

Утверждаю:  
 Директор МУП "ПКП и ОРТ"

Согласовано:



**Ежедневное меню 1-ый день 05.09.2022г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда/объем (г/мл) 1-3 года	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вес блюда/объем (г/мл) 3-7 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>											
	Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая	160	5,33	8,8	18,11	173,15	180	5,99	9,9	20,38	194,8
	Чай сладкий с молоком	150	2,34	2,43	13,28	81,96	180	2,81	2,92	15,93	98,35
	Печенье	25	1,88	2,95	18,73	42	25	1,88	2,95	18,73	42
	<b>Итого</b>	<b>335</b>	<b>9,55</b>	<b>14,18</b>	<b>50,12</b>	<b>297,11</b>	<b>385</b>	<b>10,68</b>	<b>15,77</b>	<b>55,04</b>	<b>335,15</b>
<b>2-ой завтрак</b>											
	Сок фруктовый	110	0,55	0,11	11,11	50,6	140	0,7	0,14	14,14	64,4
<b>Обед</b>											
	Салат из капусты и моркови с растительным маслом	40	0,64	3,64	1,3	44,6	60	0,96	5,45	1,95	66,9
	Суп крестьянский со сметаной	160	1,94	1,3	10,56	73,66	200	2,42	1,62	13,2	92,08
	Котлеты рыбные любительские	70	15,65	2,18	4,17	95,63	80	17,88	2,49	4,77	109,3
	Пюре картофельное	150	3,26	4,68	8,04	123,9	180	3,91	5,62	9,65	148,7
	Компот из сухофруктов	150	0,78	0	20,22	80,58	180	0,94	0	24,26	96,7
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,4	40	2,64	0,48	15,84	79,2
	<b>Итого</b>	<b>600</b>	<b>24,25</b>	<b>12,16</b>	<b>56,17</b>	<b>477,77</b>	<b>740</b>	<b>28,75</b>	<b>15,66</b>	<b>69,67</b>	<b>592,88</b>
<b>Полдник</b>											
	Макароны, запеченные с сыром	130	7,89	9,72	31,17	248,3	150	9,1	11,22	35,97	286,5
	Компот из свежих фруктов (яблоки)	150	4,82	5,82	13,39	52,03	180	5,98	6,98	16,07	62,44
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	66,4	30	2,28	0,24	14,58	66,4
	<b>Итого</b>	<b>310</b>	<b>15</b>	<b>15,8</b>	<b>59,1</b>	<b>366,7</b>	<b>360</b>	<b>17,4</b>	<b>18,4</b>	<b>66,6</b>	<b>415,3</b>
	Вода питьевая детская на весь день	100					150				
<b>Итого за 1-ый день</b>		<b>1 355,00</b>	<b>49,35</b>	<b>42,25</b>	<b>176,50</b>	<b>1 192,18</b>	<b>1 625,00</b>	<b>57,53</b>	<b>49,97</b>	<b>205,45</b>	<b>1 407,73</b>

Заведующий производством:



Согласовано:

**Ежедневное меню 2-ой день 06.09.2022г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда/объ- ем (г/мл) 1-3 года	Пищевые вещества (г)			Энергетич- еская ценность (ккал)	Вес блюда/о- бъем (г/мл) 3-7 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетич- еская ценность (ккал)
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>											
	Каша гречневая молочная жидкая	160	5,58	8,34	20	177,9	180	6,28	9,38	22,5	200,14
	Какао на молоке	150	4,65	4,8	16,77	127,37	180	5,58	5,76	20,12	152,84
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	66,4	30	2,28	0,24	14,58	66,4
	<b>Итого</b>	<b>340</b>	<b>12,51</b>	<b>13,38</b>	<b>51,35</b>	<b>371,67</b>	<b>390</b>	<b>14,14</b>	<b>15,38</b>	<b>57,2</b>	<b>419,38</b>
<b>2-ой завтрак</b>											
	Фрукты и ягоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,4	9,4	45,32	120	0,5	0,5	11,3	54,38
<b>Обед</b>											
	Борщ на курином бульоне со сметаной	160	2,46	1,39	4,34	51,98	200	3,08	1,74	5,42	64,98
	Плов из отварной птицы с пюре из моркови	140	18,7	14,25	20,79	291,2	160	20,36	16,28	26,21	332,6
	Пюре из моркови	50	0,72	1,87	4,17	36,39	80	1,15	2,99	6,66	58,22
	Напиток яблочный	150	0,06	0,06	9,87	40,13	180	1,13	0,25	19,99	62,44
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,4	40	2,64	0,48	15,84	79,2
	<b>Итого</b>	<b>530</b>	<b>23,92</b>	<b>17,93</b>	<b>51,05</b>	<b>479,1</b>	<b>660</b>	<b>28,36</b>	<b>21,74</b>	<b>74,12</b>	<b>597,44</b>
<b>Полдник</b>											
	Картофель и овощи, тушеные в соусе	100	2,07	3,53	9,28	94,31	110	2,28	3,89	10,21	103,74
	Сельдь с луком	-					40	3,05	3,2	1,13	45,56
	Чай с сахаром	150	0,17	2,3	9,75	36,96	180	0,2	2,75	11,7	44,35
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	66,4	30	2,28	0,24	14,58	66,4
	<b>Итого</b>	<b>280</b>	<b>4,5</b>	<b>6,1</b>	<b>33,6</b>	<b>197,7</b>	<b>360</b>	<b>7,8</b>	<b>10,1</b>	<b>37,6</b>	<b>260,1</b>
	Вода питьевая детская на весь день	100					150				
<b>Итого за 2-ой день</b>	<b>Итого за день</b>	<b>1250</b>	<b>41,33</b>	<b>37,81</b>	<b>145,4</b>	<b>1093,79</b>	<b>1530</b>	<b>50,8</b>	<b>47,72</b>	<b>180,22</b>	<b>1331,3</b>

