

Утверждаю
Шнайдемиллер И.В.

18.03.2022

Меню-раскладка
1-й День 7.ДОУ 515 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 180 гр	180	4	6	31	180
Батон 30 гр	71	2	1	16	30
Масло сливочное 5г.	38	0	4	0	5
Чай 200 гр ,	6	0	0	1	200
Итого:	295	6	11	48	415
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100 г	47	1	0	10	100
Итого:	47	1	0	10	100
Обед					
Икра кабачковая 50 гр	59	1	4	5	50
Борщ с мясом со сметаной	96	4	6	9	200
Плов из мяса говядины 230 гр.	382	12	15	32	230
Компот из сухофруктов 180 г	56	1	0	12	180
Хлеб ржаной 30 гр.	51	2	0	12	30
Хлеб пшеничный 30 гр	69	2	0	15	30
Итого:	740	22	26	84	740
Полдник					
Ряженка 180 г	134	5	10	9	180
Запеканка из творога с картофелем 150 гр	385	13	19	15	150
Повидло 20гр.	49	0	0	13	20
Итого:	568	18	28	37	330
Всего:	1650	46	65	179	1605

Заведующий
(должность)

(подпись)

Шнайдемиллер И.В.
(расшифровка подписи)

Утверждаю
Шнайdmиллер И.В.

18.03.2022

Меню-раскладка
2-й День, 7.ДОУ 515 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша манная молочная с маслом сливочным 180г	169	4	4	21	180
Батон 30 гр	69	2	1	16	30
Масло сливочное 10г.	72	0	8	0	10
Кофейный напиток с молоком 180 гр	66	1	1	11	180
Итого:	376	7	14	48	400
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100 г	46	1	0	10	100
Итого:	46	1	0	10	100
Обед					
Салат из отварной свеклы с растительным маслом 50гр.	53	1	4	4	50
Суп картофельный с зеленым горошком со сметаной 200г	73	1	2	6	200
Котлета из мяса куры	160	21	5	4	80
Макаронные изделия отварные 130 гр	174	4	3	30	130
Компот из сухофруктов 200 гр,	79	0	0	18	200
Хлеб ржаной 30 гр.	53	2	0	12	30
Соль	0	0	0	0	5
Итого:	593	30	14	74	695
Полдник					
Биоогурт 180 г	202	5	5	34	180
Суп-пюре из картофеля 150 гр	70	2	2	10	150
Банан 100 гр	64	1	0	16	100
Печенье 24 гр	110	2	1	18	24
Гренки 30 гр	75	2	0	15	30
Итого:	521	13	9	92	484
Всего:	1536	51	38	225	1679

Заведующий
(должность)

(подпись)

Шнайdmиллер И.В.
(расшифровка подписи)



Меню-раскладка
 3-й День, 7.ДОУ 515 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша ячневая молочная с маслом сливочным 180г	189	4	4	31	180
Масло сливочное 5г.	38	0	4	0	5
Батон 30 гр	72	2	1	16	30
Чай 200 г	27	0	0	6	200
Итого:	325	6	9	54	415
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100 г	47	1	0	10	100
Итого:	47	1	0	10	100
Обед					
Помидор порционный 40 гр	11	1	0	2	40
Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной 180	160	6	7	16	250
Котлета мясная 80 гр	214	16	13	3	80
Капуста тушеная 130 гр	123	3	7	12	130
Компот из ягод замороженных.	98	0	0	23	200
Хлеб ржаной 30 гр.	53	2	0	12	30
Хлеб пшеничный 30 гр	76	3	0	16	30
Соль	0	0	0	0	5
Итого:	735	30	28	85	765
Полдник					
Суп молочный с крупой 0,18	94	3	4	11	180
Яблоко 120 гр	48	0	0	12	120
Чай с лимоном 200 гр	39	0	0	9	200
Булочка с сыром 60 гр	290	10	14	23	60
Итого:	471	13	18	55	560
Всего:	1578	49	56	204	1810

Заведующий
(должность)

(подпись)

Шнайdmиллер И.В.
(расшифровка подписи)

Утверждаю
 Шнайдемиллер И.В.
 18.03.2022

Меню-раскладка
 4-й День, 7.ДОУ 515 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Омлет натуральный 150 гр	239	12	14	3	150
Сыр 12 гр	40	3	3	0	12
Масло сливочное 5г.	38	0	4	0	5
Батон 30 гр	72	2	1	16	30
Какао с молоком 200 гр	93	2	2	16	200
Итого:	482	19	24	35	397
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100 г	46	1	0	10	100
Итого:	46	1	0	10	100
Обед					
Огурец свежий порционный 40 гр	5	0	0	1	40
Суп рыбный	145	10	4	14	200
Суфле рыбное	129	13	4	2	80
Картофельное пюре 130г	136	3	4	20	130
Компот из яблок 200 гр	61	0	0	14	200
Хлеб ржаной 30 гр.	44	2	0	10	30
Хлеб пшеничный 30 гр	71	2	0	15	30
Соль	0	0	0	0	5
Итого:	591	30	13	78	715
Полдник					
Снежок 180 г	143	4	5	19	180
Апельсин 100 гр	28	1	0	7	100
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 150г	174	5	5	23	150
Пряник 35 гр	123	2	1	27	35
Итого:	468	12	11	77	465
Всего:	1587	61	48	200	1677

