

02.12.2024г

МЕНЮ
02 ДЕКАБРЯ 2024 г.
073 ГОДА ДО ПЛЕТ

Продукты, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	количество	рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Цена: 179 руб.							
Завтрак							
КАША МАШИНА МОЛОЧНАЯ ЖЕЛТАЯ С ТЕРТОМ КОРЕШКА	180	1,2	0	0	10,1	197	
МАСЛО КОРЕШКИ	7	0,1	8,3	0,1	75,4	6	
САХАР	30	1,2	0,0	13,4	79,0		
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,1	12,9	55,2	412	
Итого за завтрак	217	2,8	8,4	16,4	150,6	255	
Ланч							
СЫР	150	4,1	0	22,1	107,1	159	
Обед							
САЛАТ ИВАН-ЧАЙ	50	0,7	2	10,4	43,5	13	
СУП ЧИПЦАНОВСКИЙ С КУРИЦЕЙ И КУРОЧКА РИБА	180	4,3	0	8,5	145,0	86	
МЯСО С МЯСОМ СТАРИК ХИГГАРИ	200	3,9	9	22,0	152,2	219	
КРОШ ПИВНИЧЬИЙ	20	1,5	0,0	10,3	52,4		
САЛАТ РЖАНО	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
КОМПОТ ИЗ СУПЕВЫХ ФРУКТОВ МОЛОДЦОВСКОЕ ЯБЛОКО	200	0	0	9,9	38,7	264	
Итого за обед	670	11,5	11,9	79	473,3		
Ужин							
ВАНИЛЬНАЯ ТРОСКА	120	3,3	3	22,6	132,2	219	
СТУПЕНЧАТОЕ МОЛОКО	10	2,0	2,2	0,2	31,5	227	
ЯБЛОКО	100	0,2	0,1	13,5	55,2		
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОН	200	0,3	0,1	13,5	55,2	411	
СЫР ШВЕЙЦАРСКИЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
Итого за ужин	450	5,3	3,1	60,1	326,5		
Всего за день		13,6	12,6	181,2	1176,3		



03.11.2024 г.



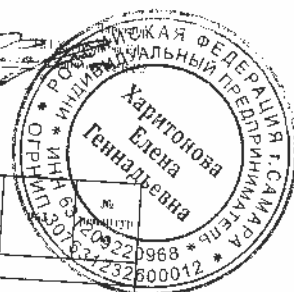
МЕНЮ

03 ДЕКАБРЯ 2024 г.
ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ



Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША ПШЕНИЧНО-ЯГЛОВАЯ (МАЛЕНЬКИЙ ПРИНТ)	180	7,9	9,1	18,7	157,3
КОФЕ С МОЛОКОМ	30	0,1	3,5	0,1	75,6
КОФЕ С МОЛОКОМ	120	0,1	14,0	0,1	75,6
КОФЕ С МОЛОКОМ	30	2,5	9,9	5,4	78,6
КОФЕ С МОЛОКОМ С МОЛОКОМ ИЗ СТРАНЫ ИСТОЧНИКА	200	2,2	1,9	18,6	100,5
Итого за завтрак:	420	9,8	26,3	52,9	486,4
Обед					
СНЕЖОК	150	4,6	6,9	18,7	137,3
Ужин					
КАША ПШЕНИЧНО-ЯГЛОВАЯ <i>Морковь</i>	50	0,9	2	10,2	65,3
ЩИ "ОТ ДЕДУШКИ-МАЗЫ" СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	5,9	1,7	8,3	97,9
КАРТОФЕЛЬНЫЕ ПОРЕ "СЛИ УРОЧКА"	30	4	4	18,1	125,1
КОТЛЕТКИ РЫБНЫЕ "РУСАЛОЧКИ"	80	2,8	3	15,9	68
КОМОТ ИЗ СВЕЖЕЙ ВИШНИ ТРАФИЛЛА "ВИШЕНКА"	200	0,4	0,1	25,5	103,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	0,2	8,5	40,8
Итого за прием пищи:	680	16,2	12,8	98	553,3
Ужин					
КАША ПШЕНИЧНО-ЯГЛОВАЯ	150	4	4,1	18,1	125,1
ФРИКАЗ ИЗ ПТИЦЫ	50	4	4,1	18,1	125,1
ПЕЧЕНЬЕ	50	4	4,1	18,1	125,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,0
Итого за прием пищи:	480	13,7	13	76,8	476,3
Всего за день:		35,6	39,1	150,8	1039,7

04.12.2024г.



МЕНИЮ

04 ДЕКАБРЯ 2024 г.

ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Итого за прием пищи	Масса порции	Питательные вещества		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г

Завтрак

КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ "ВЕЛОСМЕЖКА"	180	4,5	6,1	20,8	57,2	80
МАСЛО (ПОРЦЕЯМИ)	7	0,1	8,3	0,1	75	6
ЯЙЦО НАРЯДОМ	20	2,5	2	0	36,5	7
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,3	1,9	18,7	100,5	118
Итого за прием пищи	437	10,6	19,9	49,8	421,6	

Завтрак

ЯБЛОКО	100	1,5	6,1	20,8	157,2	182
--------	-----	-----	-----	------	-------	-----

Обед

ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	0,65	1,8	8,6	58,4	21
СУП ГОРОХОВЫЙ	180	4,5	3,9	9,3	93,5	72
МАКАРОНЫ ОТВАРЕННЫЕ БЕЗ МАСЛА	130	3,3	3	22,6	132,2	115
ВИНОГРАДОВЫЕ	60	0,7	11,1	13,7	191,1	304,367
ХЛЕБ ЦЕЛЕНАЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ ИЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
КОМПОТ ИЗ КУРАЛТИ "ВЕСЕЛЫЙ АНЖЕСС"	200	5,4	4	7,6	84,8	194
Итого за прием пищи	600,00	26,55	24,6	80,2	653,7	

Ужин

ЖАРКОЕ С КУРИЦЕЙ	180	2	3,3	14,9	97,2	339
ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ	50	1,3	0,2	8,5	40,8	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,4	4	7,6	84,8	147
Итого за прием пищи	430	5,4	4	7,6	84,8	
Всего за день:	92	7,6	17,9	173,7		
Всего за день:	75,4	72,8	213,8	1898,8		

Харитонова Елена Геннадьевна

ИНН 63-1209220968

05.12.2024

И.С. Карповича
Хитонов Е.Г.



МЕНЮ
05 ДЕКАБРЯ 2024 г.
ОТ 1 ГОДА ДО 7 ЛЕТ



Итого за прием пищи	427	9	17,9	42,9	366,6
Завтрак					
МАСЛО (ТОРЦЕВЫЙ)	7	0,1	5,3	6,1	
ВЕТЧИНА	10	2,6	2,3	5,2	237
БАТОЧ	30	1,3	9,6	35,3	52,4
КАКАО С МОЛОКОМ	369	0,2	3,1	22,2	48,6
Итого за прием пищи:	427	9	17,9	42,9	366,6
Завтрак					
РАЖЕНКА	420	0,1	4,5	9,9	1,99,8
Обед					
ВИННИ РЕТ	50	0,4	1,5	2,6	29,3
СЛИКОВЫЙ	180	3,4	7,6	10,6	137,9
РИС ОТВАРНОЙ	120	4	2,1	18,1	728,3
БЕФСТРОАНОН ИЗ КУКУРУЗЫ	80	0,7	11,1	13,1	191,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	19,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8
КОМПОТ ИЗ СВЯЖЕЙ ВИШНИ ТРАФИНИЯ (БЕЗЦУКРА)	200	0,2	0,2	22,1	92,6
Итого за прием пищи:	760	37,9	24,7	88,7	728
Ужин					
КАРТОФЕЛЬНОЕ ГАСПЕ	150	2	3,3	14,9	97,2
ТЕФУЛЫ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	80	2	3,4	11,9	97,2
СРЯДКИ	50	1,1	0,2	5,3	40,8
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ	200	0,2	0,1	2,2	48,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	19,3	52,4
Итого за прием пищи:	480	7	7,5	60,8	336,2

Итого за прием пищи
307

307

06.12.2004

Утверждено

ИИ Харитоновы и С.Г.
Харитоновы



МЕНЮ
06 ДЕКАБРЯ 2004 г.
ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	рецептурный код
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
ОМЛЕТ "ШАПТАЙ-ВОЛТАЙ"	180	4,2	6	22,1	161,1	89
СЫР	10	0,1	0,2	1,1	7,5	5
БАТОН	30	5	0,5	13,3	52,4	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,1	13,5	55,2	412
Итого за прием пищи:	400	6,3	15	46	343,7	
Закрек						
ССК	160	4,4	5	25,1	161,1	199
Обед						
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ И КУКУРУЗНОЙ	50	2,2	6,1	4,7	82,2	14
БОРИС ПЕТЬ ЕТ ДЛЯ АЛЕШИ ПОПОЗИЧА (курица, морковь, корень сельдерея, зерен овсяной, лук репчатый, томат свежий, масло растительное)	180	5,6	5	9,8	117,2	63
ОРОХОВОЕ МОРЕ	130	5,5	3	22,9	132,2	219
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	80	9,7	1,1	13,1	191,1	304/367
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ "МОЛОДЫЕ ЯБЛОЧКО"	200	0	0	9,7	38,7	393
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,5	10,3	52,4	
НАЛЕБКА ПОЛ	20	1,3	0,2	8,2	40,8	
Итого за прием пищи:	710,00	33,8	27	78,7	654,6	
Ужин						
КАША ГРЕЧЕВАЯ	130	4	4,3	18,1	125,1	330
КОУЛЕТА КУРИНАЯ	80	9,7	1,1	13,1	191,1	304/367
ПРЯЖЕЛ	30	1,3	0,2	8,5	40,8	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6	418
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,5	10,3	52,1	
Итого за прием пищи:	480	16,7	16,1	62,2	458	
Всего за день:		55,8	48,5	237,6	1841,5	

09.12.2024

37232600

ИИ Харитонов Е.Г.

Утверждаю

Директор

ИИ Харитонов Е.Г.

Харитонов Е.Г.

МЕНЮ

09 декабря 2024 г.

от 3 до 7 лет

Примечание, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Стоимость: 179 руб.					
КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" (молоко, рис, ваниль, сахар, сливочное масло)	180			24,1	
МАСЛО ШОКОЛАДНОЕ	7	0,1	8,5	0,1	
БАЗОН	80	1,5	0,6	10,3	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	13,4	
Итого за прием пищи:	417	7,2	17	47,9	371,4
Обед					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,65	1,8	8,6	
Обед					
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	50	0,62	1,8	8,6	
СУП КУРИНЫЙ	180	1,2	11,2	9	
КАША ГРЕЧЕВАЯ ДЛЯ ВИФНИ-ГУХА (гречка, гречневая, масло сливочное)	130	4	4,1	18,1	
ГУЛЯШ МЯСНОЙ	80	8,9	7,9	7,2	
КОМОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ "МОЛОЧНЫЙ ЯБЛОЧКО" (сушеные яблоки, сахар, лимон)	200	0	0	9,7	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	0,6	8,5	
Итого за прием пищи:	640	1,5	25,8	71,4	674,9
Ужин					
ДЕТСКИЙ ПЛОВ С КУРИЦЕЙ (рис, филе куриное, морковь, лук, масло растительное)	220	5,1	5,5	20,5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ "ПРИРОДНОЕ"	200	0	0	28,2	
Итого за прием пищи:	450	1,5	0,6	38,5	165,2
Всего за день:	1590	67,1	90,4	231,6	2031,2
Всего за неделю:	1530	56,8	71,1	263,1	1927,3



10.12.2024



Харитонов Е.Е.

Утверждено

Директор
ИИХиР

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

Харитонов

МЕНЮ
10 декабря 2024 г.
от 3 до 7 лет



Пример пищи, наименование блюда	Масса (порция)	Пищевые вещества:			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углебы, г	
Стоимость: 179 руб.					
КАША МАЛОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "СВЕЖАЯ КОРОЛЕВА" (молоко, крупа манная, масло сливочное, сахар)	180	4,4	6	22,1	181,1
МАСЛО ПЛОСКОМЕРНОЕ	5	0,1	8,3	0,1	73
БАТОН	30	1,5	0,1	33,3	53,1
СЫР	10	0,6	7,3	0,7	31,5
КАША С МОЛОКОМ	200	2,2	1,9	18,6	189,5
Итого за прием пищи:	425	8,8	18,1	51,2	420,5
Второй завтрак					
КЕФИР	100	3,0	2,7	3,4	89,4
Обед					
МОРКОВЬ	50	0,7	2	10,4	63,3
ЩИ "ОТ ДГДУШКИ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (говядина, картофель, лук репчатый, морковь, томат, капуста б/к, перец сладкий, томаты свежие)	180	5,6	1,5	8,3	97,9
ОВОННОЕ РАГУ С ПТИЦЕЙ "ДЛЯ ФАЛПАЗЕРОВ" (филе куриное, картофель, лук репчатый, перец сладкий, помидоры свежие, морковь, томат, капуста б/к, масло растительное)	180	2	3,3	11,9	97,2
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2	0,3	12,7	61,2
КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖЕЙ ВЫПЕЧКИ "РАФОНА ПИЦЦЕРИКА" (шницель, сыр, лимон)	200	0,2	0,2	22,5	93,7
Итого за прием пищи:	650	11,3	8,9	48,7	402,4
Ужин					
ВАФЛАНКА "СКАЗОЧНАЯ" ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (творог, яйца куриные, мука пшеничная, сахар, сливки)	150	17,8	9,1	16,2	222,1
ВЯЛОКО	100	17,8	9,1	16,2	222,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	13,3	35,2
Итого за прием пищи:	450	35,9	18,3	45,9	500
Всего за день:	1530	56,8	71,1	263,1	1927,4

11.12.2024



ИИ Харитонова Е.Г.



МЕНИО
11 декабря 2024 г.
от 3 до 7 лет

Продукт питания, наименование блюда	Масса (порция) г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углебо-ды, г	
Стоимость: 179 руб.					
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ "БЕЛОСПЕЖКА" (молоко, рис, сахар, масло сливочное)	150	7,8	9,1	16,2	222,4
БИТЧИКА	6	2,0	2,3	0,2	31,3
БАТОН	30	1,3	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ	180	9	9	28,2	112,8
Итого за прием пищи:	370	4,1	2,9	38,7	196,7
Второй завтрак					
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	3,6	2,7	5,4	86,1
Обед					
НИЖА КАБАЧКОВАЯ	80	6,4	1,5	2,6	25,3
СУПЧИК ГОРОХОВЫЙ (пюре из картофеля, горох, морковь, лук, масло растительное)	180	6,3	7,5	10,6	135,1
МАКАРОНЫ ОТНАЧИНЕ ДЛЯ ИЛЫИ МУРОМСКА (макаронь-ные, масло сливочное)	130	3,3	3	22,6	132,2
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	80	8,9	7,9	7,2	135,1
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ "СИБИРЬ ИЛИА ГРУША" (сушеные яблоки и груши, сахар, лимон)	200	9	9	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОУ	20	1,3	0,2	8,5	40,8
Итого за прием пищи:	680	22	21	72	360
Ужин					
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ "СНЕГ-КОМОК" (картофель, молоко, масло сливочное)	120	17	16,5	19,8	296,7
ФРИКАДЕЛКИ РЫБНЫЕ В СОУСЕ	50/50	8,9	7,9	7,2	135,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,9	15,4	78,6
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6
Итого за прием пищи:	450	29,9	26	75	925,3
Всего за день:	1500	59	67	251	2115

12.12.2024

ИИ Харитонова Е.Е.

Утвержден
 Директор
 ИИ Харитонова Е.Е.
 Харитонова Е.Е.

МЕНЮ
 12 декабря 2024 г.
 от 3 до 7 лет



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность ккал	
Стоимость: 179 руб.						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С ОТМОРОЖЕННЫМИ ЗАМОРОЖЕННЫМИ ЯГОДАМИ (сладкое, крупы (кроме пшеницы), сахар, масло растительное)	180	3,7	4,4	92,3	145,2	
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	53,1	
ХЛЕБ ВАКУШКА	20	1,9	2	6,1	26	
КОФЕЛИЦЫЙ ПИЦЦОТ С МЯСНОКОММУСТРАБИ ЧУДС	200	2,2	1,9	18,6	66,5	
Итого за прием пищи:	430	9,3	8,9	51,4	324,4	
Второй завтрак						
ПЕЧЕНЬКА	100	3,6	2,7	7,4	80,4	
Обед						
ВИНЕГРЕТ	50	0,7	2	10,4	53,3	
РАССОЛЬНИК С ВАСИЛИСЫ ПРЕКРАСНОЙ (говядина, курица, томаты, лук репчатый, морковь, картофель, крупы (кроме пшеницы), огурец, соевый, масло растительное)	180	6,2	11,2	9	169,5	
РИС ОТВАРНОЙ (крупы рисовая, вода, соль)	130	4	4,1	18,1	125,1	
КУРИЦА С ОВОЩАМИ	80	8,9	7,9	7,2	135,4	
КОМПОТ ИЗ ЯГОД "АЛЕНУШКА" (сладкая клюква, сахар, лимон)	200	0,2	0,2	22,5	93,7	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РЖАНОУ	20	2	0,3	12,7	61,2	
Итого за прием пищи:	680	23,5	26,3	90,2	694,7	
Ужин						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С НИЦЦОТ (филе куриное, лук репчатый, морковь, томаты, капуста б/к, масло растительное)	220	2	3,3	14,9	97,2	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ ТРАВЦЫ МОИ	200	0	0	28,2	112,8	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
Итого за прием пищи:	450	4,3	4,2	58,5	288,6	
Всего за день:	1580	80,4	71,8	242,6	1946,6	

13.12.2024

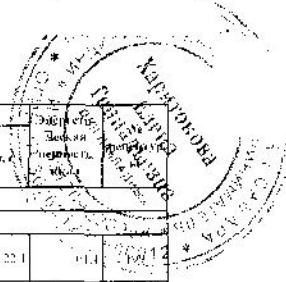


МЕНЮ
13 декабря 2024 г.
от 3 до 7 лет

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	
Стоимость: 179 руб.					
Завтрак					
КАША ОВсяная с маслом сливочным "МАЛЫШКИ" ПРИВЛГ (овсяно, крупа овсяная, сахар, масло сливочное)	180	8	7,4	23,4	181,3
МАСЛО (ТОРТИЛЬНИ)	7	0	0	0	36,5
БАТОН	30	0	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ с САХАРОМ	200	0	0	18,6	100,5
Итого за прием пищи:	417	8	12,9	52,3	370,7
Второй завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,4	0,4	9,8	47
Обед					
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С ОГУРЦОМ И КУКУРУЗОЙ	50	0,5	1,9	4,2	37
БОРИЦ ДЛЯ ЮНЫХ КОСМОНАВТОВ (говядина, капуста б/к, картофель, свекла, лук репчатый, морковь, томатная паста, соль, масло растительное)	180	8,5	4,2	9,8	93,4
ГОРОХОВОС. ПЮРЕ "КАЙ" (ГОРОХ, МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ)	130	0	4,1	18,1	125,1
ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ "И ГЕРДА"	80	0,7	3	22,6	152,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ "СИНЬОБЛАТТОВА" (сушеная груша, яблоки, сахар, лимон)	200	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПИЦЦЕРИЧНЫЙ	20	0,4	0,6	10,5	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	0,5	0,2	8,5	40,8
Итого за прием пищи:	660	14,8	14	83,2	519,6
Ужин					
КАША ГРЕЧЕВАЯ С СОУСОМ	200	0	4,1	18,1	125,1
ЦИДОНКА "МОСКОВСКАЯ" (мука пшеничная, яйцо, сахар, дрожжи, леблекарные)	50	2,2	1,9	18,6	100,5
ЯБЛОКО	50	0,8	9,1	16,2	202,4
ЧАЙ с САХАРОМ И ЛИМОНОМ "ПРИВЛГ" (чай)	200	0	0	28,2	142,8
Всего за день:	450	21,8	13,2	62,5	400,3

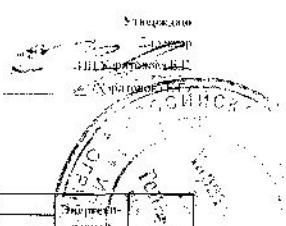
16.12.2024

МЕНЮ
16 ДЕКАБРЯ 2024 г.
ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ



Продукты, полуфабрикаты, блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность (ккал)	Энергетическая ценность (кДж)
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Вода, г		
Цена: 179 руб.							
Завтрак							
КАША МАННА МОЛОЧНАЯ СЛИВОЧНАЯ СЛИВОЧНАЯ КОРИЦА	180	4,4	6	22,1	91,4		
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	7	0,1	8,7	0,1	75,4	0	
БЕЗМОЛ	30	2,5	0,0	15,1	78,6		
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,5	0,1	27,5	112,2	413	
Итого за прием пищи	417	7,5	15,3	51,1	370,3		
Обед							
СЫР	50	4,4	0	2,1	10,1	190	
Обед							
САЛАТ ЦЕКА С ОВОЩАМИ	50	0,7	2	0,1	13,5	13	
СУП ПИТАТЕЛЬНЫЙ С ПИЩЕВЫМ КОЛЕСОМ И КУРИЦЕЙ	180	4,5	0	8,5	110,9	80	
ПЕЧЕНАЯ КОРИЦА С ПИЩЕВЫМ КОЛЕСОМ	200	3,5	3	22,1	132,2	219	
ХЛЕБ ПИЩЕВЫЙ	20	1,5	0,0	10,1	52,4		
ХЛЕБ ЖАРЕНЫЙ	20	1	0,2	8,5	40,8		
КОМПОЗИЦИОННЫЙ КОМПОНЕНТ ПИЩЕВОГО РАСТВОРА	500	0	0	0,1	38,7	304	
Итого за прием пищи	670	20,5	11,8	70	473,3		
Ужин							
ВАРЕНОЕ ПИЩЕВОЕ КОЛЕСО	20	0,3	3	22,8	132,2	219	
СУП ЦЕЛЫЙ С ПИЩЕВОМ КОЛЕСОМ	80	2,6	2,3	0,2	31,5	127	
ЯБЛОКО	100	0,5	0,1	15,5	33,2		
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНАМИ	200	0,5	0,1	15,5	33,2	411	
ХЛЕБ ПИЩЕВЫЙ	20	1,5	0,0	10,1	52,4		
Итого за прием пищи	420	5,2	6,1	60,1	326,5		
Всего за день		33,2	33,2	181,2	1170,1		

17.11.2024



МЕНЮ
17 ДЕКАБРЯ 2024 г.
ОТ 1 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Продукты, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал	Ресурсы
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
САЛЬЦОВАЯ ЖАРЕНАЯ КОЛБАСА (ГОРЧИЦА)	50	4,5	6,5	15,7	157,5	99
МАСЛО ПОРФИРИТЕ	4	0,1	8,7	0,2	75	6
СЫР	6	1,1	8,3	0,1	75	6
БАТОН	30	2,7	0,2	12,4	78,6	49
КОРНЕЙБЫЙ ПАНТОК С МОЛОКОМ В СТАКАНЕ МУДРА	200	2,2	1,9	18,6	66,3	41,2
Итого за прием пищи:	425	9,3	26,3	52,9	486,4	
Обед						
СЛОЖОК	150	4,6	6,9	18,7	157,3	100
Обед						
МОРОЗОВ	80	0,2	2	10,4	85,7	14
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЙ МАРАТЫ СО СВЕЖИМ КАПУСТОМ И КАРТОФЕЛЕМ	180	5,5	4,8	8,5	97,9	87
КАРТОФЕЛЬНОЕ ТВОРЕ С СЕЛЮЧКА	150	4	4,1	18,1	125,1	330
КОЛЕТКИ РЫБНЫЕ ТУСАЛОЧКИ	80	2,8	1,7	6,9	68	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЙ ВИШНИ И ТАКОЧЕЙ БИШКА	200	0,2	0,1	25,5	105,8	393
ХЛЕБ ПИДВАЧНЫЙ	24	0,5	0,5	10,5	52,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,5	0,2	8,5	40,8	
Итого за прием пищи:	600	16,3	12,8	98	553,3	
Ужин						
КАША ГРЕЧЕНАЯ	150	4	4,1	18,1	125,1	330
ФРИКАЗ ИЗ ПТИЦЫ	80	4	4,1	18,1	125,1	330
ПЕЧЕНЬЕ	80	4	4,1	18,1	125,1	330
ХЛЕБ СВЕДОВОЧНЫЙ	21	1,5	0,6	8,7	52,4	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	12,2	18,6	418
Итого за прием пищи:	480	13,7	13	76,8	476,3	
Всего за день:		25,6	39,1	150,9	1039,7	

18.12.2024



МЕНЮ
18 ДЕКАБРЯ 2024 г.
ОТ 11 ЧАСА ДО 13 ЧАС

Пример пищевого рациона на день	Дневная норма	Пищевые вещества			кбж	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
КАША КРУПЯНАЯ С СЫРОМ БЕЛОСЛАДЖА	150	4,5	0,5	29,8	157,5	182
МАФИНОР ПЕЧЕН.	7	0,1	8,5	0,1	7,5	7
ХЛЕБ ВАРЕНОЕ	20	2,3	3	0	7,5	7
БАТОН	20	7,5	0,6	19,5	32,4	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,2	1,9	15,6	38,5	46
Итого за прием пищи:	437	10,6	19,9	49,8	421,6	
Завтрак						
ЯБЛОКО	100	1,5	0,1	29,8	47,2	782
Обед						
ТЕПЛА КАБАЧКОВАЯ	50	0,65	1,8	8,6	28,9	2
СУП ГОРХОВЫЙ	80	1,7	3,9	9,5	33,4	72
МАКАРОНЫ С ОВОЩ. СЫРОМ И КУРИЦЕЙ	50	3,5	3	22,6	132,2	2,8
КОТЛЕТКА МЯСНАЯ	50	9,7	11,1	13,1	197,1	30420,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,9	0,6	10,9	32,1	
САЛАТ ОВОЩНЫЙ	20	1,3	0,1	8,5	9,5	
КОМПОТ ИЗ КУРАТИ ТИВЕЛЬСКОГО РАЙОНА	200	5,1	4	20	84,8	292
Итого за прием пищи:	680/80	26,55	24,6	89,2	653,7	
Ужин						
ЖАРКОЕ С КУРИЦЕЙ	180	2	3,3	14,9	9,2	359
САЛАТ ОВОЩНЫЙ	50	1,5	0,2	8,5	30,8	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,4	-	7,6	54,5	217
Итого за прием пищи:	430	5,4	4	7,6	84,8	
Всего за день:		9,2	7,6	17,9	173,7	
Всего за день:		75,4	72,8	333,8	1808,9	

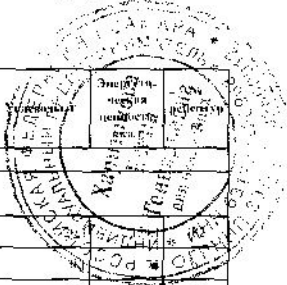
19.12.2024

И.И. Хасенов и И.Т. Хасенова

МЕНЮ

19 ДЕКАБРЯ 2024 г.

ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ



Продукт (наименование блюда)	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Энергетическая ценность, кДж
Питание 09 руб.						
Завтрак						
КАША КАРЮЧЬЯ С ЯБЛОННЫМ СОУСОМ	180	6,5	9,8	42,9	306,6	1282
МАСЛО СМЕТАННОЕ	7	0,1	8,7	0,2	81,5	341
БЕЛЫЙ ХЛЕБ	10	2,9	2,5	4,2	51,5	217
БАТОН	20	1,5	4,7	10,3	82,4	344
КАША С МЯСНЫМ СОУСОМ	230	1,7	0,1	12,2	48,8	204
Итого за прием пищи:	427	9,7	17,9	42,9	306,6	1282
Завтрак						
ПЕЧЕНЬКА	150	0,1	4,5	9,0	70,8	296
Обед						
Чай с лимоном	50	0,1	0,5	2,0	23,3	97
СУП КУРИНЫЙ	180	0,5	7,6	18,1	137,9	577
Пюре картофельное	130	0,1	1,1	18,1	124,1	520
Бифштекс из говядины	80	0,7	0,7	12,1	50,1	209
Хлеб белый	20	1,5	0,8	10,3	82,4	344
Хлеб белый	20	1,5	0,2	8,3	44,8	187
Салат из овощей с растительным маслом	200	0,2	0,2	22	91,0	383
Итого за прием пищи:	760	37,2	24,7	88,7	728	3000
Ужин						
Картофельное пюре	150	2	3,3	14,9	97,2	407
Творог с фруктами и сахаром	80	2	3,3	14,9	97,2	407
Печенье	30	1,3	0,2	8,3	61,8	258
Чай с сахаром и лимонным соком	200	0,2	0,1	12,2	48,8	204
Хлеб белый	20	1,5	0,8	10,3	82,4	344
Итого за прием пищи:	480	7	7,7	60,2	326,2	1350
Всего за день:		54,4	72,8	213,8	1890,8	7733

№ 12. 2024

20.12.2024



МЕНЮ
20 ДЕКАБРЯ 2024 г.

ОТ 11.03.2023 ГЕТ

Примеры типовых наименований в меню	Масса порции	Питательные вещества			Энергетическая ценность, ккал	Количество
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак						
ОМЛЕТ ПАСТАРИЛЬНЫЙ	100	4,2	9	23,1	101,1	192
САЛАТ	80	0,1	6,3	6,1	75	8
ЧАЙ	80	1,5	0,6	10,3	52,4	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,1	13,5	55,2	40
Итого по утреннему меню:	400	6,1	15	46	343,7	
Завтрак						
СОК	80	4,1	0	22,7	101,1	195
Обед						
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С ОМЛЕТНЫМ КРАСНЫМ ЗОЛОТ	80	1,2	6,1	4,7	82,2	14
КОМПОЗИЦИОННЫЙ ДЛЯ АЛЛЕВИИ КОТОВИЧА (картофель, морковь, капуста, сельдерей, и др.) с соусом (рыбный, томатный, сметанный, майонезный)	180	5,6	0	9,8	117,2	65
СЫРОКОМОСЫЕ ПИРОЖКИ	80	3,3	3	21,6	102,2	219
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	80	9,7	13,3	11,1	131,1	300/27
КОМПОЗИЦИОННЫЙ СУПОВЫЙ ФОРКТОВ МОЛОКА СЛИВОМ (картофель)	200	0	0	9,7	38,7	303
ХЛЕБ ПИЦЦАРИЛЬНЫЙ	80	1,3	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РАЖАНОВЫЙ	200	1,3	0,2	8,5	40,8	
Итого по обеденному меню:	700	23,8	27	78,7	654,6	
Ужин						
КАША ГРЕЧЕВАЯ	80	4	4,1	18,1	125,1	130
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	80	9,7	13,3	11,1	131,1	300/27
ПИРОЖКИ	80	1,3	0,2	8,5	40,8	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,1	13,2	48,9	418
ХЛЕБ ПИЦЦАРИЛЬНЫЙ	80	1,3	0,6	10,7	52,4	
Итого по вечернему меню:	480	16,7	18,1	62,2	458	
Всего по дню:		56,8	65,4	257,6	1841,5	