

Утверждаю
 Заведующая МДОУ
 "Детский сад №87
 комбинированного вида"

О.А. Косякова
 Приказ № 192 от

МЕНЮ
Ясли 12 часов
ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОНИК С СЫРОМ И ЯЙЦОМ		150	7,0	9,9	21,3	202,9
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ РОЖКИ	32	32	3,5	0,5	21,2	103,4
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	4,3	4,13	1	1,3	0	15,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,13	2,5	2,2	0,1	30,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30/7	2,2	5,8	14,7	119,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	7	7	0	5,6	0,1	50,8
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		8,1	32,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,65	0,65	0,1	0	0,3	1,6
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
			9,3	15,7	44,1	355,1
II Завтрак						
СОК		150	0,8	0,2	15,2	64,5
СОК	150	150	0,8	0,2	15,2	64,5
			0,8	0,2	15,2	64,5
Обед						
САЛАТ "ЗАРЯ"		50	0,4	1,9	2,4	29,7
КАПУСТА МАРИНОВАННАЯ	30	30	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	5	3,25	0,1	0	0,2	1,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4	3,36	0	0	0,3	1,4
СВЕКЛА	30	23,25	0,3	0	1,9	9,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ НА М/Б		180	7,0	6,3	19,1	162,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,6	0,2	10,2	48,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,04	0,8	0,7	0	9,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	70	49	1	0,2	7,8	36,6
МОРКОВЬ	9	6,98	0,1	0	0,5	2,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	3,2	2,8	0	38,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1	1	0	1	0	8,7
ГРЕЧКА ПО БАРСКИ С КУРИЦЕЙ		130	9,7	10,1	19,5	208,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,88	0,1	0	0,5	2,3

МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	43	30,96	5,4	5,5	0	71,5
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	33	32,67	4	1,1	18,1	97,6
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		150			6,8	27,1
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
			19,6	18,7	64,3	506,9
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,3	3,7	7,0	78,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	3,7	7	78,6
БУЛОЧКА "ДОРОЖНАЯ"		70	6,3	5,8	31,2	201,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,5	1	10,5
ДРОЖЖИ	0,7	0,7	0,1	0	0	0,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,28 шт.	11,27	1,4	1,3	0,1	17,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,2	0,5	27,2	129,6
			10,6	9,5	38,2	280,1
Ужин						
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		120	3,0	2,8	19,2	113,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15,7
КАРТОФЕЛЬ	160	112	2,1	0,4	17,8	83,6
КАБАЧКОВАЯ ИКРА		50	0,9	4,1	3,6	54,8
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	50	47,5	0,9	4,1	3,6	54,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150	3,0	2,4	12,5	84,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,2	0	1	4,5
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ		30	2,2	0,2	14,6	68,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
			9,1	9,5	49,9	321,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,4	53,6	211,7	1,528,2

Утверждаю
Заведующая МДОУ
"Детский сад №87
комбинированного вида"
_____ О.А.
Косякова Приказ № 192
— 21.08.2022 —

МЕНЮ
Ясли 12 часов
ДЕНЬ 2

	Выход	Химический состав	Энергетическая
--	-------	-------------------	----------------

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
Завтрак						
ГЕРКУЛЕСОВАЯ КАША ВЯЗКАЯ С ИЗЮМОМ		150	5,4	7,7	21,7	179,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	21	21	2,5	1,3	12,6	71,7
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	4	4	0,1	0	2,5	10,9
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ		30/6/4	3,2	7,1	14,7	134,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	7	7	0	5,6	0,1	50,8
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	4,3	4,13	1	1,3	0	15,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150	3,0	2,4	11,4	79,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,7	1,7	0,2	0	0,9	4,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
			11,6	17,2	47,8	393,7
II Завтрак						
ФРУКТЫ		200	0,7	0,7	16,7	80,2
ЯБЛОКИ	200	176	0,7	0,7	16,7	80,2
			0,7	0,7	16,7	80,2
Обед						
САЛАТ "МОРКОВКА С ЯБЛОКОМ"		50	0,6	1,9	4,7	39,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МОРКОВЬ	55	42,63	0,6	0	2,8	14,5
ЯБЛОКИ	10	8,8	0	0	0,9	4,0
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
САЛАТ "СВЕКОЛКА С СУХОФРУКТАМИ"		50	1,0	2,0	9,2	59,5
СВЕКЛА	50	38,75	0,6	0	3,3	15,8
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	5	5	0,3	0	2,6	11,6
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	5	5	0,1	0	3,3	14,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	2	0	18,0
СУП С КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ СО СМЕТАНОЙ		180	5,6	7,3	13,7	145,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
МОРКОВЬ	9	6,98	0,1	0	0,5	2,3
КАРТОФЕЛЬ	75	52,5	1,1	0,2	8,3	39,2
КРУПА РИСОВАЯ	6	5,94	0,4	0,1	4,3	19,2
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	18	3,2	3,2	0	41,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ИЗ КУРИЦЫ		160	9,9	11,0	15,1	201,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	160	128	2,2	0,1	5,8	34,7
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	45	32,4	5,7	5,8	0	74,8
КРУПА РИСОВАЯ	8	7,92	0,6	0,1	5,7	25,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,04	0,8	0,7	0	9,2
МОРКОВЬ	12	9,3	0,1	0	0,6	3,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0

МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9.7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		150			7.8	30.9
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0.0
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,5	0,4	16,5	79.2
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	2,5	0,4	16,5	79.2
			19.6	22.6	67.0	555.8
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,3	3,7	7,0	78.6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	3,7	7	78.6
ВАФЛИ		20	0,6	0,7	15,0	68.7
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ	20	20	0,6	0,7	15	68.7
			4.9	4.4	22.0	147.3
Ужин						
ТВОРОЖЕНО МАННЫЙ ПУДИНГ С ЯБЛ.ПЮРЕ		120/20	15,5	13,4	13,4	238.3
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	75	75	13,1	6,6	2,2	123.0
КРУПА МАННАЯ	8	8	0,8	0,1	5,4	25.5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26.2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21.7
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11.6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,08	1,5	1,4	0,1	18.4
ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	15	15	0,1	0	2,8	11.9
ЧАЙ С МОЛОКОМ		150	1,3	1,0	7,8	45.6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,55	0,55	0,1	0	0,2	1.4
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23.2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1	1,8	21.0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ		30	2,2	0,2	14,6	68.9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68.9
			19.0	14.6	35.8	352.8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55.8	59.5	189.3	1,529.8

Утверждаю
Заведующая МДОУ
"Детский сад №87
комбинированного вида"
_____ О.А.
Косякова Приказ № 192
-- 21.08.2022 --

МЕНЮ
Если 12 часов
ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ		150	5,6	6,5	22,5	172.1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	2,7	5,1	57.6
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7.8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29.0

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
ПШЕНО	23	22,77	2,5	0,6	15,5	77.7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ		35/6/4	3.6	6.4	17.1	139.0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	35	35	2,6	0,2	17,1	80.4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	6	6	0	4,9	0	43.6
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	4,3	4,13	1	1,3	0	15.0
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0.1		7.1	28.7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,65	0,65	0,1	0	0,3	1.6
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27.1
			9.3	12.9	46.7	339.8
II Завтрак						
СОК		150	0.8	0.2	14.7	62.6
СОК	150	150	0,8	0,2	14,7	62.6
			0.8	0.2	14.7	62.6
Обед						
САЛАТ "СВЕТОФОР"		50	1.0	1.0	3.6	27.5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1	1	0	1	0	8.7
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	12	8,4	0,3	0	0,5	3.3
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3.9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	35	28	0,5	0	1,3	7.6
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4.0
ТОМАТ СОЛЕНЫЙ		40	0.4		1.0	5.6
ТОМАТЫ СОЛЕННЫЕ	40	40	0,4	0	1	5.6
ЦИТРУСОВЫЕ ФРУКТЫ НА КИСЛОМ СМЕТАНОЙ		180	3.9	4.8	9.0	97.8
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2.6
КАРТОФЕЛЬ	70	49	1	0,2	7,8	36.6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1.6
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4	2,5	2,5	0	33.3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1	1	0	1	0	8.7
КАПУСТА МАРИНОВАННАЯ	40	40	0	0	0	0.0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1	1	0	0	0,2	1.0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	7	7	0,2	1,1	0,2	14.0
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ		60	8.4	4.4	4.2	90.5
РЫБА с/м	90	41,4	6,9	0,2	0	29.3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	7	7	0,5	0	3,4	16.1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,1	0	0,4	2.0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,04	0,8	0,7	0	9.2
МОРКОВЬ	7	5,43	0,1	0	0,4	1.8
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ		120	2.5	4.6	24.8	152.1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21.7
КРУПА РИСОВАЯ	32	31,68	2,1	0,3	22,7	102.3
МОРКОВЬ	25	19,38	0,3	0	1,3	6.6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		150			6.8	27.1
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27.1
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0.0
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2.5	0.4	16.5	79.2
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	2,5	0,4	16,5	79.2
			18.7	15.2	65.9	479.8

Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,3	3,7	7,0	78.6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	3,7	7	78.6
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	1,9	14,5	80.9
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА	20	20	1,5	1,9	14,5	80.9
			5.8	5.6	21.5	159.5
Ужин						
САЛАТ"ИЗЮМИНКА"		50	0,8	1,0	6,5	38.5
СВЕКЛА	60	46,5	0,7	0	4	18.9
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	4	4	0,1	0	2,5	10.9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1	1	0	1	0	8.7
ОЛАДУШКИ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ		90/15	5,9	8,5	23,3	197.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15.7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21.7
САХАР ПЕСОК	0	0	0	0	0	0.0
ДРОЖЖИ	0,8	0,8	0,1	0	0	0.6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,08	1,5	1,4	0,1	18.4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	30	30	3,1	0,4	20,4	97.2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22.0
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3.9
КАКАО С МОЛОКОМ		150	3,1	2,6	11,6	83.2
КАКАО-ПОРОШОК	1,3	1,3	0,3	0,2	0,1	3.7
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27.1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52.4
			9.8	12.1	41.4	318.7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			44.4	46.0	190.2	1,360.4

Утверждаю
 Заведующая МДОУ
 "Детский сад №87
 комбинированного вида"
 _____ О.А.
 Косякова Приказ № 192
 от 31.08.2023г.

МЕНЮ Если 12 часов ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ		150	4,9	5,3	17,1	135.8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21.7
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47.1
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	20	19,8	2,4	0,7	11	59.2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7.8
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ		30/6/4	3,2	6,4	14,6	127.5
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68.9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	6	6	0	4,9	0	43.6

СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	4,3	4,13	1	1,3	0	15,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150	3,0	2,4	11,4	79,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,6	1,6	0,2	0	0,9	4,0
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
			11.1	14.1	43.1	342.9
II Завтрак						
СОК		150				
СОК	150	150	0	0	0	0,0
Обед						
САЛАТ "КАПУСТКА"		50	0,2	1,9	0,4	20,1
КАПУСТА МАРИНОВАННАЯ	45	45	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	8	8	0,1	0	0,1	1,0
СВЕКОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ		180	4,7	5,1	13,3	121,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
КАРТОФЕЛЬ	70	49	1	0,2	7,8	36,6
СВЕКЛА	60	46,5	0,7	0	4	18,9
МОРКОВЬ	9	6,98	0,1	0	0,5	2,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1	1	0	1	0	8,7
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4	2,5	2,5	0	33,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ПЕЧЕНЬ ОТВАРНАЯ С ОВОЩАМИ		60	7,1	4,9	3,3	93,6
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	40	37,2	6,5	1,4	0	45,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		130	3,0	3,6	19,2	121,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	160	112	2,1	0,4	17,8	83,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15,7
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		150			6,8	27,1
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
			17.5	15.9	59.5	462.2
Полдник						
МОЛОКО		150	4,3	3,7	7,0	78,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	3,7	7	78,6
ПЛЮШКА С САХАРОМ		70	5,4	5,4	27,8	180,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	35	35	3,7	0,5	23,8	113,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,5	1	10,5
ДРОЖЖИ	0,8	0,8	0,1	0	0	0,6
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12,2
			9.7	9.1	34.8	259.0

Ужин

СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	110/12		17,6	12,2	25,3	283,8
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	80	80	14	7	2,3	131,1
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,08	1,5	1,4	0,1	18,4
ПОВИДЛО	10	10	0	0	6,4	25,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	20	20	2,1	0,3	13,6	64,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КИСЕЛЬ	150				15,4	61,9
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА	15	15	0	0	11,5	46,4
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30		2,2	0,2	14,6	68,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
			19,8	12,4	55,3	414,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			58,1	51,5	192,7	1,478,7

Утверждаю
 Заведующая МДОУ
 "Детский сад №87
 комбинированного вида"
 _____ О.А.
 Косякова Приказ № 192
 от 21.08.2022г.

МЕНЮ
Ясли 12 часов
ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100		9,8	14,0	1,9	172,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,8 шт.	72,45	8,9	8,1	0,5	110,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	30/6/4		3,2	6,4	14,6	127,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	4,3	4,13	1	1,3	0	15,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
КАКАО С МОЛОКОМ	150		2,8	2,4	13,0	85,4
КАКАО-ПОРОШОК	1,25	1,25	0,3	0,2	0,1	3,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
			15,8	22,8	29,5	385,4
II Завтрак						
ФРУКТЫ	200		0,7	0,7	17,2	82,7
ЯБЛОКИ	200	176	0,7	0,7	17,2	82,7
			0,7	0,7	17,2	82,7

Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕН ГОРОШКОМ		50	0,9	1,0	4,5	30,6
СВЕКЛА	60	46,5	0,7	0	4	18,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1	1	0	1	0	8,7
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВЫ	12	7,8	0,2	0	0,5	3,0
СОЛЬ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ		180	6,8	6,7	16,4	156,1
ГОРОХ ЛУЩЕНЬЙ	9	8,96	2	0,1	4,2	26,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
КАРТОФЕЛЬ	70	49	1	0,2	7,8	36,6
МОРКОВЬ	9	6,98	0,1	0	0,5	2,3
КОНСЕРВЫ ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ	18	18	2,9	3	0	38,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СУХАРИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	8	8	0,5	0,1	3,3	15,8
ТУШЕНАЯ КАПУСТА С КУРИЦЕЙ		160	8,3	11,0	8,0	167,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	13	10,08	0,1	0	0,7	3,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,88	0,1	0	0,5	2,3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	170	136	2,3	0,1	6,2	37,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	45	32,4	5,7	5,8	0	74,8
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		150			8,7	34,8
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
			18,5	19,1	54,1	467,7
Полдник						
МОЛОКО		150	4,3	3,7	7,0	78,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	3,7	7	78,6
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	1,9	14,5	80,9
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА	20	20	1,5	1,9	14,5	80,9
			5,8	5,6	21,5	159,5
Ужин						
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ		160	10,9	7,8	14,6	170,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
РЫБА с/м	87	40,02	6,7	0,2	0	28,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,08	1,5	1,4	0,1	18,4
МОРКОВЬ	26	20,15	0,3	0	1,4	6,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2,7
КАРТОФЕЛЬ	100	70	1,4	0,3	11,1	52,3
СОЛЕНЬЙ ОГУРЕЦ		40	0,3		0,7	5,2
ОГУРЦЫ СОЛЕНЬЕ	40	40	0,3	0	0,7	5,2
ЧАЙ С МОЛОКОМ		150	2,6	2,2	11,3	75,8
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,65	0,65	0,1	0	0,3	1,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ		30	2,2	0,2	14,6	68,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9

	16.0	10.2	41.2	320.7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	56.8	58.4	163.5	1,416.0

Утверждаю
Заведующая МДОУ
"Детский сад №87
комбинированного вида"

_____ О.А.
Косякова Приказ № 192
21.09.2022

МЕНЮ
Ясли 12 часов
ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ДРУЖБА	150		3,2	4,9	27,5	166,3
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	15	15	1,1	1,3	8,1	47,7
КРУПА РИСОВАЯ	15	14,85	1	0,1	10,7	48,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
ПШЕНО	10	9,9	1,1	0,3	6,8	33,8
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЫРОМ	30/6/4		3,1	6,3	14,6	126,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
СЫР РОССИЙСКИЙ	4,3	3,91	0,9	1,2	0	13,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150		0,2		7,9	32,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
			6,5	11,2	50,0	324,6
II Завтрак						
СОК	150		0,8	0,2	14,7	62,6
СОК	150	150	0,8	0,2	14,7	62,6
			0,8	0,2	14,7	62,6
Обед						
САЛАТ "ВИТАМИННЫЙ"	50		1,0	1,9	2,6	32,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	55	44	0,8	0	2	11,9
МОРКОВЬ	6	4,65	0,1	0	0,3	1,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	45		0,5	1,0	4,2	28,8
МОРКОВЬ	45	34,88	0,5	0	2,3	11,8
ЯБЛОКИ	10	8,8	0	0	0,9	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1	1	0	1	0	9,0
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	4,0
СУП С ЯЙЦОМ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	180		4,1	6,1	8,9	110,0
КАРТОФЕЛЬ	70	49	1	0,2	7,8	36,6

МОРКОВЬ	9	6,98	0,1	0	0,5	2.3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1.6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	15	10,8	1,9	1,9	0	24.9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,04	0,8	0,7	0	9.2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17.9
ТЕФТЕЛИ ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ		60	9.5	5.8	6.5	126.5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,1	0	0,4	2.0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,125 шт.	5,03	0,6	0,6	0	7.7
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	50	46,5	8,1	1,6	0	57.3
МОРКОВЬ	7	5,43	0,1	0	0,4	1.8
КРУПА РИСОВАЯ	8	7,92	0,6	0,1	5,7	25.6
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		120	2.5	4.1	16.5	112.7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,5	1	10.5
КАРТОФЕЛЬ	140	98	1,9	0,4	15,5	73.2
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		150			7.8	30.9
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0.0
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2.5	0.4	16.5	79.2
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	2.5	0.4	16.5	79.2
			20.1	19.3	63.0	520.7
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4.3	3.7	7.0	78.6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	3,7	7	78.6
ПЕЧЕНЬЕ		20	1.5	1.9	14.5	80.9
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА	20	20	1,5	1,9	14,5	80.9
			5.8	5.6	21.5	159.5
Ужин						
САЛАТ "МОРКОВКА"		50	0.7	1.1	4.4	29.6
МОРКОВЬ	64,52	50	0,7	0,1	3,4	17.0
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3.9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1	1	0	1	0	8.7
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ		30	0.2		0.5	3.9
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	30	30	0,2	0	0,5	3.9
РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ		130	13.0	10.1	3.2	156.2
РЫБА ПИКША	75	34,5	5,7	0,2	0	24.4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,2 шт.	48,3	5,9	5,4	0,3	73.5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1	1,8	21.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
МОРКОВЬ	20	15,5	0,2	0	1,1	5.2
ЧАЙ С МОЛОКОМ		150	3.2	2.7	12.1	86.1
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27.1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,55	0,55	0,1	0	0,2	1.4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	2,7	5,1	57.6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ		30	2.2	0.2	14.6	68.9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68.9
			19.3	14.1	34.8	344.7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52.5	50.4	184.0	1,412.1

Утверждаю
Заведующая МДОУ
"Детский сад №87
комбинированного вида"

О.А.
Косякова Приказ № 192

— 21.08.2022 —

МЕНЮ
Ясли 12 часов
ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША НЕЖНОСТЬ		150	5,3	5,8	19,6	151,7
КРУПА МАННАЯ	10	10	1	0,1	6,9	31,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	2,7	5,1	57,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
КРУПА ОВСЯНАЯ	10	9,85	1,2	0,6	5,7	32,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ		30/6/4	3,2	6,4	14,6	127,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	4,3	4,13	1	1,3	0	15,0
КАКАО С МОЛОКОМ		150	3,4	2,9	11,0	84,3
КАКАО-ПОРОШОК	1,25	1,25	0,3	0,2	0,1	3,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	2,7	5,1	57,6
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
			11,9	15,1	45,2	363,5
II Завтрак						
ФРУКТЫ		200	0,7	0,7	16,7	80,2
ЯБЛОКИ	200	176	0,7	0,7	16,7	80,2
			0,7	0,7	16,7	80,2
Обед						
САЛАТ "ВИНЕГРЕТ"		50	0,9	1,1	5,5	35,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1	1	0	1	0	8,7
СВЕКЛА	25	19,38	0,3	0	1,6	7,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,35	0,35	0	0	0	0,0
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	6	6	0	0	0,1	0,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	3	2,52	0	0	0,2	1,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	6	3,9	0,1	0	0,3	1,6
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
КАРТОФЕЛЬ	25	17,5	0,4	0,1	2,8	13,1
КАПУСТА МАРИНОВАННАЯ	18	18	0	0	0	0,0
ЩИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ		180	4,9	6,3	10,9	124,4
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
КАРТОФЕЛЬ	70	49	1	0,2	7,8	36,6
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50	40	0,7	0	1,8	10,9
МОРКОВЬ	9	6,98	0,1	0	0,5	2,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1	1	0	0	0,2	1,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5

КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	22	15,84	2,8	2,8	0	36.6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,35	0,35	0	0	0	0.0
БАЛОНЕЗ ИЗ КУРИЦЫ		60	7.6	10.6	3.6	141.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9.7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3.3
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2.6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1.9
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	55	39,6	7	7,1	0	91.4
МАКАРОНЫЕ ИЗ ДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		100	3,5	2,9	21,2	125.1
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21.7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ РОЖКИ	32	32	3,5	0,5	21,2	103.4
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		150			5,8	23.2
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23.2
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0.0
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,5	0,4	16,5	79.2
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	2,5	0,4	16,5	79.2
			19.4	21.3	63.5	528.6
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,3	3,7	7,0	78.6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	3,7	7	78.6
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ		70	5,9	5,9	31,9	203.3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,5	1	10.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7.8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,08	1,5	1,4	0,1	18.4
ДРОЖЖИ	0,7	0,7	0,1	0	0	0.5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	35	35	3,7	0,5	23,8	113.4
ПОВИДЛО	8	8	0	0	5,1	20.6
			10.2	9.6	38.9	281.9
Ужин						
ТВОРОЖЕНО-МАННЫЙ ПУДИНГ С ЯБЛОЧНЫМ ПЮРЕ		110/10	15.7	11.6	13.9	225.0
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	75	75	13,1	6,6	2,2	123.0
КРУПА МАННАЯ	10	10	1	0,1	6,9	31.9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11.6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,08	1,5	1,4	0,1	18.4
ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	10	10	0,1	0	1,8	8.0
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		6,1	24.8
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23.2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,65	0,65	0,1	0	0,3	1.6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,2	0,2	14,6	68.9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОИ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68.9
			18.0	11.8	34.6	318.7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			60.2	58.5	198.9	1,572.9

Утверждаю
 Заведующая МДОУ
 "Детский сад №87
 комбинированного вида"

_____ О.А.
 Косякова Приказ № 192

МЕНЮ
Ясли 12 часов
ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ		150	5,4	6,1	22,7	167,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	2,7	5,1	57,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КРУПА МАННАЯ	23	23	2,3	0,2	15,7	73,4
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ		30/6	3,2	6,4	14,6	127,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	4,3	4,13	1	1,3	0	15,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		150	3,3	2,7	13,0	89,6
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	2,7	5,1	57,6
			11,9	15,2	50,3	384,9
II Завтрак						
СОК		150	0,8	0,2	14,7	62,6
СОК	150	150	0,8	0,2	14,7	62,6
			0,8	0,2	14,7	62,6
Обед						
ТОМАТ СОЛЕННЫЙ		50	0,6		1,2	6,8
ТОМАТЫ СОЛЕННЫЕ	50	50	0,6	0	1,2	6,8
БОРЩ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ		180	6,2	6,1	15,6	143,6
КАРТОФЕЛЬ	70	49	1	0,2	7,8	36,6
МОРКОВЬ	9	6,98	0,1	0	0,5	2,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
КОНСЕРВЫ ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ	20	20	3,3	3,3	0	42,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
СВЕКЛА	70	54,25	0,8	0,1	4,7	22,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50	40	0,7	0	1,8	10,9
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	4	4	0,1	0,6	0,1	8,0
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ		60	10,3	6,3	2,7	123,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2	2	0,2	0	1,4	6,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	60	55,8	9,7	2	0	68,8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6

ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
МОРКОВЬ	8	6,2	0,1	0	0,4	2,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		130	2,9	4,2	19,8	128,4
КАРТОФЕЛЬ	170	119	2,3	0,5	18,8	88,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	20	20	0,6	0,5	1	10,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ		170	8,8	10,3	19,7	208,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	50	36	6,4	6,4	0	83,1
КАРТОФЕЛЬ	160	112	2,1	0,4	17,8	83,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	4,0
МОРКОВЬ	20	15,5	0,2	0	1,1	5,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		150			7,8	30,9
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,5	0,4	16,5	79,2
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	2,5	0,4	16,5	79,2
			31,3	27,3	83,3	719,9
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,3	3,7	7,0	78,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	3,7	7	78,6
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	1,9	14,5	80,9
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА	20	20	1,5	1,9	14,5	80,9
			5,8	5,6	21,5	159,5
Ужин						
САЛАТ "СВЕКЛА С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ"		50	0,9	2,0	4,5	39,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	10	10	0,1	0	0,2	1,3
СВЕКЛА	65	50,38	0,8	0,1	4,3	20,6
РЫБНЫЕ БИТОЧКИ С ОВОЩАМИ ПОД ТОМАТНЫМ СОУСОМ		110/10	9,0	6,0	9,7	128,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
РЫБА ПИКША	85	39,1	6,5	0,2	0	27,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10,06	1,3	1,2	0,1	15,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
КРУПА РИСОВАЯ	9	8,91	0,6	0,1	6,4	28,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,1	0	0,4	2,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МОРКОВЬ	8	6,2	0,1	0	0,4	2,1
КИСЕЛЬ		150			19,3	77,3
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА	15	15	0	0	11,5	46,4
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ		30	2,2	0,2	14,6	68,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
ХЛЕБ ОТРУБНОЙ	0,03	0,03	0	0	0	0,0
			12,1	8,2	48,1	313,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			61,9	56,5	217,9	1,640,7

Утверждаю
 Заведующая МДОУ
 "Детский сад №87
 комбинированного вида"

_____ О.А.
 Косякова Приказ № 192
 от 21.08.2022г.

МЕНЮ
Если 12 часов
ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП ЛАПША МОЛОЧНАЯ		150	5,0	6,1	19,3	153,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ СПАГЕТТИ	18	18	1,9	0,2	12,3	59,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	2,7	5,1	57,6
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ		30/7/4	3,2	6,4	14,6	127,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	4,3	4,13	1	1,3	0	15,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		6,1	24,8
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,65	0,65	0,1	0	0,3	1,6
			8,3	12,5	40,0	305,7
II Завтрак						
СОК		150	0,8	0,2	14,7	62,6
СОК	150	150	0,8	0,2	14,7	62,6
			0,8	0,2	14,7	62,6
Обед						
САЛАТ "КВ.КАПУСТА С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ"		50	1,0	1,0	2,6	23,8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	55	44	0,8	0	2	11,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1	1	0	1	0	8,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	6	3,9	0,1	0	0,3	1,6
СУП РЫБНЫЙ ИЗ ПИКШИ		180	4,6	2,5	15,4	101,6
КАРТОФЕЛЬ	70	49	1	0,2	7,8	36,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
МОРКОВЬ	9	6,98	0,1	0	0,5	2,3
ПШЕНО	10	9,9	1,1	0,3	6,8	33,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
РЫБА ПИКША	30	13,8	2,3	0,1	0	9,8
КУРИНЫЕ КОТЛЕТЫ		60	9,5	12,5	3,4	165,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,04	0,8	0,7	0	9,2

ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	7	7	0,5	0	3,4	16.1
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	65	46,8	8,2	8,3	0	108.1
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ		120	10,0	2,3	20,9	144.5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
ГОРОХ ЛУЩЕНЬИЙ	45	44,78	10	0,7	20,9	129.9
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		150			8,7	34.8
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34.8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0.0
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,5	0,4	16,5	79.2
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	2,5	0,4	16,5	79.2
			27.6	18.7	67.5	549.4
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,3	3,7	7,0	78.6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	3,7	7	78.6
БУЛОЧКА		70	7,3	6,3	34,0	220.3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	45	45	4,8	0,6	30,6	145.8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15.7
ДРОЖЖИ	0,7	0,7	0,1	0	0	0.5
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7.8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,08	1,5	1,4	0,1	18.4
			11.6	10.0	41.0	298.9
Ужин						
ИКРА ПО ДОМАШНЕМУ		50	0,9	6,5	2,5	71.8
ИКРА ПО ДОМАШНЕМУ	50	50	0,9	6,5	2,5	71.8
ОВОЩНОЕ РАГУ		150	2,9	3,7	12,0	94.7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	130	104	1,8	0,1	4,8	28.2
КАРТОФЕЛЬ	50	35	0,7	0,1	5,5	26.2
МОРКОВЬ	15	11,6	0,2	0	0,8	4.0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,88	0,1	0	0,5	2.3
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1.9
КАКАО С МОЛОКОМ		150	3,1	2,6	10,6	79.1
КАКАО-ПОРОШОК	1,25	1,25	0,3	0,2	0,1	3.5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52.4
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23.2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ		23	1,7	0,1	11,2	52.9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	23	23	1,7	0,1	11,2	52.9
			8.6	12.9	36.3	298.5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			56.9	54.3	199.5	1,515.1

Утверждаю
Заведующая МДОУ
"Детский сад №87
комбинированного вида"

О.А.
Косякова Приказ № 192

от 21.08.2022 г.

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		150	11,4	16,0	6,1	214,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,6 шт.	64,4	8	7,2	0,5	98,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ		30/7/4	3,2	7,1	14,7	134,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	7	7	0	5,6	0,1	50,8
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	4,3	4,13	1	1,3	0	15,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150	3,6	2,9	12,4	90,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1,8	1,8	0,2	0	1	4,5
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
			18,2	26,0	33,2	440,1
II Завтрак						
ФРУКТЫ		200	0,7	0,7	16,7	80,2
ЯБЛОКИ	200	176	0,7	0,7	16,7	80,2
			0,7	0,7	16,7	80,2
Обед						
САЛАТ "МОРКОВКА"		50	0,7	1,1	4,4	29,7
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1	1	0	1	0	8,7
МОРКОВЬ	65	50,38	0,7	0,1	3,4	17,1
САЛАТ "СВЕКОЛКА С ИЗЮМОМ"		50	0,8	1,0	7,3	42,0
СВЕКЛА	60	46,5	0,7	0	4	18,9
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	5	5	0,1	0	3,3	14,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1	1	0	1	0	9,0
РАССОЛЬНИК НА М/Б СО СМЕТАНОЙ		180	4,9	6,3	11,2	125,3
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9
КАРТОФЕЛЬ	50	35	0,7	0,1	5,5	26,2
МОРКОВЬ	9	6,98	0,1	0	0,5	2,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ГОВЯДИНА Б/К	20	18	3,2	2,8	0	38,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	7	6,93	0,6	0,1	4,5	21,1
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	5	5	0	0	0,1	0,7
ТУШЕНАЯ КАПУСТА С ГОВЯДИНОЙ		180	9,4	10,0	8,6	164,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	180	144	2,5	0,1	6,6	39,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11	9,24	0,1	0	0,8	3,7
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
ГОВЯДИНА Б/К	40	36	6,5	5,6	0	76,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		150			7,8	30,9

САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	9	9	0	0	0	0.0
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,5	0,4	16,5	79.2
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	40	2,5	0,4	16,5	79.2
			18.3	18.8	55.8	471.1
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4,3	3,7	7,0	78.6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	150	150	4,3	3,7	7	78.6
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	1,9	14,5	80.9
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА	20	20	1,5	1,9	14,5	80.9
			5.8	5.6	21.5	159.5
Ужин						
ЗРАЗЫ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ		120/10	15,9	12,5	23,9	274.4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21.7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	75	75	13,1	6,6	2,2	123.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
ПОВИДЛО	12	12	0	0	7,7	30.9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	10	10	1,1	0,1	6,8	32.4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,32 шт.	12,88	1,6	1,5	0,1	19.6
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15.5
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	5	5	0,1	0	3,2	13.7
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	0,03	0,03	0	0	0	0.1
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,1		6,1	24.8
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23.2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,65	0,65	0,1	0	0,3	1.6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ		30	2,2	0,2	14,6	68.9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,2	0,2	14,6	68.9
			18.2	12.7	44.6	368.1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			61.2	63.8	171.8	1,519.0

Утверждаю
 Заведующая МДОУ
 "Детский сад №87
 комбинированного вида"

_____ О.А. Косякова
 Приказ № 102 от 31.08.2023г.

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
МАКАРОННИК С СЫРОМ И ЯЙЦОМ		180	9,2	11,7	31,9	270,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ РОЖКИ	48	48	5,2	0,8	31,8	155,0
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	6,4	6,14	1,5	1,8	0	22,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,13	2,5	2,2	0,1	30,7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		40/8	3,0	6,6	19,6	149,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	8	8	0	6,4	0,1	58,0
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,2		9,0	36,6
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,75	0,75	0,2	0	0,3	1,8
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
			12,4	18,3	60,5	457,0
II Завтрак						
СОК		200	1,0	0,2	19,6	83,4
СОК	200	200	1	0,2	19,6	83,4
			1,0	0,2	19,6	83,4
Обед						
САЛАТ "ЗАРЯ"		60	0,6	1,9	3,0	32,3
КАПУСТА МАРИНОВАННАЯ	35	35	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	7	4,55	0,1	0	0,3	1,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,1	0	0,4	2,0
СВЕКЛА	35	27,13	0,4	0	2,3	11,1
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ		200	7,8	7,8	20,3	187,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	15	15	1,6	0,2	10,2	48,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	80	56	1,1	0,2	8,8	41,8
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,1	0	0,4	2,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
ГОВЯДИНА Б/К	23	20,7	3,8	3,2	0	43,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,04	0,8	0,7	0	9,2

ГРЕЧКА ПО БАРСКИ С КУРИЦЕЙ		180	11.4	10.1	23.7	230.3
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	48	34,56	6,1	6,2	0	79.8
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	40	39,6	4,9	1,3	21,9	118.3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0

ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1	1	0	1	0	8,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,6	0,1	0	0,6	3,0
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		200			8,7	34,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
			23,0	20,2	76,3	583,7
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5,6	4,9	9,3	104,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	4,9	9,3	104,8
БУЛОЧКА "ДОРОЖНАЯ"		80	7,6	8,1	38,4	255,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
ДРОЖЖИ	0,8	0,8	0,1	0	0	0,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	50	50	5,2	0,7	34	162,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,28 шт.	11,27	1,4	1,3	0,1	17,2
			13,2	13,0	47,7	359,8
Ужин						
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		140	3,5	3,9	20,6	131,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	2	2	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	170	119	2,3	0,5	18,8	88,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1	1,8	21,0
КАБАЧКОВАЯ ИКРА		60	1,1	4,9	4,3	65,8
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	60	57	1,1	4,9	4,3	65,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ		40	3,0	0,2	19,5	91,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	3,0	2,4	14,5	92,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
			10,6	11,4	58,9	381,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			60,2	63,1	263,0	1,865,3

Утверждаю
Заведующая МДОУ "Детский сад
№87 комбинированного вида"

О.А. Косякова
Приказ № 102 от 31.08.2023г.

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	

Завтрак						
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ ВЯЗКАЯ С ИЗЮМОМ		200	6.0	8.0	26.4	202.8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52.4
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11.6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36.3
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	26	26	3,1	1,6	15,6	88.8
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	5	5	0,1	0	3,2	13.7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ		40/7/6	4.5	9.2	19.6	179.5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	9	9	0	7,2	0,1	65.3
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	6,4	6,14	1,5	1,8	0	22.3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91.9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	3.0	2.4	12.6	84.4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4.9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27.1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52.4
			13.5	19.6	58.6	466.7
II Завтрак						
ФРУКТЫ		200	0.7	0.7	16.7	80.2
ЯБЛОКИ	200	176	0,7	0,7	16,7	80.2
			0.7	0.7	16.7	80.2
Обед						
САЛАТ "МОРКОВКА С ЯБЛОКОМ"		60	0.7	2.0	5.4	44.0
МОРКОВЬ	55	42,63	0,6	0	2,8	14.5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
ЯБЛОКИ	20	17,6	0,1	0,1	1,6	8.1
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3.9
САЛАТ "СВЕКОЛКА С СУХОФРУКТАМИ"		60	1.1	2.0	11.0	67.7
СВЕКЛА	60	46,5	0,7	0	4	18.9
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	6	6	0,3	0	3,1	13.9
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	6	6	0,1	0	3,9	16.9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	2	0	18.0
СУП С КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ СО СМЕТАНОЙ		200	6.4	9.2	15.0	173.0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,1	0	0,4	2.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2.6
КРУПА РИСОВАЯ	7	6,93	0,5	0,1	4,9	22.4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26.2

КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	30	21,6	3,8	3,9	0	49,9
КАРТОФЕЛЬ	80	56	1,1	0,2	8,8	41,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4,03	0,5	0,5	0	6,1
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ КУРИНЫЕ		180	11,0	12,6	17,2	228,9
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	180	144	2,5	0,1	6,6	39,1
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	50	36	6,4	6,4	0	83,1
КРУПА РИСОВАЯ	9	8,9	0,6	0,1	6,4	28,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МОРКОВЬ	14	10,85	0,1	0	0,7	3,7
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,5	3,5	0,4	0	2,3	11,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,04	0,8	0,7	0	9,2
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		200			8,7	34,8
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
			22,4	26,2	77,9	647,3
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5,6	4,9	9,3	104,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	4,9	9,3	104,8
ВАФЛИ		20	0,6	0,7	15,0	68,7
ВАФЛИ С ФРУКТОВО-ЯГОДНОЙ	20	20	0,6	0,7	15	68,7
			6,2	5,6	24,3	173,5
Ужин						
ТВОРОЖЕНО МАННЫЙ ПУДИНГ С ЯБЛ.ПЮРЕ		150/25	18,4	15,6	18,2	288,4
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	90	90	15,7	7,9	2,6	147,5
КРУПА МАННАЯ	10	10	1	0,1	6,9	31,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,5	1,5	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,08	1,5	1,4	0,1	18,4
ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	25	25	0,2	0,1	4,7	19,9
ЧАЙ С МОЛОКОМ		200	1,7	1,3	9,4	55,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,75	0,75	0,2	0	0,3	1,8
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,3	2,3	26,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ		40	3,0	0,2	19,5	91,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
			23,1	17,1	47,1	435,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			65,9	69,2	224,6	1,803,1

Утверждаю
Заведующая МДОУ "Детский сад
№87 комбинированного вида"

О.А. Косякова

МЕНЮ

Сад 12 часов
ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ПШЕННАЯ		200	6.2	7.5	26.9	200.2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	2,7	5,1	57.6
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11.6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36.3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
ПШЕНО	28	27,72	3,1	0,8	18,9	94.7
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ		45/7/6	4.8	7.7	22.0	176.5
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	45	45	3,3	0,3	21,9	103.4
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	7	7	0	5,6	0,1	50.8
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	6,4	6,14	1,5	1,8	0	22.3
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0.2		7.1	28.9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,75	0,75	0,2	0	0,3	1.8
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27.1
			11.2	15.2	56.0	405.6
II Завтрак						
СОК		200	1.0	0.2	19.6	83.4
СОК	200	200	1	0,2	19,6	83.4
			1.0	0.2	19.6	83.4
Обед						
САЛАТ "СВЕТОФОР"		60	1.1	1.9	4.2	39.0
КУКУРУЗА КОНСЕРВЫ	15	10,5	0,3	0	0,7	4.1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3.9
МОРКОВЬ	18	13,95	0,2	0	1	4.8
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	40	32	0,6	0	1,5	8.7
ТОМАТ СОЛЕННЫЙ		50	0.6		1.2	7.0
ТОМАТЫ СОЛЕННЫЕ	50	50	0,6	0	1,2	7.0
ЩИ ПО УРАЛЬСКИ НА К/Б СО		200	5.0	6.9	11.2	132.7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4.0
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4.0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	18	3,2	3,2	0	41.5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
КАРТОФЕЛЬ	80	56	1,1	0,2	8,8	41.8
КАПУСТА МАРИНОВАННАЯ	40	40	0	0	0	0.0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22.0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1.9
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ		70	9.0	4.5	5.5	97.9

РЫБА с/м	95	43,7	7,3	0,2	0	30,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	9	9	0,7	0,1	4,4	20,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2,7
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,04	0,8	0,7	0	9,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МОРКОВЬ	9	6,98	0,1	0	0,5	2,3
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ		140	3,4	5,5	33,1	196,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
КРУПА РИСОВАЯ	43	42,57	2,9	0,4	30,6	137,5
МОРКОВЬ	28	21,7	0,3	0	1,5	7,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		200			7,8	30,9
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
			22,3	19,2	83,6	602,8
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5,6	4,9	9,3	104,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	4,9	9,3	104,8
ПЕЧЕНЬЕ		35	2,5	3,3	25,2	141,6
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА	35	35	2,5	3,3	25,2	141,6
			8,1	8,2	34,5	246,4
Ужин						
САЛАТ "ИЗЮМИНКА"		60	0,9	1,1	7,9	44,5
СВЕКЛА	70	54,25	0,8	0,1	4,7	22,1
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	5	5	0,1	0	3,2	13,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1	1	0	1	0	8,7
ОЛАДУШКИ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ		110/20	7,9	8,9	37,8	266,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1	1,8	21,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
САХАР ПЕСОК	5	5	0	0	4,9	19,4
ДРОЖЖИ	0,8	0,8	0,1	0	0	0,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	45	45	4,8	0,6	30,6	145,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,08	1,5	1,4	0,1	18,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
КАКАО С МОЛОКОМ		200	3,2	2,6	10,7	79,8
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,4	0,2	0,2	4,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
			12,0	12,6	56,4	390,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			54,6	55,4	250,1	1,728,9

Утверждаю
Заведующая МДОУ "Детский сад
№87 комбинированного вида"

О.А. Косякова
Приказ № 192 от 31.08.2023г

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ		200	6.1	6.4	22.6	172.7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47.1
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7.8
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	30	29,7	3,6	1	16,5	88.8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ		40/7/6	4.5	8.4	19.6	172.2
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91.9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	8	8	0	6,4	0,1	58.0
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	6,4	6,14	1,5	1,8	0	22.3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	2.7	2.2	11.1	75.2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4.9
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23.2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47.1
			13.3	17.0	53.3	420.1
II Завтрак						
СОК		200	1.0	0.2	19.6	83.4
СОК	200	200	1	0,2	19,6	83.4
			1.0	0.2	19.6	83.4
Обед						
САЛАТ "КАПУСТКА"		60	0.2	1.9	0.5	20.4
КАПУСТА МАРИНОВАННАЯ	55	55	0	0	0	0.0
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	10	10	0,1	0	0,2	1.3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1.6
СВЕКОЛЬНИК НА К/Б СО СМЕТАНОЙ		200	5.6	7.0	14.2	146.2
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	18	3,2	3,2	0	41.5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,1	0	0,4	2.0
СВЕКЛА	70	54,25	0,8	0,1	4,7	22.1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2.6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1.9
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22.0
КАРТОФЕЛЬ	70	49	1	0,2	7,8	36.6
ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ		70	8.8	3.5	3.9	93.7
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	50	46,5	8,1	1,6	0	57.3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9.7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1.9

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		160	3,8	3,9	22,8	142,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КАРТОФЕЛЬ	190	133	2,6	0,5	21	99,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	40	40	1,2	1	1,8	21,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		200			7,8	30,9
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
			21,6	16,7	69,8	532,1
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5,6	4,9	9,3	104,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	4,9	9,3	104,8
ПЛЮШКА С САХАРОМ		80	6,2	5,7	32,6	205,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,2	0,5	27,2	129,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15,7
ДРОЖЖИ	0,9	0,9	0,1	0	0	0,7
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12,2
			11,8	10,6	41,9	310,6
Ужин						
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ		130/15	20,4	15,0	36,6	365,1
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	90	90	15,7	7,9	2,6	147,5
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,08	1,5	1,4	0,1	18,4
ПОВИДЛО	15	15	0,1	0	9,6	38,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	30	30	3,1	0,4	20,4	97,2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КИСЕЛЬ		200			21,2	85,0
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА	20	20	0	0	15,4	61,8
САХАР ПЕСОК	6	6	0	0	5,8	23,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	3,0	0,2	19,5	91,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
			23,4	15,2	77,3	542,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			71,1	59,7	261,9	1,888,2

Утверждаю
Заведующая МДОУ "Детский сад
№87 комбинированного вида"

О.А. Косякова
Приказ № 192 от 31.08.2023г

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		110	9,8	14,8	1,9	179,8
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,8 шт.	72,45	8,9	8,1	0,5	110,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ		40/9/6	4,5	7,6	19,6	165,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	7	7	0	5,6	0,1	50,8
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	6,4	6,14	1,5	1,8	0	22,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
КАКАО С МОЛОКОМ		200	3,2	2,6	14,6	95,3
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,4	0,2	0,2	4,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	2,4	4,7	52,4
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
			17,5	25,0	36,1	440,1
II Завтрак						
ФРУКТЫ		200	0,7	0,7	17,2	82,7
ЯБЛОКИ	200	176	0,7	0,7	17,2	82,7
			0,7	0,7	17,2	82,7
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛ.ГОРОШКОМ		60	1,1	2,0	5,3	43,4
СВЕКЛА	70	54,25	0,8	0,1	4,7	22,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВЫ	15	9,75	0,3	0	0,6	3,8
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ		200	8,7	7,8	19,7	189,4
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	12	11,94	2,6	0,2	5,5	34,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,1	0	0,4	2,0
КАРТОФЕЛЬ	80	56	1,1	0,2	8,8	41,8
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
КОНСЕРВЫ ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ	23	23	3,8	3,8	0	49,1
СУХАРИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	10	10	0,7	0,1	4,1	19,8
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ТУШЕНАЯ КАПУСТА С КУРИЦЕЙ		180	9,7	12,5	9,5	191,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9	7,56	0,1	0	0,6	3,0
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0

ТОМАТНАЯ ПАСТА	4	4	0,2	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	200	160	2,8	0,2	7,3	43,5
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	50	36	6,4	6,4	0	83,1
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		200			9,7	38,7
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
			22,7	22,7	64,8	561,8
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5,6	4,9	9,3	104,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	4,9	9,3	104,8
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,2	2,8	21,6	121,3
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА	30	30	2,2	2,8	21,6	121,3
			7,8	7,7	30,9	226,1
Ужин						
РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С КАРТОФЕЛЕМ		190	12,5	9,6	17,1	206,1
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
РЫБА с/м	92	42,32	7,1	0,2	0	30,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	20,13	2,5	2,2	0,1	30,7
МОРКОВЬ	32	24,8	0,3	0	1,6	8,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3
КАРТОФЕЛЬ	120	84	1,6	0,3	13,3	62,8
СОЛЕНЬИЙ ОГУРЕЦ		50	0,4	0,1	0,9	6,3
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	50	50	0,4	0,1	0,9	6,3
ЧАЙ С МОЛОКОМ		200	2,7	2,2	14,2	87,6
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,75	0,75	0,2	0	0,3	1,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,2	4,2	47,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ		40	3,0	0,2	19,5	91,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
			18,6	12,1	51,7	391,9
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			67,3	68,2	200,7	1,702,6

Утверждаю
Заведующая МДОУ "Детский сад
№87 комбинированного вида"

О.А. Косякова

21.08.2022

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						

КАША ДРУЖБА		200	4.0	6.1	34.6	210.2
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	20	20	1,4	1,6	10,8	63.6
ПШЕНО	15	14,85	1,6	0,4	10,2	50.7
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11.6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36.3
КРУПА РИСОВАЯ	15	14,85	1	0,1	10,7	48.0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И С СЫРОМ		40/8/6	4.4	7.4	19.6	163.3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91.9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	7	7	0	5,6	0,1	50.8
СЫР РОССИЙСКИЙ	6,4	5,82	1,4	1,6	0	20.6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		200	0.2		8.9	35.8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4.9
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
			8.6	13.5	63.1	409.3
II Завтрак						
СОК		200	1.0	0.2	19.6	83.4
СОК	200	200	1	0,2	19,6	83.4
			1.0	0.2	19.6	83.4
Обед						
САЛАТ "ВИТАМИННЫЙ"		60	1.1	2.0	4.5	41.3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	65	52	0,9	0,1	2,4	14.6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2.7
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2.6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3.9
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ		55	0.6	2.1	4.9	41.2
МОРКОВЬ	50	38,75	0,5	0	2,6	13.2
ЯБЛОКИ	15	13,2	0,1	0,1	1,3	6.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	2	0	18.0
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	4.0
СУП С ЯЙЦОМ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ		200	5.1	7.1	10.2	131.4
КАРТОФЕЛЬ	80	56	1,1	0,2	8,8	41.8
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2.6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,1	0	0,4	2.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0

КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	20	14,4	2,5	2,5	0	33.3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12.2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22.0
ТЕФТЕЛИ ИЗ ПЕЧЕНИ И РИСА		70	10.5	7.0	8.2	149.1
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	55	51,15	8,9	1,8	0	63.1
КРУПА РИСОВАЯ	10	9,9	0,7	0,1	7,1	32.0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8	6,72	0,1	0	0,6	2.7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26.2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,135 шт.	5,43	0,7	0,6	0	8.2
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14.6
МОРКОВЬ	9	6,98	0,1	0	0,5	2.3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		160	3.5	4.5	22.4	144.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15.7
КАРТОФЕЛЬ	190	133	2,6	0,5	21	99.3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29.0
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		200			9.7	38.7
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38.7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0	0	0	0.0
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ		50	3.2	0.4	20.6	98.9
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	50	3,2	0,4	20,6	98.9
			24.0	23.1	80.5	644.6
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5.6	4.9	9.3	104.8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	4,9	9,3	104.8
ПЕЧЕНЬЕ		20	1.5	1.9	14.5	80.9
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА	20	20	1,5	1,9	14,5	80.9
			7.1	6.8	23.8	185.7
Ужин						
САЛАТ "МОРКОВКА"		60	0.8	3.0	5.0	50.5
МОРКОВЬ	77,42	60	0,8	0,1	4	20.4
САХАР ПЕСОК	1	1	0	0	1	3.9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26.2
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ		30	0.2		0.5	3.9
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	30	30	0,2	0	0,5	3.9
РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ		160	15.4	13.5	4.0	198.8
РЫБА с/м	80	36,8	6,1	0,2	0	26.1
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,5 шт.	60,38	7,5	6,7	0,4	92.0
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	50	50	1,5	1,3	2,3	26.2
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21.7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26.2
МОРКОВЬ	25	19,38	0,3	0	1,3	6.6
ЧАЙ С МОЛОКОМ		200	3.3	2.7	13.2	90.3
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30.9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,75	0,75	0,2	0	0,3	1.8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	2,7	5,1	57.6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ		40	3.0	0.2	19.5	91.9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91.9
			22.7	19.4	42.2	435.4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			63.4	63.0	229.2	1,758.4

Утверждаю
Заведующая МДОУ "Детский сад
№87 комбинированного вида"

О.А. Косякова
Приказ № 192 от 31.08.2023г

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША НЕЖНОСТЬ	200		6.3	7.8	26.8	202.4
КРУПА МАННАЯ	15	15	1,5	0,2	10,3	47.9
КРУПА ОВСЯНАЯ	15	14,78	1,7	0,9	8,5	49.0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36.3
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11.6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	2,7	5,1	57.6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	40/7/6		4.5	7.6	19.6	165.0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91.9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	7	7	0	5,6	0,1	50.8
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	6,4	6,14	1,5	1,8	0	22.3
КАКАО С МОЛОКОМ	200		3.5	2.9	12.1	88.9
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,4	0,2	0,2	4.2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	2,7	5,1	57.6
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27.1
			14.3	18.3	58.5	456.3
II Завтрак						
ФРУКТЫ	200		0.7	0.7	16.7	80.2
ЯБЛОКИ	200	176	0,7	0,7	16,7	80.2
			0.7	0.7	16.7	80.2
Обед						
САЛАТ "ВИНЕГРЕТ"	60		1.3	2.0	6.5	49.9
СВЕКЛА	30	23,25	0,3	0	1,9	9.5
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	8	8	0,1	0	0,1	1.0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,88	0,1	0	0,5	2.3
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0.0
КАРТОФЕЛЬ	25	17,5	0,4	0,1	2,8	13.1
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВЫ	10	6,5	0,2	0	0,4	2.5
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4.0
КАПУСТА МАРИНОВАННАЯ	20	20	0	0	0	0.0
ЩИ НА К/Б СО СМЕТАНОЙ	200		5.5	6.9	11.3	135.0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,1	0	0,4	2.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50	40	0,7	0	1,8	10.9
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	25	18	3,2	3,2	0	41.5
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22.0
КАРТОФЕЛЬ	70	49	1	0,2	7,8	36.6

МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
---------	----	------	-----	---	-----	-----

ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
БАЛОНЕЗ ИЗ КУРИЦЫ		70	8,5	11,3	4,7	154,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4	4	0,4	0,1	2,7	13,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0
МОРКОВЬ	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	60	43,2	7,7	7,7	0	99,7
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ		130	4,6	3,1	27,8	157,4
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ РОЖКИ	42	42	4,6	0,7	27,8	135,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		200			6,8	27,1
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
			23,1	23,7	77,7	623,0
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5,6	4,9	9,3	104,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	4,9	9,3	104,8
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ		80	6,7	7,2	38,0	242,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,08	1,5	1,4	0,1	18,4
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0	0,8
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	40	40	4,2	0,5	27,2	129,6
ПОВИДЛО	10	10	0	0	6,4	25,8
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА	0,03	0,03	0	0	0	0,1
			12,3	12,1	47,3	347,6
Ужин						
ТВОРОЖЕНО-МАННЫЙ ПУДИНГ С ЯБЛОЧНЫМ ПЮРЕ		140	20,3	13,7	16,9	276,2
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	100	100	17,5	8,7	2,9	163,9
КРУПА МАННАЯ	12	12	1,2	0,1	8,2	38,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,08	1,5	1,4	0,1	18,4
ПЮРЕ ЯБЛОЧНОЕ	15	15	0,1	0	2,8	11,9
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,2		7,1	28,9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,75	0,75	0,2	0	0,3	1,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ		40	3,0	0,2	19,5	91,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
			23,5	13,9	43,5	397,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			73,9	68,7	243,7	1,904,1

Утверждаю
Заведующая МДОУ "Детский сад
№87 комбинированного вида"

О.А. Косякова
Приказ № 192 от 31.08.2023г

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МАННАЯ		200	5,9	7,0	27,2	194,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	2,7	5,1	57,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3
КРУПА МАННАЯ	28	28	2,8	0,3	19,2	89,3
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ		40/7/6	4,5	7,6	19,6	165,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	7	7	0	5,6	0,1	50,8
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	6,4	6,14	1,5	1,8	0	22,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	3,3	2,7	14,0	93,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	2,7	5,1	57,6
			13,7	17,3	60,8	453,2
II Завтрак						
СОК		200	1,0	0,2	19,6	83,4
СОК	200	200	1	0,2	19,6	83,4
			1,0	0,2	19,6	83,4
Обед						
ТОМАТ СОЛЕНЫЙ		60	0,7		1,4	8,1
ТОМАТЫ СОЛЕННЫЕ	60	60	0,7	0	1,4	8,1
БОРЩ НА М/Б СО СМЕТАНОЙ		200	7,1	8,2	15,9	165,9
КАРТОФЕЛЬ	70	49	1	0,2	7,8	36,6
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,1	0	0,4	2,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
КОНСЕРВЫ ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ	25	25	4,1	4,2	0,1	53,4
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
СВЕКЛА	70	54,25	0,8	0,1	4,7	22,1
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	60	48	0,9	0	2,2	13,0
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	5	5	0,1	0,8	0,2	10,0
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ		70/40	12,1	8,5	3,8	157,7
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	70	65,1	11,3	2,3	0	80,2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3	0,3	0	2	9,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	6	6	0,2	0,9	0,2	12,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3,0

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,88	0,1	0	0,5	2,3
--------------	---	------	-----	---	-----	-----

МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	3,5	4,5	22,4	144,0
КАРТОФЕЛЬ	190	133	2,6	0,5	21	99,3
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15,7
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ		220	10,7	11,7	22,5	238,8
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	60	43,2	7,7	7,7	0	99,7
КАРТОФЕЛЬ	180	126	2,4	0,5	19,9	94,1
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13	10,92	0,2	0	0,9	4,4
МОРКОВЬ	25	19,4	0,3	0	1,3	6,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	3	3	0,1	0	0,4	1,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		200			9,7	38,7
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38,7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
			37,3	33,3	96,3	852,1
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5,6	4,9	9,3	104,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	4,9	9,3	104,8
ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	1,9	14,5	80,9
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА	20	20	1,5	1,9	14,5	80,9
			7,1	6,8	23,8	185,7
Ужин						
САЛАТ "СВЕКЛА С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ"		60	0,9	2,0	5,0	41,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	15	15	0,1	0	0,3	1,9
СВЕКЛА	70	54,25	0,8	0,1	4,7	22,1
РЫБНЫЕ БИТОЧКИ ПОД ТОМАТНЫМ СОУСОМ		140	10,1	6,3	14,1	153,1
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,08	1,5	1,4	0,1	18,4
РЫБА с/м	90	41,4	6,9	0,2	0	29,3
КРУПА РИСОВАЯ	13	12,87	0,9	0,1	9,2	41,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,88	0,1	0	0,5	2,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	5	5	0,5	0,1	3,4	16,2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
КИСЕЛЬ		200			24,1	96,6
КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) НА	20	20	0	0	15,4	61,8
САХАР ПЕСОК	9	9	0	0	8,7	34,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ		40	3,0	0,2	19,5	91,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
			14,0	8,5	62,7	383,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			73,1	66,1	263,2	1,957,5