Заведующий
 (должность)

(подпись)

Шнайдемиллер И.В.
 (расшифровка подписи)

Утверждаю
Шнайдемиллер И.В.

18.03.2022

Меню-раскладка
5-й День, 7.ДОУ 515 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Пудинг из творога 150 гр	395	15	20	30	150
Сгущенное молоко 18 гр	63	1	2	11	18
Батон 30 гр	72	2	1	16	30
Масло сливочное 5г.	38	0	4	0	5
Чай 200 гр,	49	0	0	12	200
Итого:	617	18	27	69	403
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100 гр	46	1	0	10	100
Итого:	46	1	0	10	100
Обед					
Кукуруза консервированная 20/30 гр.	30	1	0	6	30
Суп-пюре из картофеля 200 гр	112	3	4	14	200
Котлета мясная 80 гр	217	16	14	3	80
Рис припущенный с овощами 130 гр	200	3	9	30	130
Компот из сухофруктов 200 гр,	79	0	0	18	200
Хлеб ржаной 30 гр.	48	2	0	11	30
Гренки 30 гр	71	2	0	14	30
Соль	0	0	0	0	5
Итого:	757	27	27	96	695
Полдник					
Груша 80 гр	32	0	0	7	80
Суп молочный с лапшой 0,15	80	2	3	9	150
Чай 200 гр,	49	0	0	12	200
Манник (50 гр)	231	6	7	32	50
Итого:	392	8	10	61	480
Всего:	1812	54	64	236	1678

Заведующий
(должность)

(подпись)

Шнайдемиллер И.В.
(расшифровка подписи)

Утверждаю
Шнайдемиллер И.В.

18.03.2022

Меню-раскладка
6-й День, 7.ДОУ 515 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша вязкая из пшена и риса молочная "Дружба 3" с маслом	176	4	5	25	180
Батон 30 гр	70	2	1	16	30
Масло сливочное 5г.	38	0	4	0	5
Чай 200 гр,	49	0	0	12	200
Итого:	333	6	10	53	415
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100 г	47	1	0	10	100
Итого:	47	1	0	10	100
Обед					
Салат из отвар. картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол. огурцом раст. мас 50гр.	69	1	4	5	50
Суп крестьянский на мясном бульоне со сметаной	85	2	4	11	200
Суфле из печени 80 гр	177	17	9	3	80
Картофельное пюре 130 гр	130	3	4	19	130
Компот из сухофруктов 200 гр,	79	0	0	18	200
Хлеб ржаной 30 гр.	49	2	0	11	30
Хлеб пшеничный 30 гр	71	2	0	15	30
Соль	0	0	0	0	5
Итого:	661	27	22	83	725
Полдник					
Кефир 180 г	89	4	5	7	180
Запеканка из творога с морковью 150 гр	375	13	23	18	150
Повидло 20гр.	58	0	0	15	20
Итого:	522	18	28	40	350
Всего:	1563	51	60	186	1590

Заведующий
(должность)

(подпись)

Шнайдемиллер И.В.
(расшифровка подписи)

Утверждаю
Шнайдемиллер И.В.

18.03.2022

Меню-раскладка
7-й День, 7.ДОУ 515 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 180г	214	5	5	34	180
Масло сливочное 5г.	38	0	4	0	5
Сыр 15 гр	55	4	4	0	15
Батон 40 гр	94	3	1	21	40
Какао с молоком 180 гр	101	3	3	15	180
Итого:	502	14	17	70	420
Второй завтрак					
Сок фруктовый 200 гр	46	1	0	10	100
Итого:	46	1	0	10	100
Обед					
Икра кабачковая 50 гр	36	1	5	5	50
Суп гороховый	116	4	3	16	200
Суфле из мяса кур	365	22	25	4	80
Макаронные изделия отварные 130 гр	174	4	3	30	130
Кисель из концентрата плодового или ягодного.	114	0	0	27	200
Хлеб ржаной 30 гр.	53	2	0	12	30
Соль	0	0	0	0	5
Итого:	858	33	34	94	695
Полдник					
Биоогурт 180 г	212	6	6	36	180
Яблоко 100гр	40	0	0	10	100
Суп-пюре из разных овощей 150 гр	68	2	3	8	150
Мармелад 25 гр	74	0	0	19	25
Гренки 30 гр	76	2	0	15	30
Итого:	470	10	9	88	485
Всего:	1876	59	60	262	1700

Заведующий
(должность)

(подпись)

Шнайдемиллер И.В.
(расшифровка подписи)

Утверждаю
Шнайдемиллер И.В.