Заведующий производством:

Утверждаю:  
 Директор МУП "ПКП и ОРТ"  
 А.И.Бибииков

Согласовано:

**Ежедневное меню 3-ий день 07.09.2022г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда/объем (г/мл) 1-3 года	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вес блюда/объем (г/мл) 3-7 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>											
	Омлет натуральный	120	9,42	10,87	3,85	149,92	130	10,21	11,78	4,17	162,41
	Кофейный напиток на молоке	150	3,4	3,78	16,13	109,01	180	4,12	4,54	19,35	130,81
	Масло сливочное	7	4,98	0,07	0,07	44,88	7	4,98	0,07	0,07	44,88
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	66,4	30	2,28	0,24	14,58	66,4
	<b>Итого</b>	<b>307</b>	<b>20,08</b>	<b>14,96</b>	<b>34,63</b>	<b>370,21</b>	<b>347</b>	<b>21,59</b>	<b>16,63</b>	<b>38,17</b>	<b>404,5</b>
<b>2-ой завтрак</b>											
	Сок фруктовый	110	0,55	0,11	11,11	50,6	140	0,7	0,14	14,14	64,4
<b>Обед</b>											
	Помидоры свежие	40	0,32	0,04	0,64	5,3	50	0,48	0,06	0,96	8
	Суп гороховый вегетарианский	160	4,58	0,38	12,9	81,5	200	5,72	0,48	16,12	101,88
	Гренки для супов	10	1,52	0,16	9,72	47,6	15	2,28	0,24	14,58	66,4
	Котлета мясная	60	8,83	3,55	3,26	75,03	70	10,3	4,14	3,81	87,54
	Изделия макаронные отварные	110	3,8	2,8	18,04	122,1	130	4,6	3,3	19,9	144,3
	Компот из сухофруктов (курага)	150	0,78	0	20,22	80,58	180	0,94	0	24,26	96,7
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,4	40	2,64	0,48	15,84	79,2
	<b>ИТОГО:</b>	<b>560</b>	<b>21,81</b>	<b>7,29</b>	<b>76,66</b>	<b>471,5</b>	<b>695</b>	<b>26,96</b>	<b>8,7</b>	<b>95,47</b>	<b>584,02</b>
<b>Полдник</b>											
	Картофельная запеканка с рыбой	120	8,56	6,33	19,62	169,92	140	9,98	7,38	22,89	198,24
	Отвар шиповника	150	0,44	0,17	11,79	56,82	180	0,49	0,2	14,15	68,18
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	66,4	30	2,28	0,24	14,58	66,4
	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>11,28</b>	<b>6,74</b>	<b>45,99</b>	<b>293,14</b>	<b>350</b>	<b>12,75</b>	<b>7,82</b>	<b>51,62</b>	<b>332,82</b>
	Вода питьевая детская на весь день	100					150				
<b>Итого за 3-ий день</b>		<b>1277</b>	<b>53,72</b>	<b>29,1</b>	<b>168,39</b>	<b>1185,5</b>	<b>1532</b>	<b>62,00</b>	<b>33,29</b>	<b>199,40</b>	<b>1385,7</b>

Заведующий производством:



Согласовано:

**Ежедневное меню 4-ый день 08.09.2022г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда/объем (г/мл) 1-3 года	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вес блюда/объем (г/мл) 3-7 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>											
	Суфле творожное	120	17,16	10,76	14,74	231,36	150	21,45	13,46	18,42	289,2
	Соус молочный сладкий	30	1,24	1,03	2,42	35,31	50	2,07	1,72	4,04	58,85
	Чай сладкий с молоком	150	2,34	2,43	13,28	81,96	180	2,81	2,92	15,93	98,35
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	66,4	30	2,28	0,24	14,58	66,4
	<b>Итого</b>	<b>330</b>	<b>23,02</b>	<b>14,46</b>	<b>45,02</b>	<b>415,03</b>	<b>410</b>	<b>28,61</b>	<b>18,34</b>	<b>52,97</b>	<b>512,8</b>
<b>2-ой завтрак</b>											
	Плоды и ягоды свежие (апельсин)	100	0,4	0,4	9,4	45,32	120	0,5	0,5	11,3	54,38
<b>Обед</b>											
	Салат из свеклы отварной	40	0,54	1,84	2,34	28,08	60	0,81	2,76	3,51	42,12
	Суп картофельный на курином бульоне	160	3,02	1,6	12,4	90,02	200	3,78	2	15,5	112,52
	Суфле из отварной курицы	60	12,54	10,74	2,64	141,96	80	16,72	14,32	3,52	189,28
	Капуста тушеная	150	3,18	6,72	6,98	119,7	180	3,82	8,06	8,37	143,64
	Компот из свежих фруктов (яблоки)	150	4,82	5,82	13,39	52,03	180	5,98	6,98	16,07	62,44
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,4	40	2,64	0,48	15,84	79,2
	<b>Итого</b>	<b>590</b>	<b>26,08</b>	<b>27,08</b>	<b>49,63</b>	<b>491,19</b>	<b>740</b>	<b>33,75</b>	<b>34,6</b>	<b>62,81</b>	<b>629,2</b>
<b>Полдник</b>											
	Рис отварной с овощами	130	2,93	4,76	22,06	163,41	150	3,38	5,49	25,46	188,55
	Напиток лимонный	150	0,95	0,21	15,82	52,04	180	1,13	0,25	19,99	62,44
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	66,4	30	2,28	0,24	14,58	66,4
	<b>Итого</b>	<b>310</b>	<b>6,16</b>	<b>5,21</b>	<b>52,46</b>	<b>281,85</b>	<b>360</b>	<b>6,79</b>	<b>5,98</b>	<b>60,03</b>	<b>317,39</b>
	Вода питьевая детская на весь день	100					150				
<b>Итого за 4-ый день</b>		<b>1 330</b>	<b>55,66</b>	<b>47,15</b>	<b>156,51</b>	<b>1 233,4</b>	<b>1 630</b>	<b>69,65</b>	<b>59,42</b>	<b>187,11</b>	<b>1 513,8</b>

Заведующий производством:



Утверждаю:  
 Директор МУП "ПКП и ОРТ"  
 А.И.Бибиков

Согласовано:

**Ежедневное меню 5-ый день 09.09.2022г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда/о бъем (г/мл) 1-3 года	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вес блюда/о бъем (г/мл) 3-7 лет	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>											
	Каша пшеничная молочная жидкая	160	5,41	8,34	20,69	179,95	180	6,08	9,38	23,27	202,45
	Какао на молоке	150	4,65	4,8	16,77	127,37	180	5,58	5,76	20,12	152,84
	Сыр порционный	10	2,6	2,68	0	35,2	12	3,12	3,22	0	42,24
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,58	66,4	30	2,28	0,24	14,58	66,4
	<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>14,94</b>	<b>16,06</b>	<b>52,04</b>	<b>408,92</b>	<b>402</b>	<b>17,06</b>	<b>18,6</b>	<b>57,97</b>	<b>463,93</b>
<b>2-ой завтрак</b>											
	Сок фруктовый	110	0,55	0,11	11,11	50,6	140	0,7	0,14	14,14	64,4
<b>Обед</b>											
	Огурец свежий	40	0,76	3,56	3,08	47,6	60	1,14	5,34	4,62	71,4
	Рассольник на мясном бульоне со сметаной	160	2,7	1,52	9,79	75,79	200	3,38	1,9	12,24	94,74
	Жаркое по-домашнему	160	8,5	8,69	15,52	194,99	180	9,56	9,77	17,46	219,37
	Компот из сухофруктов (смесь сухофруктов)	150	0,78	0	20,22	80,58	180	0,94	0	24,26	96,7
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	11,88	59,4	40	2,64	0,48	15,84	79,2
	<b>Итого</b>	<b>540</b>	<b>14,72</b>	<b>14,13</b>	<b>60,49</b>	<b>458,36</b>	<b>660</b>	<b>17,66</b>	<b>17,49</b>	<b>74,42</b>	<b>561,41</b>
<b>Полдник</b>											
	Оладьи с яблоками	100	5,25	4,95	33,77	201,05	110	5,98	5,45	39,15	221,16
	Кисломолочный напиток	150	4,2	4,8	11,38	108,8	180	5,04	5,76	13,66	130,5
	<b>Итого</b>	<b>250</b>	<b>9,5</b>	<b>9,8</b>	<b>45,2</b>	<b>309,9</b>	<b>290</b>	<b>11</b>	<b>11,2</b>	<b>52,8</b>	<b>351,7</b>
	Вода питьевая детская на весь день	100					150				
<b>Итого за 5-ый день</b>		<b>1 250</b>	<b>39,71</b>	<b>40,10</b>	<b>168,84</b>	<b>1 227,8</b>	<b>1 492</b>	<b>46,42</b>	<b>47,43</b>	<b>199,33</b>	<b>1 441,4</b>

Заведующий производством: