

Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад №15  
 «Сказка» города Шумерля  
 \_\_\_\_\_ Н.И. Илейчева

МЕНЮ \_\_\_\_\_

<b>1 день (с 3 до 7 лет)</b>					
Название блюд	Выход блюда, г	Б	Ж	У	ККАЛ
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша гречневая № 27	150	3,79	3,46	18,65	116,32
Кофейный напиток №44	200	0,27	0,28	8,06	33,95
Батон № 5	35	2,65	0,31	16,34	74,75
Масло сливочное №6	5	0,02	4,12	0,04	37,37
<b>Всего за завтрак</b>	<b>390,00</b>	<b>6,73</b>	<b>8,17</b>	<b>43,09</b>	<b>262,39</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>					
Сок	100,0	0,4	0,4	9,8	42
<b>Всего за второй завтрак</b>	<b>100,00</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>42,00</b>
<b>ОБЕД</b>					
Салат из квашенной капусты №107	50	0,82	3,04	4,37	47,12
Суп гороховый на мясном бульоне	200	4,62	3,70	14,20	105,09
Пудинг из печени №79	70	13,45	6,31	5,33	130,66
Картофельное пюре №24	130	3,74	5,65	24,67	158,37
Напиток из свежих фруктов №52	200	0,07	0,07	11,87	45,53
Хлеб ржаной №95	50	3,30	0,60	17,10	82,70
<b>Всего за обед</b>	<b>700,00</b>	<b>26,00</b>	<b>19,37</b>	<b>77,54</b>	<b>569,47</b>
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>					
Вермишель в молоке №12	200	4,78	8,94	16,15	162,77
Напиток из сухофруктов	200	0,39	0	15,06	58,07
Батон №5	30	2,27	0,27	14,01	64,08
Печенье	20	1,5	2,36	14,98	83,42
<b>Всего за упл. полдник</b>	<b>450,00</b>	<b>8,94</b>	<b>11,57</b>	<b>60,20</b>	<b>368,34</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>42,07</b>	<b>39,51</b>	<b>190,63</b>	<b>1242,2</b>

Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад №15  
 «Сказка» города Шумерля  
 \_\_\_\_\_ Н.И. Илейчева

МЕНЮ \_\_\_\_\_

<b>2 день (с 3 до 7 лет)</b>					
Название блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	ККАЛ
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша пшеничная №30	160	5,79	5,85	19,31	148,3
Какао с молоком	200	3,09	3,49	24,56	135,92
Батон № 5	35	2,65	0,31	16,34	74,75
Масло сливочное № 6	5	0,02	4,12	0,04	37,37
<b>Всего за завтрак</b>	<b>400</b>	<b>11,55</b>	<b>13,77</b>	<b>60,25</b>	<b>396,34</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>					
Йогурт №137	100	3,18	3,2	3,8	56,7
<b>Всего за второй завтрак</b>	<b>100</b>	<b>3,18</b>	<b>3,2</b>	<b>3,8</b>	<b>56,7</b>
<b>ОБЕД</b>					
Огурец соленый № 122	50	0,4	0,05	0,85	5,25
Бульон куриный с гренокми № 9	208	3,13	4,49	8,89	86,47
Плов из отварной курицы № 54	180	17,4	10,54	31,11	281,21
Компот фруктовый № 118	200	0,11	0,05	11,69	44,87
Хлеб ржаной № 95	50	3,3	0,6	17,1	82,7
<b>Всего за обед</b>	<b>688</b>	<b>24,34</b>	<b>15,73</b>	<b>69,64</b>	<b>500,5</b>
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>					
Вермишель в молоке № 12	180	4,36	7,78	14,42	143,92
Батон № 5	40	3,04	0,36	18,68	85,44
Яблоко № 102	52,8	0,21	0,21	5,17	22,17
Кисель № 34	180	0,03	0	9,74	39,19
<b>Всего за упл. полдник</b>	<b>452,8</b>	<b>7,64</b>	<b>8,35</b>	<b>48,01</b>	<b>290,72</b>
<b>ИТОГО за день:</b>		<b>46,71</b>	<b>41,05</b>	<b>181,7</b>	<b>1244,26</b>

Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад №15  
 «Сказка» города Шумерля  
 \_\_\_\_\_ Н.И. Илейчева

