

Заведующий МБДОУ "Улыбка"  
Афанасьева О.В.  
20.04.2026



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: ЯСЛИ 1-3

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 1</b>							
ЗАВТРАК	Каша ячневая вязкая	150	4,82	4,71	22,24	165	227
	Бутерброды с вареной сгущенкой	40	2,30	0,29	14,05	62,13	472
	Чай с молоком	160	1,17	0,99	6,69	39,92	460
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>360</b>	<b>8,29</b>	<b>5,99</b>	<b>42,98</b>	<b>267,05</b>	
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый	130	0,00	0,00	15,60	62,4	501
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>130</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>15,60</b>	<b>62,4</b>	
ОБЕД	Икра кабачковая	40	0,76	3,56	3,08	36	150
	Рассольник	180	5,40	8,91	15,05	172,17	99
	Тефтели из говядины	50	7,01	6,20	5,87	130,26	350
	Макаронные изделия отварные	110	4,81	2,73	29,48	172,44	256
	Соус красный основной	15	0,29	1,75	1,86	24,39	422
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,04	0,00	7,85	51,79	495
	Хлеб пшеничный йодированный	10	0,79	0,10	4,83	21,36	573
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,54	40,2	575
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>605</b>	<b>20,64</b>	<b>23,63</b>	<b>75,66</b>	<b>648,61</b>
ПОЛДНИК	"Бантики"	50	4,47	3,87	28,90	170,2	528
	Кисломолочный напиток	150	4,50	9,00	6,15	97,5	470
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>200</b>	<b>8,97</b>	<b>12,87</b>	<b>35,05</b>	<b>267,7</b>	
УЖИН	Суп с рыбными консервами	180	8,48	14,15	14,65	198	122
	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	180	0,31	0,07	13,41	56,86	494/1
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	573/1
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,54	40,2	575/2
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>400</b>	<b>11,91</b>	<b>14,70</b>	<b>45,26</b>	<b>337,78</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1685</b>	<b>49,81</b>	<b>57,09</b>	<b>214,45</b>	<b>1583,54</b>	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: ДЕТСКИЙ САД 3-7

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 1</b>							
ЗАВТРАК	Каша ячневая вязкая	200	6,42	6,28	29,66	220	227
	Бутерброды с вареной сгущенкой	55	3,16	0,40	19,32	85,43	472
	Чай с молоком	180	1,31	1,12	7,52	44,91	460
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>435</b>	<b>10,89</b>	<b>7,80</b>	<b>56,50</b>	<b>350,34</b>	
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый	150	0,00	0,00	18,00	72	501
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>150</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>18,00</b>	<b>72</b>	
ОБЕД	Икра кабачковая	50	0,95	4,45	3,85	45	150
	Рассольник	200	6,00	9,90	16,72	191,3	99
	Тефтели из говядины	70	9,81	8,68	8,22	182,36	350
	Макаронные изделия отварные	130	5,68	3,22	34,84	203,79	256
	Соус красный основной	20	0,38	2,33	2,48	32,52	422
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0,00	8,72	57,54	495
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	573
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,54	40,2	575
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>710</b>	<b>25,98</b>	<b>29,06</b>	<b>92,03</b>	<b>795,43</b>
ПОЛДНИК	"Бантики"	60	5,36	4,64	34,67	204,24	528
	Кисломолочный напиток	190	5,70	11,40	7,79	123,5	470
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>250</b>	<b>11,06</b>	<b>16,04</b>	<b>42,46</b>	<b>327,74</b>	
УЖИН	Суп с рыбными консервами	200	9,42	15,72	16,28	220	122
	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм)	200	0,34	0,08	14,90	63,18	494/1
	Хлеб пшеничный йодированный	20	1,58	0,20	9,66	42,72	573/1
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,31	0,42	11,31	60,3	575/2
	Конфеты шоколадные	20	0,40	1,80	15,80	107	12
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>470</b>	<b>14,05</b>	<b>18,22</b>	<b>67,95</b>	<b>493,2</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>2015</b>	<b>61,98</b>	<b>71,12</b>	<b>276,94</b>	<b>2038,71</b>	