

УТВЕРЖДЕНО:
Приказом по МБДОУ
детскому саду № 23 «Аленушка»
№ 108-о от 13.05.2024 г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ – ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ

МЕНЮ		МЕНЮ	
Понедельник		Вторник	
Завтрак:		Завтрак:	
Суп молочный вермишелевый	150/170	Омлет натуральный	60/80
Чай с сахаром	150/180	Зелёный горошек	46/77
Хлеб пшеничный	25/30	Чай с сахаром	150/180
Масло сливочное	5/10	Хлеб пшеничный	25/30
Итого энергоценность завтрака:380,1(26,8%)		Масло сливочное	5/10
		Итого энергоценность завтрака:405,2(27,8%)	
Обед:		Обед:	
		Закуска: Помидоры (свежие)	30/40
Суп картофельный с рисом	150/200	Борщ с картофелем и фасолью	150/200
Котлеты рубленные из птицы	60/70	Котлеты мясные	60/70
Картофельное пюре	110/130	Каша гречневая (вязкая)	110/130
Компот из сухих фруктов	150/180	Компот из свежих яблок	150/180
Хлеб пшеничный	20/30	Хлеб пшеничный	20/30
Хлеб Дарницкий	40/50	Хлеб Дарницкий	40/50
Итого энергоценность обеда:591,8(41,7%)		Итого энергоценность обеда:548,2(37,6%)	
Полдник:		Полдник:	
Чай с сахаром и лимоном	150/180	Ватрушка с повидлом	60/60
Печенье	1шт./1шт.	Чай с сахаром	150/180
Итого энергоценность полдника:181,3(12,80%)		Итого энергоценность полдника:212,9(14,6%)	
Ужин:		Ужин:	
Пудинг манный	100/100	Рагу из овощей с соусом	100/120
Какао с молоком	150/180	Чай с сахаром и лимоном	150/180
Итого энергоценность ужина:263,8(18,6%)		Итого энергоценность ужина:292(20,0%)	

Среда	МЕНЮ	Четверг	МЕНЮ
Завтрак		Завтрак	
Запеканка из творога	100/100	Суп молочный с рисовой крупой	150/170
Коф. напиток с молоком	150/180	Чай с сахаром и лимоном	150/180
Хлеб пшеничный	25/30	Хлеб пшеничный	25/30
Масло сливочное	5/5	Масло сливочное	5/5
Итого энергоценность за завтрак:	352,2 (25,5%)	Итого энергоценность за завтрак:	361,7(29,7%)
		Обед:	
Обед		Закуска: Огурцы (свежие)	30/50
Суп картофельный с горохом	150/200	Щи из свежей капусты и картофеля	150 /200
Биточки рыбные	60/70	Запеканка картофельная с печенью	120/15,160/20
Капуста тушёная	110/130	Компот из свежих яблок	150/180
Кисель из повидла	150/180	Хлеб пшеничный	20/30
Хлеб пшеничный	20/30	Хлеб Дарницкий	40/50
Хлеб Дарницкий	40/50		
Итого энергоценность за обед:	647(48,8%)	Итого энергоценность за обед:	352,2(25,9%)
Полдник:			
Чай с сахаром	150/180	Полдник:	
Вафли	1шт/1шт	Чай с сахаром	150/180
Итого энергоценность за полдник:	91,3(6,8%)	Печенье	1 шт / 1шт
		Итого энергоценность за полдник:	167(15%)
Ужин:		Ужин:	
Вермишель отварная с овощами	120/150	Кабачки тушёные с томатом	100/120
Сок фруктовый	100/150	Какао с молоком	150/180
Итого энергоценность за ужин:	254,3(18,9%)		
За весь день: 1,345 (100%)		Итого энергоценность за ужин:	370,8(30,5%)

МЕНЮ

Пятница

Наименование блюд	Выход
Завтрак:	
Суп молочный с пшеничной крупой	150/170
Чай с сахаром	150/180
Хлеб пшеничный	25/30
Масло сливочное	5/10
Итого энергоценность завтрака:	376,5 (27%)
Обед:	
Закуска: Икра свекольная	30/50
Суп картофельный с геркулесовой крупой	150/200
Шницель мясной	60/80
Макароны отварные с маслом	110/130
Компот из сухих фруктов	150/180
Хлеб пшеничный	20/30
Хлеб дарницкий	30/40
Итого энергоценность обеда:	654,05(46%)
Полдник:	
Булочка домашняя	60/60
Сок фруктовый	100/150
Итого энергоценность полдника:	156,2(11%)
Ужин:	
Котлеты капустно-морковные	100/100/4
Чай без сахара	150/180
Хлеб пшеничный с повидлом	15/15/10
Итого энергоценность ужина :	229,08(16%)

УТВЕРЖДЕНО:
Приказом по МБДОУ
детскому саду № 23 «Аленушка»
№ 108-о от 13.05.2024 г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ – ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ

МЕНЮ Понедельник	МЕНЮ Вторник
Завтрак:	Завтрак:
Суп молочный с манной крупой 150/170	Каша пшённая /вязкая/ 120/150
Чай с сахаром 150/180	Чай с сахаром 150/180
Хлеб пшеничный 25/30	Хлеб пшеничный 25/30
Масло сливочное 5/5	Масло сливочное 5/10
Итого энергоценность завтрака: 280,7 (19%)	Итого энергоценность завтрака: 394,4 (42,2%)
	Обед:
Обед:	Суп картофельный с вермишелью 150/200
Закуска: Помидоры (свежие) 30/40	
Борщ с картофелем и капуст. 150/200	Голубцы ленивые 130/30,160/70
Биточки рыбные 60/70	Морковь отварная с маслом 20/30
Каша пшеничная 110/130	Кисель из повидла 150/180
Компот из сухих фруктов 150/180	Хлеб пшеничный 20/30
Хлеб пшен. 20/30	Хлеб Дарницкий 40/50
Хлеб Дарниц. 40/50	Итого энергоценность обеда: 403,9 (43,0%)
Итого энергоценность обеда: 592, 9 (40,0%)	Полдник:
Полдник:	Сок фруктовый 100/150
Пирожки с картофелем 60/60	Вафли 1шт/1 шт
Чай с сахаром 150/180	Итого энергоценность полдника:164,3 (17,6%)
Итого энергоценность полдника:277(18,7 %)	Ужин:
Ужин:	Каша рассыпчатая рисовая с овощами 120/170
Макароны отварные с маслом 100/120	Чай с сахаром и лимоном 150/180
Кофейный напиток с молоком 150/180	
Итого энергоценность ужина: 307,49 (20,8%)	Итого энергоценность ужина: 160,5 (20,8%)

МЕНЮ Среда		МЕНЮ Четверг	
Завтрак:		Завтрак:	
Яйцо отварное	1 шт./1шт	Сырники с творогом	100/100
Икра кабачковая	30/50	Чай с сахаром	150/180
Чай с сахаром	150/180	Хлеб пшеничный	25/30
Хлеб пшеничный	25/30	Масло сливочное	5/10
Масло сливочное	5/10	Итого энергоценность завтрака: 376,4(32%)	
Итого энергоценность завтрака: 366,7 (24%)			
Обед:		Обед:	
Закуска: Огурцы (свежие)	40/50	Суп картофельный с пшеном	150/200
Рассольник Ленинградский	150/200	Котлеты рыбные	60/70
Биточки рубленые из птицы	60/70	Капуста тушёная	110/130
Капуста тушеная	110/130	Компот из сушеных фруктов	150/180
Компот из свежих яблок	150/180	Хлеб пшеничный	20/30
Хлеб пшеничный	20/30	Хлеб Дарницкий	40/50
Хлеб дарницкий	40/50	Итого энергоценность обеда: 492 (41%)	
Итого энергоценность обеда: 583,9(38,5%)			
Полдник:		Полдник:	
Сок фруктовый	100/150	Чай с сахаром и лимоном	150/180
Печенье	1/1	Вафли	1/1
Итого энергоценность полдника:183,6 (12%)		Итого энергоценность полдника: 193,9 (16,5%)	
Ужин:		Ужин:	
Биточки манные с повидлом	100/25,100/25	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	120/170
Какао с молоком	150/180	Чай с сахаром	150/180
Итого энергоценность ужина:316,8 (20,9%)		Итого энергоценность ужина: 78,36(7,6%)	

МЕНЮ

Пятница

Наименование блюд	Выход
Завтрак:	
Суп молочный « Геркулес»	150/170
Чай с сахаром	150/180
Хлеб пшеничный	25/30
Масло сливочное	5/10
Итого энергоценность завтрака:	367,3 (26%)
Обед:	
Закуска:	
Икра свекольная	30/50
Суп картофельный с клёцками	150/200
Котлеты рубленые из птицы	60/70
Рис отварной с маслом	110/130
Компот из свежих яблок	150/180
Хлеб пшеничный	20/30
Хлеб дарницкий	40/50
Итого энергоценность обеда:	667,2(40%)
Полдник:	
Чай с сахаром	150/180
Печенье	1/1
Итого энергоценность полдника:	154,2(9%)
Ужин:	
Котлеты картофельные с маслом	100/4,100/4
Кофейный напиток с молоком	150/180
Итого энергоценность ужина :	229,08(16%)