МЕНЮ \_\_\_\_\_

<b>3 день (с 3 до 7 лет)</b>					
Название блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	ККАЛ
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша пшенная № 31	200	6,66	7,46	21,68	186,28
Чай с молоком № 97	200	3,91	4,19	14,12	106,33
Батон № 5	40	3,04	0,36	18,68	85,44
масло сливочное № 6	5	0,02	4,12	0,04	37,37
<b>Всего за завтрак</b>	<b>445</b>	<b>13,63</b>	<b>16,13</b>	<b>54,52</b>	<b>415,42</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>					
Ряженка № 83	180	4,5	5	7,56	91,8
<b>Всего за второй завтрак</b>	<b>180</b>	<b>4,5</b>	<b>5</b>	<b>7,56</b>	<b>91,8</b>
<b>ОБЕД</b>					
Салат овощной	50	0,575	4,44	2,75	52,32
Суп картофельный с вермишелью на мясном бульоне № 82	200	3,68	4,42	15,19	118,03
Жаркое по - домашнему № 47	150	12,29	12,19	21,85	240,83
Лимонный напиток № 45	200	0,1	0,01	12,31	46,71
Хлеб ржаной №95	50	3,3	0,6	17,1	82,7
<b>Всего за обед</b>	<b>600</b>	<b>19,37</b>	<b>17,22</b>	<b>66,45</b>	<b>488,27</b>
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>					
Сырники № 115 со	170	23,48	5,66	30,98	364,32
Батон № 5	40	3,04	0,36	18,68	85,44
Чай с соком № 98	200	0,32	0,23	11,91	48,04
<b>Всего за упл. полдник</b>	<b>410</b>	<b>26,84</b>	<b>6,25</b>	<b>61,57</b>	<b>497,8</b>
<b>ИТОГО за день:</b>	<b>1635</b>	<b>64,34</b>	<b>44,6</b>	<b>190,1</b>	<b>1493,29</b>

Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад №15  
 «Сказка» города Шумерля  
 \_\_\_\_\_ Н.И. Илейчева

МЕНЮ \_\_\_\_\_

<b>4 день (с 3 до 7 лет)</b>					
Название блюд	Выход блюда,	Б	Ж	У	ККАЛ
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша геркулесовая № 26	200	6,31	8,06	23,24	184,93
Кофейный напиток с молоком № 43	200	3,76	3,35	16,5	110,16
Багон № 5	35	2,66	0,31	16,34	74,76
Масло сливочное № 6	5	0,02	4,12	0,04	37,37
<b>Всего за завтрак</b>	<b>440</b>	<b>12,75</b>	<b>15,84</b>	<b>56,12</b>	<b>407,22</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>					
Яблоко № 102	100	0,4	0,4	9,8	42
<b>Всего за второй завтрак</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>42</b>
<b>ОБЕД</b>					
Салат из квашеной капусты № 107	50	0,82	3,04	4,37	47,12
Борщ со сметаной на мясном бульоне № 7	200	3,31	7,41	11,9	124,7
Котлета из говядины	70	12,95	13,57	4,17	169,68
Картофельное пюре	130	3,74	5,65	24,67	158,37
Фруктовый напиток № 118	200	0,11	0,05	11,69	44,87
Хлеб ржаной № 95	40	2,64	0,48	13,68	66,16
<b>Всего за обед</b>	<b>690</b>	<b>23,57</b>	<b>30,2</b>	<b>70,48</b>	<b>610,90</b>
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>					
Ежики рыбные со сметанной подливой	180	20,09	7,78	13,66	201,66
Компот из сухофруктов № 53	200	0,38	0	17,01	65,34
Печенье № 119	40	3	4,72	29,96	166,84
Хлеб ржаной № 95	30	1,97	0,36	10,26	42,62
<b>Всего за ул. полдник</b>	<b>450</b>	<b>25,44</b>	<b>12,86</b>	<b>70,89</b>	<b>476,46</b>
<b>ИТОГО за день:</b>	<b>1680</b>	<b>62,16</b>	<b>59,30</b>	<b>207,29</b>	<b>1536,58</b>

Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад №15  
 «Сказка» города Шумерля  
 \_\_\_\_\_ Н.И. Илейчева

