

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ №10 _____ О.Г.Писарева
1 **САД**
дата _____

МЕНЮ

Прием пищи, наименование блюда	Объем порции (г)	Энерг. цен. ккал.
ЗАВТРАК:		500,71
Икра кабачковая	100	121,26
Яйцо вареное	40	63,00
Макаронные изд. отварные	100	135,00
Коф. напиток. с молок. сгущ.	180	100,80
Хлеб пшеничн/масло слив.	20/5	47,60/33,05
ДОП.ЗАВТРАК:		81,17
Кефир	160	81,17
ОБЕД:		599,96
Суп картофельный с рисом	200	133,80
Биточек из говяд. рублен.	70	162,20
Капуста тушеная	150	112,65
Компот из свеж. плод. (яблок)	180	78,84
Хлеб ржаной	30	66,00
ПОЛДНИК:		445,95
Каша рисовая на молоке	100	148,00
Чай с сахаром	180	40,00
Сдоба обыкновен. (плюшка)	70	205,55
Всего за день:		1627,79
Стоимость дня:		153,00

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ №10 _____ О.Г.Писарева
2 **САД**
дата _____

МЕНЮ

Прием пищи, наименование блюда	Объем порции (г)	Энерг. цен. ккал.
ЗАВТРАК:		374,75
Суп молочн. с греч. круп.	180	119,16
Чай с сахаром	180	40,00
Кондитер. изд. (печенье)	75	134,94
Масло сливочное	5	47,60
Хлеб пшеничный	20	33,05
ДОП.ЗАВТРАК:		40,06
Фрукты свежие (яблоко)	70	40,06
ОБЕД:		582,41
Борщ вегетарианский (мелкошинкованный)	200	95,40
Фрикадельки мясные в томат-сметанном соусе	80/80	218,66
Пюре картофельное	110	100,65
Компот из сухофруктов	180	101,70
Хлеб ржаной	30	66,00
ПОЛДНИК:		282,00
Лапшевник с творогом	100	180,00
Молоко кипяченое	180	102,00
Всего за день:		1269,96
Стоимость дня:		153,00

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ №10 _____ О.Г.Писарева
1 **ЯСЛИ**
дата _____

МЕНЮ

Прием пищи, наименование блюда	Объем порции (г)	Энерг. цен. ккал.
ЗАВТРАК:		423,28
Икра кабачковая	50	60,63
Яйцо вареное	40	63,00
Макаронные изд. отварные	100	135,00
Коф. напиток. с молок. сгущ.	150	84,00
Хлеб пшеничн/масло слив.	20/5	47,60/33,05
ДОП.ЗАВТРАК:		76,67
Кефир	150	76,67
ОБЕД:		509,42
Суп картофельный с рисом	180	120,42
Биточек из говяд. рублен.	60	139,00
Капуста тушеная	100	75,10
Компот из свеж. плод. (яблок)	150	73,20
Хлеб пшеничный/ржаной	15/30	35,70/66,00
ПОЛДНИК:		381,55
Каша рисовая на молоке	100	148,00
Чай с сахаром	150	28,00
Сдоба обыкновен. (плюшка)	70	205,55
Всего за день:		1390,92
Стоимость дня:		140,37

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ №10 _____ О.Г.Писарева
2 **ЯСЛИ**
дата _____

МЕНЮ

Прием пищи, наименование блюда	Объем порции (г)	Энерг. цен. ккал.
ЗАВТРАК:		254,73
Суп молочн. с греч. круп.	150	99,30
Чай с сахаром	150	28,00
Кондитер. изд. (печенье)	45	46,78
Хлеб пшеничный	20	47,60
Масло сливочное	5	33,05
ДОП.ЗАВТРАК:		28,60
Фрукты свежие (яблоко)	65	37,20
ОБЕД:		507,01
Борщ вегетарианский (мелкошинкованный)	180	85,86
Фрикадельки мясные в томат-сметанном соусе	60/60	164,00
Пюре картофельное	110	100,65
Компот из сухофруктов	150	73,20
Хлеб пшеничн./хлеб ржаной	15/30	47,60/35,70
ПОЛДНИК:		229,00
Лапшевник с творогом	80	144,00
Молоко кипяченое	150	85,00
Всего за день:		1019,34
Стоимость дня:		140,37

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ №10 _____ О.Г.Писарева
3 САД
дата _____

