



МЕНЮ

День недели: **Понедельник**
(неделя 1)

Наименование	Выход 1-3 г	Выход 3-6 лет	Пищевые вещества 1-3г/3-6л			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
Масло сливочное порционно	3	5	0,8/1,3	7,25/12,08	0,13/0,22	66/100
Каша манная молочная с маслом сливочным	150	200	4,16/5,55	7,31/9,75	28,8/38,4	198,41/ 264,54
Кофейный напиток на молоке	150	200	2,37/3,16	2,01/2,68	11,96/15,95	75,45/99,27
Батон пшеничный йодированный	25	30	1,66/1,99	0,33/0,40	8,58/10,30	41,8/50,2
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Сок фруктовый	100	100	0,5		10,1	42,4
ОБЕД						
Суп картофельный с клецками со свежей зеленью на мк/б	150	200	2,13/2,84	2,76/3,68	11,28/15,04	86,55/115,4
Котлеты «Фунтик» с соусом овощным тушёные	50/10	60/20	8,9/11,27	6,25/8,35	5,11/6,34	112,7/ 145,98
Гороховое пюре с маслом сливочным	120	150	13,04/14,13	2,01/2,17	28,80/31,30	178,22/ 193,07
Компот из фруктово-ягодной смеси	150	200	0,05/0,06	0,02/0,026	15,33/20,72	58,3/78,0
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	35	45	2,31/2,97	0,42/0,54	11,97/15,39	57,3/74,5
ПОЛДНИК						
Молоко кипячёное	200	200	3,8	3	9,6	107
УЖИН						
Пудинг «Солнечный» с соусом молочным	120/40	150/50	13,39/17,97	17,88/22,47	21,44/29,9	299,7/ 390,54
Кисель фруктовый	180	200	0,05/0,13	0,03/0,05	16,93/24,54	67,37/117
Кондитерское изделие/ Мармелад	18	18	1,53	2,03	12,42	74,52
Хлеб пшеничный йодированный	20	30	1,52/2,28	0,16/0,24	9,84/14,76	44,42/66,63



МЕНЮ

День недели: Среда
(неделя 1)

Наименование	Выход 1-3 г	Выход 3-6 лет	Пищевые вещества 1-3г/3-6л			Энергетическая основность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
Масло сливочное порционно	3	5	0,8/1,3	7,25/12,08	0,13/0,22	66/110
Каша молочная вязкая ячневая с маслом сливочным	150	200	4,98/7,22	7,49/7,67	33,5/31,68	221,6/ 222,29
Кофейный напиток с молоком	150	200	2,37/3,16	2,01/2,68	11,96/ 15,95	75,45/ 99,2
Батон пшеничный йодированный	25	30	1,66/1,99	0,33/0,40	8,38/10,3	41,8/50,
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Сок фруктовый	100	100	0,5		10,1	42,4
ОБЕД						
Суп картофельный с горохом на бульоне из птицы	150	200	3,46/4,88	2,22/4,93	12,07/17,1	83,56/ 134,27
Птица, тушёная в соусе с овощами	150	200	10,19/13,56	8,91/11,83	17,19/21,75	191,51/ 249,93
Напиток из с/ф С- витаминизированный	150	200	0,17/0,2		14,01/18,32	55,81/69,38
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	35	45	2,31/2,97	0,42/0,54	11,97/15,39	57,9/ 74,5
ПОЛДНИК						
Фруктовая нарезка	100	100	0,6	0,3	8,65	41,5
Напиток из шиповника	50	50	0,003	0,001	2,48	10,42
УЖИН						
Голубцы ленивые под сметано-томатным соусом	160	200	12,63/15,77	9,35/14,1	14,33/17,16	191,61/ 258,43
Компот из яблок и шиповника	200	200	0,30		11,0	43,45
Хлеб пшеничный йодированный	30	40	1,52/2,28	0,16/0,24	9,84/14,76	44,42/66,63
Кондитерское изделие/печенье	20	20	1,7	2,26	13,8	78,9



МЕНЮ

День недели: **Четверг**
(неделя 1)

