



Меню – требование

День: 1 Неделя: 1
 Возрастная категория: 3-

Сезон: Весна 3.03.25

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
1	ЗАВТРАК Каша манная без	150	4,11	4,29	25,20	153,80	106
	мол с маслом						
	Булочка с маслом	30/10	1,85	5,66	10,94	102,20	1
2	II ЗАВТРАК Чай с маслом	180	0,12	0,02	10,20	41,46	262
	Сок	180	0,0	0,0	28,62	114,48	268
	Обед Салат "Морской"	40	0,43	3,89	3,50	52,00	15
3	Пюре картофельное с маслом	150	1,26	3,08	5,96	72,56	60
	Макароны отваренные со сметаной	120	6,82	5,232	32,40	205,15	124
	Пюре картофельное с маслом	80	1,54	3,31	2,94	141,91	147
	Пюре картофельное с маслом	180	0,40	0,02	24,98	101,68	253
	Пюре картофельное с маслом	40	3,14	0,53	21,04	101,41	
4	ПОЛДНИК						
	Булочка "Росинка"	50	3,80	3,06	26,93	150,86	293
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,98	40,38	261

Меню составил: Лесота Итого: _____ Дата составления меню: 28.02.25



Меню – требование

День: 2 Неделя: 1

Сезон: весна лето 4.03.25

Возрастная категория: 3-7 лет

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
1	ЗАВТРАК Паша рисовая с сахаром и сливочным маслом	150	2,48	4,22	25,46	150,946	106
		16/30	4,73	6,88	14,56	139	3
		180	3,64	3,18	15,82	106,64	266
2	II ЗАВТРАК Яичница	150	4,35	3,75	6,30	76,35	270
		40	0,30	2,40	0,84	27,00	28
3	ОБЕД Суп с курицей, картофельное пюре со сметаной, котлеты рыбные, салат из св/капусты с майонезом, пюре картофельное, котлеты рыбные, салат из св/кап.	40	0,30	2,40	0,84	27,00	28
		200	1,40	3,9	6,78	67,82	56
		150	3,06	4,80	20,445	134,22	216
		80	7,80	4,35	28,30	183,55	163
		180	0,4	0,08	24,98	101,68	253
		40	3,14	0,53	21,092	101,71	
4	ПОЛДНИК Запеканка из творога, салат из св/капусты	80	14,21	9,68	14,70	202,74	149
		180	0,61	0,25	18,64	78,34	264

Меню составил: Светла Итого: _____ Дата составления меню: 3.03.25



Меню – требование

День: 3 Неделя: 1
 Возрастная категория: 3-7 лет

Сезон: Весна лето
 5.03.25

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			б	ж	у		
1	ЗАВТРАК Каша овсяная перловая с яблоками	150	2,56	4,06	17,12	115,296	111
		16/30	2,48	3,93	27,56	155,54	2
		180	2,85	2,41	14,36	80,53	264
2	II ЗАВТРАК Сода	200	0,0	0,0	23,85	95,4	268
		40	0,42	2,80	1,37	29,12	30
3	ОБЕД Суп картофельный с сельдью	200	2,16	2,26	13,42	83,80	64
		100	2,01	3,77	6,76	69,05	84
		80	11,25	9,17	8,78	160,21	181
		180	0,40	0,018	24,98	101,68	253
		40	3,17	0,53	21,07	101,71	
		60	4,58	7,33	24,75	183,00	275
4	ПОЛДНИК Чай с яблоками	180	2,67	2,34	14,31	88,98	263

Меню составил: Лесова Итого: _____ Дата составления меню: 4.03.25



Меню – требование

День: 4

Неделя: 1

Сезон: Весна

Возрастная категория: 3-7 лет

06.03.25

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			б/б	ж	у		
1	ЗАВТРАК Суп молочный с вермишелью	150	4,32	3,92	14,13	109,04	68
	Бутерброд с сыром и колбасой	10/30	1,85	5,66	10,84	102,20	1
	Чай сладкий	180	0,1	0,0	99,9	40,00	261
2	II ЗАВТРАК Творог	150	4,35	3,45	6,30	76,35	240
3	ОБЕД Салат из овощей с помидорами	40	1,38	2,42	1,6	28,20	31
	Картофель с капустой и кореньями	200	1,46	3,92	10,2	81,92	52
	Пюре картофельное с маслом	200	17,20	8,40	42,80	324,00	443
	Компот из фруктов	180	0,4	0,02	25	103,00	253
	Хлеб фр-н.	40	3,14	0,53	21,04	101,71	
4	ПОЛДНИК Яблоки, запеченные с творогом	80	3,99	2,28	22,25	124,00	259
	Молоко	180	5,48	4,88	9,04	102,12	269

Меню составил: Светлана

Итого: _____

Дата составления меню: 5.03.25



Меню – требование

День: 5 Неделя: 1
 Возрастная категория: 3-4 лет

Сезон: Весна Дата: 7.03.25

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
1	ЗАВТРАК Паша «Дружба» с яблоками и апельсином	160	5,59	6,95	24,94	184,64	107
	Пюре из картофеля с яблоком	50	4,73	6,88	14,56	138	3
	Паша с яблоком	180	3,67	3,19	15,82	106,67	266
2	II ЗАВТРАК Сок						
3	ОБЕД Салат из свёклы с яблоком	40	1,80	3,14	2,80	47,20	37
	Пюре из картофеля с яблоком	200	4,60	3,20	9,80	86,40	63
	Мясо куриное с овощами	200	21,71	16,55	15,02	296,00	175
	Суп с овощами	180	17,15	14,06	11,68	241,88	175
	Пюре из картофеля	40	3,17	0,53	21,07	101,71	
4	ПОЛДНИК						
	Пюре из картофеля	80	14,17	3,86	2,57	101,70	159
	Напиток из смородины	180	0,69	0,25	79,00	79,00	267

Меню составил: Лесова Итого: _____ Дата составления меню: 6.03.25