МЕНЮ \_\_\_\_\_

5 день (с 3 до 7 лет)					
Название блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	ККАЛ
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша манная №29	200	5,7	6,75	20,39	160,79
Какао с молоком сгущенным №21	200	3,09	3,49	24,56	135,92
Батон № 5	40	3,04	0,36	18,68	85,44
Масло сливочное № 6	5	0,02	4,12	0,04	37,37
<b>Всего за завтрак</b>	<b>445</b>	<b>11,85</b>	<b>14,72</b>	<b>63,67</b>	<b>419,52</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>					
Чай с лимоном № 96	180	0,16	0,03	8,1	31,4
Гренки № 2	40	3,04	2,99	17,36	104,17
<b>Всего за второй завтрак</b>	<b>220</b>	<b>3,2</b>	<b>3,02</b>	<b>25,46</b>	<b>135,57</b>
<b>ОБЕД</b>					
Салат сезонный	50	0,575	4,44	2,75	52,32
Суп " Харчо " с мясом птицы № 230	200	3,81	7,01	9,95	116,35
Шницель куриный № 116	70	16,6	3,76	6,29	128
Макароны отварные № 46	130	4,78	3,8	31,29	170,54
Компот из свежих фруктов № 38	200	0,07	0,07	11,87	45,53
Хлеб ржаной № 95	50	3,3	0,6	17,1	82,7
<b>Всего за обед</b>	<b>650</b>	<b>28,56</b>	<b>15,24</b>	<b>76,5</b>	<b>543,12</b>
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>					
Каша гречневая на молоке № 168	210	8,83	9,6	33,98	249,2
Батон № 5	40	3,04	0,36	18,68	85,44
Чай сладкий № 99	200	0,133	0,003	6,67	25,88
<b>Всего за упл. полдник</b>	<b>240</b>	<b>3,173</b>	<b>0,363</b>	<b>25,35</b>	<b>111,32</b>
<b>ИТОГО за день:</b>		<b>46,78</b>	<b>33,343</b>	<b>190,98</b>	<b>1209,5</b>

Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад №15  
 «Сказка» города Шумерля  
 \_\_\_\_\_ Н.И. Илейчева

МЕНЮ \_\_\_\_\_

<b>6 день (с 3 до 7 лет)</b>					
Название блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	ККАЛ
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша пшеничная молочная № 30	200	7,72	7,8	25,7	197,73
Чай с соком № 98	200	0,32	0,23	11,91	48,04
Батон № 5	40	3,04	0,36	18,68	85,44
Масло сливочное № 6	5	0,02	4,12	0,04	37,37
<b>Всего за завтрак</b>	<b>445</b>	<b>11,1</b>	<b>12,51</b>	<b>56,33</b>	<b>368,58</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>					
Сок № 80	100	0,4	0,4	9,8	42
<b>Всего за второй завтрак</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>42</b>
<b>ОБЕД</b>					
Салат свекольный № 73	50	0,72	3,04	4,22	46,12
Рассольник ленинградский на мясном бульоне № 64	200	2,79	7,44	12,43	124,88
Котлета аппетитная	70	11,49	13,5	5,37	171,5
Сложный гарнир № 77	180	4,45	10,53	20,85	190,77
Компот из свежих яблок № 39	200	0,07	0,07	11,87	45,53
Хлеб ржаной № 95	40	2,64	0,48	13,68	66,16
<b>Всего за обед</b>	<b>740</b>	<b>22,16</b>	<b>35,06</b>	<b>68,42</b>	<b>644,96</b>
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>					
Омлет № 75	150	13,24	18,28	4,16	233,13
Кисель № 34	180	0,03	0	9,74	39,19
Яблоко № 102	52,8	0,21	0,2	5,17	22,17
Батон № 5	30	2,27	0,27	14,01	64,08
<b>Всего за упл.полдник</b>	<b>412,8</b>	<b>15,75</b>	<b>18,75</b>	<b>33,08</b>	<b>358,57</b>
<b>ИТОГО за день:</b>		<b>49,41</b>	<b>66,72</b>	<b>167,63</b>	<b>1414,11</b>

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ «Детский сад №15  
«Сказка» города Шумерля  
\_\_\_\_\_ Н.И. Илейчева

МЕНЮ \_\_\_\_\_

<b>7 день (с 3 до 7 лет)</b>					
Название блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	ККАЛ
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша рисовая № 32	200	5,61	7,13	23,9	176,26
Какао с молоком сгущенное № 21	200	3,09	3,49	24,56	135,92
Батон № 5	40	3,04	0,36	18,68	85,44
Масло сливочное № 6	5	0,02	4,12	0,04	37,37
<b>Всего за завтрак</b>	<b>445</b>	<b>11,76</b>	<b>15,1</b>	<b>67,18</b>	<b>434,99</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>					
Ряженка	180	4,5	5	7,56	91,8
<b>Всего за второй завтрак</b>	<b>180</b>	<b>4,5</b>	<b>5</b>	<b>7,56</b>	<b>91,8</b>
<b>ОБЕД</b>					
Салат овощной	50	0,575	4,44	2,75	52,32
Свекольник на мясном бульоне № 74	200	2,88	6,41	12,06	114,59
Котлета рыбная любительская № 42	70	8,83	3,3	1,84	71,97
Картофельное пюре № 24	130	3,74	5,65	24,67	158,37
Напиток из свежих фруктов № 52	200	0,08	0,08	13,77	54,16
Хлеб ржаной № 95	40	2,64	0,48	13,68	66,16
<b>Всего за обед</b>	<b>690</b>	<b>18,745</b>	<b>20,36</b>	<b>68,77</b>	<b>517,57</b>
<b>УЩЕЛНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>					
Пудинг творожный № 69	160	21,8	14,86	21,61	302,08
Сладкий соус № 78	20	0,7	0,032	8,42	34,52
Компот из яблок с лимоном № 528	200	0,3	0,2	25,1	103
Батон № 5	30	2,27	0,27	14,01	64,08
Печенье	40	3	4,72	29,96	166,84
<b>Всего за уш. полдник</b>	<b>450</b>	<b>28,07</b>	<b>20,082</b>	<b>99,1</b>	<b>670,52</b>
<b>ИТОГО за день:</b>		<b>63,075</b>	<b>60,542</b>	<b>242,61</b>	<b>1714,88</b>

Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад №15  
 «Сказка» города Шумерля  
 \_\_\_\_\_ Н.И. Илейчева

МЕНЮ \_\_\_\_\_

<b>8 день (с 3 до 7 лет)</b>					
Название блюда	Выход блюда,	Б	Ж	У	ККАЛ
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша манная № 29	200	5,7	6,75	20,59	160,79
Чай с молоком № 97	200	3,91	4,19	14,12	106,33
Батон № 5	40	3,04	0,36	18,68	85,44
Масло сливочное № 6	5	0,02	4,12	0,04	37,37
<b>Всего за завтрак</b>	445	<b>12,67</b>	<b>15,42</b>	<b>53,43</b>	<b>389,93</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>					
Яблоко № 102	100	0,4	0,4	9,8	42
<b>Всего за второй завтрак</b>	100	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>42</b>
<b>ОБЕД</b>					
Салат сезонный	50	0,58	4,44	2,75	52,32
Суп овощной на мясном бульоне № 86	200	4,03	6,13	8,53	103,94
Тефтели мяные № 91	70	145,24	10,86	5,63	174,18
Томатно-сметанный соус № 92	20	0,76	1,56	4,04	32,28
Каша гречневая № 27	130	3,29	3,33	16,17	103,8
Лимонный напиток № 45	200	0,10	0,01	12,31	46,71
Хлеб ржаной № 95	50	3,30	0,60	17,10	82,70
<b>Всего за обед</b>	720	<b>157,30</b>	<b>26,93</b>	<b>66,53</b>	<b>595,93</b>
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>					
Овощное рагу № 56	180	4,18	7,72	18,66	156,18
Фруктовый напиток с соком	200	0,2	0,2	11,54	47,53
Батон № 5	40	3,04	0,36	18,68	85,44
<b>Всего за упл. полдник</b>	420	<b>7,42</b>	<b>8,28</b>	<b>48,88</b>	<b>289,15</b>
<b>ИТОГО за день:</b>		<b>177,79</b>	<b>51,03</b>	<b>178,64</b>	<b>1317,01</b>



Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ «Детский сад №15  
 «Сказка» города Шумерля  
 \_\_\_\_\_ Н.И. Илейчева

МЕНЮ \_\_\_\_\_

<b>9 день (с 3 до 7 лет)</b>					
Название блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	ККАЛ
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша пшенная № 31	200	6,66	7,46	21,68	186,28
Кофейный напиток с молоком №43	200	3,95	4,41	16,5	114,71
Батон № 5	40	3,04	0,36	18,68	85,44
Масло сливочное № 6	5	0,02	4,12	0,04	37,37
<b>Всего за завтрак</b>	<b>445</b>	<b>13,67</b>	<b>16,35</b>	<b>56,9</b>	<b>423,8</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>					
Яблоко № 102	52,8	0,21	0,2	5,17	22,17
<b>Всего за второй завтрак</b>	<b>52,8</b>	<b>0,21</b>	<b>0,2</b>	<b>5,17</b>	<b>22,17</b>
<b>ОБЕД</b>					
Салат свекольный № 73	50	0,72	3,04	4,22	46,12
Суп крестьянский на курином бульоне № 124	200	4,83	6,37	15,05	133,13
Гуляш из филе куриного №11	70	13,36	11,82	6,76	184,9
Макаронь отварные № 46	130	4,75	3,8	31,29	170,54
Компот из сухофруктов № 53	200	0,38	0	17,01	65,34
Хлеб ржаной № 95	50	3,3	0,6	17,1	82,7
<b>Всего за обед</b>	<b>650</b>	<b>26,62</b>	<b>22,59</b>	<b>87,21</b>	<b>636,61</b>
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>					
Гренки № 2	40	3,04	2,99	17,36	104,17
Суп молочный рисовый №84	200	5,98	10,48	18,73	188,64
Чай с сахаром № 99	200	0,16	0,04	8,01	31,07
<b>Всего за упл.полдник</b>	<b>440</b>	<b>9,18</b>	<b>13,51</b>	<b>44,1</b>	<b>323,88</b>
<b>ИТОГО за день:</b>		<b>49,68</b>	<b>52,65</b>	<b>193,38</b>	<b>1406,46</b>

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ «Детский сад №15  
«Сказка» города Шумерля  
\_\_\_\_\_ Н.И. Илейчева

МЕНЮ \_\_\_\_\_

<b>10 день (с 3 до 7 лет)</b>					
Название блюда	Выход блюда, г	Б	Ж	У	ККАЛ
<b>ЗАВТРАК</b>					
Каша «Дружба» № 37	200	6,15	7,3	25,3	185,21
Какао с молоком сгущенным № 21	200	3,09	3,49	24,56	135,92
Батон № 5	40	3,04	0,36	18,68	85,44
Масло сливочное № 6	5	0,02	4,12	0,04	37,37
<b>Всего за завтрак</b>	<b>445</b>	<b>12,3</b>	<b>15,27</b>	<b>68,58</b>	<b>443,94</b>
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>					
Сок № 80	100	0,4	0,4	9,8	42
<b>Всего за второй завтрак</b>	<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>42</b>
<b>ОБЕД</b>					
Салат из квашеной капусты № 107	50	0,82	3,04	4,37	47,12
Суп с клецками со сметаной на курином бульоне № 87	200	4,28	5,76	16,6	135,17
Кнели рыбные № 340	70	10,73	3,15	3,84	85,77
Картофельное пюре № 24	150	3,74	5,65	24,67	158,37
Компот из свежих яблок № 39	200	0,07	0,07	11,87	45,53
Хлеб ржаной № 95	50	3,3	0,6	17,1	82,7
<b>Всего за обед</b>	<b>670</b>	<b>22,12</b>	<b>15,23</b>	<b>74,08</b>	<b>507,54</b>
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>					
Салат зимний № 113	60	3,04	4,22	10,48	89,64
Пирожок с капустой яйцом № 59	100	7,31	8,25	34,01	231,09
Чай с соком № 98	200	0,32	0,23	11,91	48,04
Яблоко № 102	100	0,4	0,4	9,8	42
<b>Всего за упл.полдник</b>	<b>400</b>	<b>8,03</b>	<b>8,88</b>	<b>55,72</b>	<b>321,13</b>
<b>Итого за день:</b>	<b>1615</b>	<b>42,85</b>	<b>39,78</b>	<b>208,18</b>	<b>1314,61</b>



