцо отварное -20 гр.	32,02800	0,00240	0,00203	0,00014	0,02
Каша рисовая молочная с маслом сливочным 200гр	251,86370	0,00618	0,00686	0,03756	0,2
Батон с маслом	132,71400	0,00311	0,00533	0,02136	0,045
Какао с молоком	113,08280	0,00322	0,00326	0,01600	0,2
Итого:	529,68850	0,01489	0,01748	0,07505	0,465
Обед					
Салат из помидоров 60 гр.	42,48120	0,00075	0,00313	0,00328	0,06
Суп картофельный с зеленым горошком со сметаной	68,06350	0,00152	0,00279	0,00790	0,2
Суфле из мяса говядины 80 гр.	274,87920	0,01972	0,01743	0,00242	0,08
Рагу из овощей..	122,77000	0,00286	0,00475	0,01530	0,15
Компот из сухофруктов.	75,30560	0,00049	0,00003	0,01708	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	54,84300	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,66200	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль 3 гр	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
Чеснок 6 гр	2,34600	0,00033	0,00000	0,00030	0,006
Итого:	687,35050	0,02916	0,02867	0,06885	0,749
Полдник					
Повидло	50,92500	0,00008	0,00000	0,01331	0,02
Запеканка морковная 155 гр.	174,01720	0,00382	0,00576	0,03088	0,155
Чай с сахаром.	49,76270	0,00000	0,00000	0,01181	0,2
Хлеб пшеничный 10 гр	23,33100	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	298,0359	0,0046653	0,0058474	0,060999	0,385
Всего:	1594,86277	49,7242	52,1959	225,1001	1,799

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

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Напиток из шиповника	75,91160	0,00032	0,00000	0,01817	0,2
Итого:	75,91160	0,00032	0,00000	0,01817	0,2
Завтрак					
Каша манная молочная со сливоч. маслом	178,81360	0,00472	0,00676	0,02150	0,2
Батон с маслом с сыром 40/5/9	164,74600	0,00544	0,00774	0,02136	0,051
Кофейный напиток с молоком	117,02870	0,00280	0,00282	0,01687	0,2
Итого:	460,58830	0,01297	0,01732	0,05973	0,451
Обед					
Кукуруза консервированная	49,61740	0,00117	0,00022	0,00929	0,05
Рассольник "Ленинградский" со сметаной	96,69130	0,00195	0,00299	0,01401	0,2
Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины 230 гр	399,91700	0,01777	0,01664	0,03603	0,23
Компот из ягод замороженных 150 г	107,22160	0,00038	0,00007	0,02445	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	54,84300	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,66200	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	754,95230	0,02477	0,02046	0,10634	0,735
Полдник					
Суп молочный с лапшой 0,15	80,63730	0,00247	0,00287	0,00939	0,15
Чай с сахаром.	49,76270	0,00000	0,00000	0,01181	0,2
Пирожок с яйцом и зеленым луком 60 г	242,33190	0,00848	0,00591	0,03919	0,06
Хлеб пшеничный 10 гр	23,33100	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	396,06290	0,01171	0,00887	0,06540	0,42
Всего:	1673,07548	49,76430	46,63860	249,64330	1,806

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

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Сок фруктовый 200 гр	92,92000	0,00100	0,00020	0,02020	0,2
Итого:	92,92000	0,00100	0,00020	0,02020	0,2
Завтрак					
Каша из овсяных хлопьев на молоке со сливочным маслом .	189,57010	0,00537	0,00795	0,02311	0,2
Батон с маслом	132,71400	0,00311	0,00533	0,02136	0,045
Чай с сахаром.	49,76270	0,00000	0,00000	0,01181	0,2
Итого:	372,04680	0,00848	0,01328	0,05627	0,445
Обед					
Салат из квашеной капусты с луком 50 гр	53,28760	0,00107	0,00305	0,00644	0,05
Суп-лапша домашняя на курином бульоне	66,65300	0,00203	0,00145	0,01003	0,2
Азу.	444,89560	0,02483	0,02342	0,02333	0,23
Компот из сухофруктов.	75,30560	0,00049	0,00003	0,01708	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	54,84300	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,66200	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	741,64680	0,03191	0,02849	0,07945	0,735
Полдник					
Суфле творожное 150 гр	455,59410	0,01803	0,02777	0,02043	0,15
Сгущенное молоко 15 гр	49,66400	0,00111	0,00131	0,00860	0,015
Чай с сахаром.	49,76270	0,00000	0,00000	0,01181	0,2
Хлеб пшеничный 10 гр	23,33100	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	578,35180	0,01989	0,02917	0,04585	0,375
Всего:	1770,38074	61,28380	71,12840	201,77350	1,755

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

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Яблоко 100гр	40,05000	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Итого:	40,05000	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
Завтрак					
Омлет натуральный 150 гр.	222,81700	0,01176	0,01507	0,00379	0,15
Батон с маслом с сыром 40/5/9	164,74600	0,00544	0,00774	0,02136	0,051
Какао с молоком	113,08280	0,00322	0,00326	0,01600	0,2
Итого:	500,64580	0,02043	0,02608	0,04114	0,401
Обед					
Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растит.маслом 45гр.	58,13650	0,00129	0,00312	0,00487	0,045
Борщ с фасолью и сметаной 200гр	86,10800	0,00130	0,00448	0,00938	0,2
Тефтели рыбные	145,45070	0,01227	0,00447	0,00521	0,08
Макаронные изделия отварные .	224,59370	0,00492	0,00572	0,03412	0,15
Напиток из клюквы	65,29650	0,00014	0,00000	0,01512	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	54,84300	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,66200	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	681,09040	0,02342	0,01833	0,09127	0,73
Полдник					
Суп молочный с крупой 0,200	116,65500	0,00349	0,00454	0,01300	0,2
Чай с лимоном 200 гр	39,94550	0,00004	0,00000	0,00930	0,2
Шанежка с картофелем*1	215,26220	0,00504	0,00703	0,02774	0,08
Хлеб пшеничный 10 гр	23,33100	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	395,19370	0,00932	0,01167	0,05505	0,49
Всего:	1602,95155	53,5202	56,4233	197,8483	1,721

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

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
	0,625				
Ряженка 150 г	127,10880	0,00449	0,00899	0,00614	0,15
Итого:	127,10880	0,00449	0,00899	0,00614	0,15
Завтрак					
Каша манная молочная со сливочным маслом	176,01590	0,00453	0,00675	0,02107	0,2
Батон с маслом с сыром 40/5/9	164,74600	0,00544	0,00774	0,02136	0,051
Кофейный напиток с молоком 200 гр	105,54500	0,00280	0,00282	0,01414	0,2
Итого:	446,30690	0,01278	0,01730	0,05658	0,451
Обед					
Помидор порционный 45 гр	12,33490	0,00058	0,00011	0,00266	0,045
Суп рыбный с крупой.	136,76320	0,00841	0,00284	0,01732	0,2
Запеканка картофельная с печенью	288,74000	0,01663	0,00897	0,02986	0,2
Компот из яблок 200г	62,40160	0,00007	0,00007	0,01479	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	54,84300	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,66200	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	611,33800	0,02965	0,01261	0,08925	0,695
Полдник					
Капуста цветная отварная с маслом	83,03000	0,00382	0,00369	0,00798	0,15
Чай с молоком.	97,75100	0,00276	0,00296	0,01357	0,2
Хлеб пшеничный 10 гр	23,33100	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	204,11200	0,00734	0,00674	0,02656	0,36
Всего:	1381,04627	54,26530	45,63020	178,52820	1,691

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

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Апельсин 100 гр	28,40000	0,00063	0,00014	0,00721	0,1
Итого:	28,40000	0,00063	0,00014	0,00721	0,1
Завтрак					
Каша ячневая молочная со сливочным маслом	181,83350	0,00467	0,00682	0,02212	0,2
Батон с маслом	132,71400	0,00311	0,00533	0,02136	0,045
Чай 200 гр,	38,27900	0,00000	0,00000	0,00908	0,2
Итого:	352,82650	0,00777	0,01214	0,05256	0,445
Обед					
Салат из морской капусты и моркови с яйцом и растительным маслом 50 гр.	85,71110	0,00114	0,00761	0,00345	0,05
Суп-лапша на курином бульоне 0,200	89,07860	0,00173	0,00306	0,01198	0,2
Суп овощной на вегетарианском бульоне со сметаной	64,46170	0,00134	0,00277	0,00781	0,2
Гуляш из отварного мяса (ясли 60г, сад 80г)	120,15510	0,01150	0,01005	0,00452	0,08
Картофель отварной 150 г/	143,86440	0,00283	0,00271	0,02473	0,15
Кисель с витаминами "Витошка"	23,98750	0,00000	0,00000	0,00546	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	54,84300	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,66200	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	628,76340	0,02204	0,02675	0,08051	0,935
Полдник					
Макаронные изделия отварные с сыром 150 гр	231,70580	0,00699	0,00609	0,03263	0,15
Чай с молоком.	97,75100	0,00276	0,00296	0,01357	0,2
Мармелад 35 гр	103,57550	0,00014	0,00000	0,02681	0,035
Хлеб пшеничный 10 гр	23,33100	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	456,36330	0,01065	0,00913	0,07802	0,395
Всего:	1508,34357	41,1	48,1663	218,2983	1,875

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

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Второй завтрак					
Напиток из шиповника	75,91160	0,00032	0,00000	0,01817	0,2
Итого:	75,91160	0,00032	0,00000	0,01817	0,2
Завтрак					
Каша пшенная молочная со сливочным маслом	196,91280	0,00538	0,00728	0,02268	0,2
Батон с маслом	132,71400	0,00311	0,00533	0,02136	0,045
Чай 200 гр,	38,27900	0,00000	0,00000	0,00908	0,2
Итого:	367,90580	0,00849	0,01261	0,05313	0,445
Обед					
Салат из огурцов с растительным маслом	26,16670	0,00047	0,00206	0,00210	0,05
Рассольник "Ленинградский" со сметаной	96,69130	0,00195	0,00299	0,01401	0,2
Тефтели из говядины паровые.	191,10600	0,01216	0,01117	0,00560	0,08
Свекла, тушенная со сметаной.	115,99850	0,00241	0,00465	0,01736	0,15
Компот из чернослива и изюма 200 гр	97,33370	0,00033	0,00000	0,02341	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	54,84300	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Хлеб пшеничный 20 гр	46,66200	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
Итого:	628,80120	0,02082	0,02141	0,08505	0,73
Полдник					
Омлет с зеленым горошком (запеченный) - 150 гр.	171,55610	0,01088	0,00937	0,00647	0,15
Чай с сахаром.	49,76270	0,00000	0,00000	0,01181	0,2
Печенье 30 гр	138,77400	0,00312	0,00156	0,02304	0,03
Хлеб пшеничный 10 гр	23,33100	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
Итого:	383,42380	0,01476	0,01102	0,04633	0,39
Всего:	1444,99980	44,38830	45,03670	202,68340	1,765

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430366

Владелец Абильдаева Марина Васильевна

Действителен с 17.04.2024 по 17.04.2025