Наименование	Выход 1-3 г	Выход 3-6 лет	Пищевые вещества 1-3г/3-6л			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
Яйцо отварное (1/2 порционно)	20	20	2,4	1,3	0,12	25,12
Суп молочный с вермишелью	150	200	3,28/7,6	2,85/9,11	10,77/28,1	90/222,02
Какао на молоке	150	200	2,33/ 3,16	2,01/ 2,68	11,96/ 13,95	73,45/ 99,27
Батон пшеничный	25	30	1,66/1,99	0,33/0,40	8,58/10,3	41,8/50,2
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Сок фруктовый	100	100	0,3		10,1	42,4
ОБЕД						
Щи из свежей капусты с картофелем на мк/б со сметаной	150/5	200/10	1,45/1,96	3,82/5,18	6,62/9,97	65,01/88,10
Крокеты «Детские» запеченные	50	60	15,3/-	14,33/-	24,38/-	297,0
Каша рисовая с маслом сливочным	100	120	1,38	1,91	18,76	98,5
Компот из фруктовой ягодной смеси	150	200	0,05/0,06	0,02/0,01	15,55/20,72	58,7/78,0
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	35	45	2,31/2,97	0,42/0,54	11,87/15,39	57,9/ 74,5
ПОЛДНИК						
Салат из моркови с цитрусовыми	100	100	1,15	0,13	7,29	35,20
Кисломолочный напиток/ Ряженка	100	150	3,05/3,8	2,63/3,0	4,41/5,6	56,7/107,
УЖИН						
Салат из свеклы с раст. маслом	40	60	0,59/1,8	2,04/5,1	2,9/3,43	33,58/86,1
Суфле паровое из птицы	60	60	7,81	11,75	1,44	143,0
Картофель, запеченный под соусом сметанным	100	100	1,86	2,81	14,21	86,0
Чай с сахаром	180	200	2,17/3,16	2,01/2,68	11,96/13,95	73,45/99,27
Хлеб пшеничный	30	40	1,53/2,28	0,16/0,2	9,84/14,76	44,82/66,63



МЕНЮ

День недели: **Пятница**
(неделя 1)

Наименование	Выход 1-3 г	Выход 3-6 лет	Пищевые вещества 1-3г/3-6л			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
Сыр полутвердый	7	10	1,61/2,3	2,38/3,4	0,007/0,01	31,71/45,3
Каша пшениная вязкая с маслом сливочным	70	70	2,82	3,78	20,26	126,41
Омлет натуральный, запечённый с маслом	80	100	6,32	7,6	2,02	102,1
Кофейный напиток с молоком	150	200	2,37/3,16	2,01/2,68	11,96/ 15,95	75,43/99,2
Батон пшеничный	25	30	1,66/1,99	0,33/0,40	8,58/10,3	41,8/50,2
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Сок фруктовый	100	100	0,3		10,1	42,4
ОБЕД						
Свекольник «Классический» со сметаной на мк/бульоне	150/5	200/10	1,17	3,44	7,27	65,11
Картофельная запеканка с мясом, с соусом смет-томат.	150/20	200/20	14,34	10,2	31,32	279,44
Напиток из изюма с шиповником	150	200	0,3		11,0	42,45
Хлеб ржано-пшеничный	35	45	2,31/2,97	0,42/0,54	11,97/15,39	57,3/74,5
ПОЛДНИК						
Салат фруктовый	100	100	0,6	0,6	14,7	62,93
Напиток из яблок с лимоном	100	150	0,003	0,001	2,48	11,42
УЖИН						
Тефтели рыбные с рисом под соусом овощным	80/20	100/20	11,01	5,82	10,91	140,52
Овощи тушёные «Ассорти»	100	120	2,33	2,01	7,32	54,9
Чай с сахаром	200	200	2,37/3,16	2,01/2,68	11,96/15,95	75,43/99,2
Хлеб пшеничный йодированный	30	40	1,52/2,28	0,16/0,2	9,84/14,76	44,43/66,63



МЕНЮ

День недели: Понедельник
(неделя 2)

Наименование	Выход 1-3 г	Выход 3-6 лет	Пищевое вещество 1-3г/3-6л			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
Масло сливочное порционно	3	5	0,02/0,03	2,48/4,13	0,02/0,04	22,44/37,04
Каша молочная манная с маслом сливочным	150	200	5,19/5,53	5,89/9,75	22,93/38,4	164,48/ 264,54
Какао с молоком	150	200	2,37/2,68	2,99/2,68	11,96/15,95	75,45/99,27
Батон пшеничный йодированный	25	30	1,66/1,99	0,33/0,4	8,38/10,30	41,8/50,2
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Сок	100	100	0,5		10,1	42,4
ОБЕД						
Щи из свежей капусты с картофелем на мк/б со сметаной	150/5	200/10	1,43/1,96	3,82/5,18	6,62/8,97	65,01/ 88,10
Макаронник с мясом под соусом сметанным	160/10	180/10	15,13/17,61 40,16	7,38/9,44/ 0,77	34,53/36,05	264,79/299, 12/10,69
Компот из смеси сухофруктов С-вит	150	200	0,17/0,23		18,32/24,43	69,38/92,53
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	35	45	2,31/2,97	0,42/0,54	11,97/15,39	57,92/74,5
ПОЛДНИК						
Молоко кипячёное	200	200	5,8	5	9,6	107
УЖИН						
Салат из свеклы с растительным маслом	60	600	0,87	2,06	3,22	42,34
Суфле паровое из рыбы	50	60	5,98/7,23	3,73/4,32	2,14/2,3	66,06/76,96
Картофель отварной с молоком	100	100	2,64	3,4	18,66	119,4
Кондитерское изделие/ Печенье	20	20	1,7	2,26	13,8	78,9
Чай с сахаром с лимоном	180	200	0,13/0,13	0,03/0,03	12,04/13,03	45,99/49,61
Хлеб пшеничный йодированный	20	30	1,52/2,28	0,16/0,2	9,7/14,55	47,07/0,5



МЕНЮ

День недели: **Вторник**
(неделя 2)

Наименование	Выход 1-3 г	Выход 3-6 лет	Пищевые вещества 1-3г/3-6л			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
Сыр твердых сортов	7	9	1,62/2,3	2,38/3,4	0,007/0,01	31,71/45,3
Каша на молоке пшениная «Солнышко» с маслом сливочным	150	200	7,31/9,33	8,13/11,5	28,13/34,8	312,96/ 278,25
Кофейный напиток с молоком	150	200	2,37/3,16	2,01/2,68	11,96/15,95	75,43/99,27
Батон пшеничный йодированный	25	30	1,66/1,90	0,33/0,40	8,38/10,30	41,8/50,2
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Сок	100	100	0,5		10,1	42,4
ОБЕД						
Суп картофельный с горохом на мк/бульоне	150	200	3,56/4,86	2,98/4,9	12,22/17,08	91,32/134,0
Крокеты «Детские», запечённые	50	60	9,32/11,19	7,55/8,4	2,81/3,3	135,12/ 136,75
Картофельное пюре с маслом сливочным	100	120	2,09/2,97	1,33/2,77	13,79/20,52	110,10/ 122,56
Компот из ягодной смеси	150	200	0,05/0,06	0,02/0,026	15,55/20,72	58,77/8,0
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	35	45	2,31/2,97	0,42/0,54	11,97/15,3	63,35/81,45
ПОЛДНИК						
Фруктовая нарезка	100	100	0,63	0,30	8,63	41,5
Кисломолочный напиток/ Ряженка	100	150	3,05/4,41	2,63/3,8	4,41/6,38	56,7/82,08
УЖИН						
Салат из моркови с изюмом	60	80	0,81/1,0	0,08/0,1	8,53/12,16	37,52/53,18
Запеканка творожная с соусом молочным сладким	100/40	120/50	16,45/20,88	23,11/28,1	22,91/28,4	365,91/451,
Кисель фруктовый	180	200	0,05/0,06	0,03/0,0	16,93/19,7	67,37/78,38
Хлеб пшеничный йодированный	20	30	1,53/2,28	0,16/0,24	9,7/14,76	47,6/66,63



МЕНЮ

День недели: Среда
(неделя 2)

Наименование	Выход 1-3 г	Выход 3-6 лет	Пищевые вещества 1-3г/3-6л			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
Масло сливочное порционно	3	5	1,3	12,08	0,2	110
Каша с молоком овсяная с маслом сливочным	150	200	5,66/7,55	8,95/11,93	32,46/43,28	233,18/ 310,91
Какао с молоком	150	200	2,37/3,16	2,01/2,68	11,96/ 15,95	75,45/ 99,27
Батон пшеничный йодированный	25	30	1,66/1,90	0,33/0,40	8,58/10,30	41,8/50,2
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Сок	100	100	0,3		10,1	42,4
ОБЕД						
Суп овощной «Летний» на бульоне из птицы	150	200	3,56/4,75	5,48/7,3	6,76/9,01	89,0/118,7
Плов с птицей отварной	120	150	14,38/13,7	11,83/16,43	68,3/32,8	434,06/ 351,53
Компот из яблок + витамин С	150	200	0,12/0,16	0,12/0,1	20,91/27,88	85,95/ 114,60
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	35	45	2,11/2,97	0,42/0,54	11,97/15,39	57,9/74,5
ПОЛДНИК						
Фруктовая нарезка	100	100	0,33	0,15	4,48	21,25
Отвар шиповника	100	150	0,17/0,24	0,07/0,10	10,4/13,16	44,52/57,78
УЖИН						
Винегрет овощной	60	100	1,49/1,8	3,16/4,19	8,54/10,36	69,09/87,01
Котлета рыбная паровая	50	60	8,18/9,22	2,8/2,93	5,2/6,4	78,97/89,42
Пирожок печёный с картофелем	75	75	4,76	2,75	33,5	180,34
Чай с сахаром с лимоном	150	200	0,11		12,04	45,99
Хлеб пшеничный йодированный	20	30	1,52/2,38	0,16/0,24	9,84/14,76	44,42/66,63



МЕНЮ

День недели: **Четверг**
(неделя 2)

Наименование	Выход 1-3 г	Выход 3-6 лет	Пищевые вещества 1-3г/3-6г			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
Масло сливочное порционно	3	5	0,02/0,03	2,88/4,13	0,02/0,04	22,44/37,4
Каша с молоком ячневая вязкая с маслом	150	200	5,12	5,97	23,36	167,59
Кофейный напиток с молоком	150	200	2,37/3,16	2,01/2,68	11,96/ 15,95	75,45/ 90,27
Батон пшеничный йодированный	25	30	1,66/1,90	0,33/0,40	8,58/10,30	41,8/50,2
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Сок фруктовый	100	100	0,3		10,1	42,4
ОБЕД						
Борщ на кв/с со сметаной	150/5	200/10	1,12/1,52	3,05/4,13	6,78/9,19	64,33/87,16
Картофель тушеный с мясными изделиями	150	200	10,34/12,72	7,18/9,21	18,54/21,4	183,14/ 222,8
Напиток из сушеных фруктов/ Урюк С-вит	150	200	0,56/0,75	0,05/0,07	20,95/27,9	87,30/116,4
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	35	45	2,31/2,97	0,42/0,54	11,97/15,39	57,8/74,3
ПОЛДНИК						
Салат из моркови с цитрусовыми	100	100	1,12	0,1	13,89	59,53
Напиток из яблок с лимоном	100	150	0,01/0,02	—	7,02/8,04	26,87/31,0
УЖИН						
Салат из свежей капусты с зеленью «Молодость»	60	60	1,06	2,06	2,71	33,72
Котлеты «Куриные»	50	60	10,13/12,66	16,83/21,06	3,24/4,05	205,33/ 256,66
Гороховое пюре с маслом сливочным	100	120	13,04/14,13	2,01/2,1	28,80/31,20	178,22/ 193,07
Компот из ягодной смеси	150	200	0,05/0,06	0,03/0,036	15,55/20,72	58,7/78,0
Хлеб пшеничный йодированный	30	40	1,52/2,28	0,16/0,24	9,84/14,76	44,42/66,63



МЕНЮ

День недели: **Пятница**
(неделя 2)

Наименование	Выход 1-3 г	Выход 3-6 лет	Пищевые вещества 1-3г/3-6л			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
Сыр полутвердый	7	9	1,62/2,1	2,38/3,4	0,007/0,01	31,71/45,3
Каша гречневая с молоком и маслом сливочным	150	200	4,99/6,66	3,66/4,8	23,55/31,4	152,0/ 202,67
Какао с молоком	150	200	2,37/3,16	2,01/2,68	11,96/ 15,85	73,45/ 99,27
Батон пшеничный	25	30	1,66/1,9	0,33/0,40	8,58/10,30	41,8/50,2
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
Сок фруктовый	100	100	0,5		10,1	42,4
ОБЕД						
Суп-лапша домашняя на мк/бульоне	150	200	3,12/6,83	5,16/6,88	13,94/18,59	119,2/159,8
Голубцы ленивые под сметанно-томатным соусом	160	200	2,51/3,39	3,96/5,28	19,6/26,1	119,41/ 139,07
Напиток из яблок и изюма С-вит	150	200	0,30/0,40		1,0/14,67	42,45/56,61
Хлеб ржано-пшеничный	35	45	2,51/2,97	0,42/0,54	11,97/15,39	57,9/74,5
ПОЛДНИК						
Кисломолочный напиток/ Ряженка	150	200	4,35/5,80	3,75/5	6,3/8,40	82,5/110,0
УЖИН						
Салат «Степной» с маслом растительным	100	100	1,65	5,17	7,69	84,8
Биточки рыбные с овощами, запечённые	50	60	5,38/6,70	6,83/8,20	6,74/8,09	110,91/ 133,09
Ватрушка сдобная с творожной начинкой	75	75	9,22	5,48	29,18	202,0
Чай с сахаром с лимоном	180	200	0,15/0,2	0,03/0,1	11,26/15,0	43,0/60,0
Хлеб пшеничный йодированный	20	30	1,52/2,28	0,16/0,24	9,84/14,76	44,42/66,63