18.03.2022

Меню-раскладка
8-й День, 7.ДОУ 515 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша ячневая молочная с маслом сливочным 180г	197	4	4	35	180
Батон 30 гр	73	2	1	16	30
Масло сливочное 5г	38	0	4	0	5
Кофейный напиток с молоком 200 гр	83	2	2	12	200
Итого:	390	9	11	64	415
Второй завтрак					
Сок фруктовый 100 г	48	1	0	10	100
Итого:	48	1	0	10	100
Обед					
Огурец свежий порционный 40 гр	5	0	0	1	40
Щи с мясом со сметаной 200 г	135	5	6	7	200
Котлета мясная 80 гр	214	16	13	3	80
Картофель отварной 130 г	134	2	4	21	130
Компот из яблок 200 гр	57	0	0	14	200
Хлеб ржаной 30 гр.	56	2	0	13	30
Хлеб пшеничный 30 гр	82	3	0	18	30
Соль	0	0	0	0	5
Итого:	683	28	24	76	715
Полдник					
Апельсин 100 гр	28	1	0	7	100
Суп молочный с крупой 0,15	93	3	3	10	150
Чай 200 г	27	0	0	6	200
Зефир 30 гр	92	0	0	24	30
Итого:	239	4	4	47	480
Всего:	1360	41	38	197	1710

Заведующий
(должность)

(подпись)

Шнайдемиллер И.В.
(расшифровка подписи)

Утверждаю
Шнайдемиллер И.В.

18.03.2022

Меню-раскладка
9-й День, 7.ДОУ 515 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 180г	171	3	5	19	180
Масло сливочное 5г.	38	0	4	0	5
Батон 30 гр	67	2	1	15	30
Чай с лимоном 200 гр	40	0	0	9	200
Итого:	316	5	10	43	415
Второй завтрак					
Яблоко 100 гр	40	0	0	10	100
Итого:	40	0	0	10	100
Обед					
Салат из морской капусты и моркови с яйцом и растительным маслом 50 гр.	62	1	5	4	50
Уха рыбацкая 0,180	114	7	4	11	180
Биточки рыбные 80гр	165	18	8	3	80
Рис припущенный с овощами 130 гр	216	3	6	36	130
Компот из сухофруктов 200 гр,	79	0	0	18	200
Хлеб ржаной 30 гр.	47	2	0	11	30
Хлеб пшеничный 30 гр	69	2	0	15	30
Соль	0	0	0	0	5
Итого:	752	33	23	86	695
Полдник					
Ряженка 180 г	134	5	10	9	180
Макаронные изделия отварные с сыром 130 гр	201	7	7	23	130
Печенье 25 гр	115	3	1	19	25
Итого:	450	15	18	49	305
Всего:	1558	53	51	188	1515

Заведующий
(должность)

(подпись)

Шнайдемиллер И.В.
(расшифровка подписи)

Утверждаю

Шнайдемиллер И.В.

18.03.2022

Меню-раскладка
10-й День, 7.ДОУ 515 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Джем 30 г	54	0	0	14	30
Запеканка творожная 150 гр	329	15	18	11	150
Батон 30 гр	72	2	1	16	30
Масло сливочное 5г.	38	0	4	0	5
Чай 200 гр ,	49	0	0	12	200
Итого:	542	17	23	53	415
Второй завтрак					
Сок фруктовый 150 г	69	1	0	15	150
Итого:	69	1	0	15	150
Обед					
Помидор порционный 40 гр	10	0	0	2	40
Свекольник	114	2	4	16	200
Жаркое по - домашнему	248	12	14	24	230
Компот из сухофруктов 200 гр,	79	0	0	18	200
Хлеб ржаной 25 гр	45	2	0	10	25
Хлеб пшеничный 25 гр	66	2	0	14	25
Соль	0	0	0	0	5
Итого:	561	19	19	84	725
15:00					
Снежок 180 г	137	4	5	18	180
Итого:	137	4	5	18	180
Полдник					
Каша вязкая из гречи и риса молочная("Дружба 2") со сливочным маслом	153	3	4	20	150
Чай 200 гр ,	49	0	0	12	200
Мармелад 20 гр	59	0	0	15	20
Итого:	261	3	4	47	370
Всего:	1570	44	52	217	1840

Заведующий
(должность)

(подпись)

Шнайдемиллер И.В.
(расшифровка подписи)