Утверждаю
Заведующая МДОУ "Детский сад
№87 комбинированного вида"

О.А. Косякова
Приказ № 192 от 31.08.2023г

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП ЛАПША МОЛОЧНАЯ		200	5,8	6,2	25,1	180,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	2,7	5,1	57,6
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ СПАГЕТТИ	25	25	2,7	0,3	17,1	82,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ		40/7/6	4,5	7,6	19,6	165,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	7	7	0	5,6	0,1	50,8
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	6,4	6,14	1,5	1,8	0	22,3
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91,9
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,2		8,1	32,7
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,75	0,75	0,2	0	0,3	1,8
			10,5	13,8	52,8	377,9
II Завтрак						
СОК		200	1,0	0,2	20,2	86,0
СОК	200	200	1	0,2	20,2	86,0
			1,0	0,2	20,2	86,0
Обед						
САЛАТ "КАПУСТА С ЗЕЛ.ГОРОШКОМ"		60	1,2	1,9	2,9	34,5
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	60	48	0,9	0	2,2	13,0
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	8	5,2	0,2	0	0,3	2,0
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,1	0	0,4	2,0
СУП РЫБНЫЙ		200	5,6	2,6	19,9	126,0
КАРТОФЕЛЬ	80	56	1,1	0,2	8,8	41,8
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,1	0	0,4	2,0
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
РЫБА с/м	35	16,1	2,7	0,1	0	11,4
ПШЕНО	15	14,85	1,6	0,4	10,2	50,7
КУРИНЫЕ КОТЛЕТЫ		70	10,9	13,8	3,9	184,2
КУРЫ ПОТРОШ. I КАТЕГОРИИ	75	54	9,5	9,6	0	124,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	8	8	0,6	0	3,9	18,3
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6,04	0,8	0,7	0	9,2

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
--------------------	---	---	---	-----	---	------

ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ		150	11,7	3,2	24,6	174,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	53	52,74	11,7	0,8	24,6	153,0
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		200			7,8	30,9
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0	0	0	0,0
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,2	0,4	20,6	98,9
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	50	3,2	0,4	20,6	98,9
			32,6	21,9	79,7	649,2
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5,6	4,9	9,3	104,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	4,9	9,3	104,8
БУЛОЧКА		80	7,3	7,1	35,0	231,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	45	45	4,8	0,6	30,6	145,8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	30	30	0,9	0,8	1,4	15,7
ДРОЖЖИ	1	1	0,1	0	0	0,8
САХАР ПЕСОК	3	3	0	0	2,9	11,6
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	12,08	1,5	1,4	0,1	18,4
			12,9	12,0	44,3	336,3
Ужин						
ИКРА ПО ДОМАШНЕМУ		60	1,0	7,8	3,0	86,1
ИКРА ПО ДОМАШНЕМУ	60	60	1	7,8	3	86,1
ОВОЩНОЕ РАГУ		150	3,3	4,8	14,3	115,8
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,8	0,2	6,6	31,3
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	150	120	2,1	0,1	5,4	32,6
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2	2	0,1	0	0,4	1,9
МОРКОВЬ	20	15,5	0,2	0	1,1	5,2
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,1	0,1	0	0,8	4,0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26,2
КАКАО С МОЛОКОМ		200	3,5	2,9	13,1	92,7
КАКАО-ПОРОШОК	1,5	1,5	0,4	0,2	0,2	4,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110	110	3,1	2,7	5,1	57,6
САХАР ПЕСОК	8	8	0	0	7,8	30,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОФЕЙ		32	2,3	0,2	15,6	73,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	32	32	2,3	0,2	15,6	73,5
			10,1	15,7	46,0	368,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			67,1	63,6	243,0	1,817,5

Утверждаю
Заведующая МДОУ "Детский сад
№87 комбинированного вида"

О.А. Косякова
Приказ № 192 от 31.08.2023г

МЕНЮ
Сад 12 часов
ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		170	11,8	17,4	6,1	228,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,7 шт.	68,43	8,4	7,7	0,5	104,2
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	120	120	3,4	2,9	5,6	62,9
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	6	6	0	4,9	0	43,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ		40/8/6	4,6	8,6	19,1	172,6
БАТОН ПРОСТОЙ	40	40	3,1	0,4	19	92,3
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	8	8	0	6,4	0,1	58,0
СЫР ГОЛЛАНДСКИЙ (КРУГЛЫЙ)	6,4	6,14	1,5	1,8	0	22,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		200	3,9	3,2	13,9	100,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2	2	0,2	0	1,1	4,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	130	130	3,7	3,2	6	68,1
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27,1
			20,3	29,2	39,1	500,9
II Завтрак						
ФРУКТЫ		200	0,7	0,7	16,7	80,2
ЯБЛОКИ	200	176	0,7	0,7	16,7	80,2
			0,7	0,7	16,7	80,2
Обед						
САЛАТ "МОРКОВКА"		60	0,8	2,0	6,0	45,9
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
МОРКОВЬ	78	60,45	0,8	0,1	4,1	20,6
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7,8
САЛАТ "СВЕКОЛКА С ИЗЮМОМ"		60	0,9	1,1	10,6	56,0
СВЕКЛА	60	46,5	0,7	0	4	18,9
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	10	10	0,2	0,1	6,6	28,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	1	1	0	1	0	9,0
РАССОЛЬНИК НА М/Б СО СМЕТАНОЙ		200/20	5,9	7,0	13,1	144,2
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ	11	11	0,3	1,6	0,4	22,0
КАРТОФЕЛЬ	60	42	0,8	0,2	6,6	31,3
МОРКОВЬ	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,1	0	0,4	2,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17,5
ГОВЯДИНА Б/К	23	20,7	3,8	3,2	0	43,7
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0,0
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	8	7,92	0,7	0,1	5,1	24,2
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	7	7	0,1	0	0,1	0,9
ТУШЕННАЯ КАПУСТА С ГОВЯДИНОЙ		190	10,6	10,8	9,7	180,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	200	160	2,8	0,2	7,3	43.5
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13	10,92	0,2	0	0,9	4.4
МОРКОВЬ	16	12,4	0,2	0	0,9	4.2
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3	3	0,1	0	0,6	3.0
ГОВЯДИНА Б/К	45	40,5	7,3	6,3	0	85.7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	2	2	0	1,9	0	17.5
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		200			9,7	38.7
САХАР ПЕСОК	10	10	0	0	9,7	38.7
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	11	11	0	0	0	0.0
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,2	0,4	20,6	98.9
ХЛЕБ РЖАННО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	50	3,2	0,4	20,6	98.9
			21.4	21.3	69.7	563.7
Полдник						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5,6	4,9	9,3	104.8
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	200	200	5,6	4,9	9,3	104.8
ПЕЧЕНЬЕ		30	2,2	2,8	21,6	121.3
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА	30	30	2,2	2,8	21,6	121.3
			7.8	7.7	30.9	226.1
Ужин						
ЗРАЗЫ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ		130/15	19,8	16,1	29,0	342.8
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29.0
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1	0	0	0	0.0
ТВОРОГ 5,0% ЖИРНОСТИ	95	95	16,6	8,3	2,8	155.8
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	7	7	0,2	0	4,5	19.1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ	3	3	0	2,9	0	26.2
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	12	12	1,3	0,2	8,1	38.9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,32 шт.	12,88	1,6	1,5	0,1	19.6
ПОВИДЛО	15	15	0,1	0	9,6	38.6
САХАР ПЕСОК	4	4	0	0	3,9	15.5
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	0,04	0,04	0	0	0	0.1
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,2		7,1	28.9
САХАР ПЕСОК	7	7	0	0	6,8	27.1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,75	0,75	0,2	0	0,3	1.8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ		40	3,0	0,2	19,5	91.9
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	0,2	19,5	91.9
			23.0	16.3	55.6	463.6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			73.2	75.2	212.0	1,834.5