МЕНЮ

Прием пищи, наименование блюда	Объем порции (г)	Энерг. цен. ккал.
ЗАВТРАК:		451,37
Салат из капусты	40	34,96
Омлет с сыром	120	267,33
Кофейный напиток с молок.	180	84,00
Хлеб пшеничный	20	47,60
ДОП.ЗАВТРАК:		81,17
Кефир	160	81,17
ОБЕД:		523,09
Суп картоф. с макар. изд.	200	83,80
Суфле из печени	70	181,59
Каша пшеничная вязкая	100	97,00
Сок натур	180	84,60
Хлеб ржаной	30	66,00
ПОЛДНИК:		166,94
Фрикадел. рыб. в томат. соусе	50/50	79,34
Чай с сахаром	180	40,00
Хлеб пшеничный	20	47,60
Всего за день:		1193,07
Стоимость дня:	153,00	

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ №10 _____ О.Г.Писарева
4 САД
дата _____

МЕНЮ

Прием пищи, наименование блюда	Объем порции (г)	Энерг. цен. ккал.
ЗАВТРАК:		334,25
Каша манная	180	213,60
Чай с сахаром	180	40,00
Хлеб пшеничный	20	47,60
Масло сливочное	5	33,05
ДОП.ЗАВТРАК:		40,06
Фрукты свежие (яблоко)	70	40,06
ОБЕД:		545,57
Суп харчо	200/18	121,63
Рагу из птицы	70/100	277,16
Кисель из плодов свежих (яблок)	180	99,18
Хлеб пшеничный	20	47,60
ПОЛДНИК:		373,09
Запеканка из творога со смет.	100/7,5	271,90
Молоко кипяченое	180	102,00
Всего за день:		1284,52
Стоимость дня:	153,00	

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ №10 _____ О.Г.Писарева
3 ЯСЛИ
дата _____

МЕНЮ

Прием пищи, наименование блюда	Объем порции (г)	Энерг. цен. ккал.
ЗАВТРАК:		333,61
Салат из капусты	40	34,96
Омлет с сыром	60	148,00
Кофейный напиток с молок.	150	70,00
Хлеб пшенич./масло слив.	20/5	47,60/33,05
ДОП.ЗАВТРАК:		81,07
Ряженка	150	81,07
ОБЕД:		489,77
Суп картоф. с гречками	180/15	74,68
Суфле из печени	60	181,59
Каша пшеничная вязкая	100	97,00
Сок натур	150	70,50
Хлеб ржаной	30	66,00
ПОЛДНИК:		171,64
Фрикадел. рыб. в томат. соусе	50/50	79,34
Чай с сахаром	150	28,00
Хлеб пшеничный	15	35,70
Фрукты свежие (яблоко)	65	37,20
Всего за день:		1076,09
Стоимость дня:	140,37	

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ №10 _____ О.Г.Писарева
4 ЯСЛИ
дата _____

МЕНЮ

Прием пищи, наименование блюда	Объем порции (г)	Энерг. цен. ккал.
ЗАВТРАК:		286,65
Каша манная	150	178,00
Чай с сахаром	150	28,00
Хлеб пшеничный	20	47,60
Масло сливочное	5	33,05
ДОП.ЗАВТРАК:		37,20
Фрукты свежие (яблоко)	65	37,20
ОБЕД:		592,24
Салат из свеклы	40	37,56
Суп харчо	180/15	109,47
Рагу из птицы	60/100	260,86
Кисель из плодов свежих (яблок)	150	82,65
Хлеб пшенич./хлеб ржаной	15/30	35,70/66,00
ПОЛДНИК:		307,64
Запеканка из творога со смет.	80/8	222,64
Молоко кипяченое	150	85,00
Всего за день:		1215,13
Стоимость дня:	140,37	

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ №10 _____ О.Г.Писарева
5 САД
дата _____

МЕНЮ

Прием пищи, наименование блюда	Объем порции (г)	Энерг. цен. ккал.
ЗАВТРАК:		243,78
Икра свекольная	60	60,06
Тефтели рыбные тушеные с соусом сметанным	60/15	96,12
Чай с сахаром	180	40,00
Хлеб пшеничный	20	47,60
ДОП.ЗАВТРАК:		81,17
Кефир	160	81,17
ОБЕД:		549,70
Щи из свеж. капусты с картоф.	200	67,80
Котлеты рубленые запеченые с соусом молочным	70	162,17
Пюре из гороха	110	169,13
Сок натур.	180	84,60
Хлеб ржаной	30	66,00
ПОЛДНИК:		312,00
Вареники ленивые	80/5	174,40
Какао с молоком	180	106,80
Фрукты свежие (яблоко)	50	30,80
Всего за день:		1186,65
Стоимость дня:		153,00

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ №10 _____ О.Г.Писарева
6 САД
дата _____

МЕНЮ

Прием пищи, наименование блюда	Объем порции (г)	Энерг. цен. ккал.
ЗАВТРАК:		304,91
Икра кабачковая	100	121,26
Яйцо вареное	40	63,00
Чай с сахаром	180	40,00
Хлеб пшеничн./м. сливочное	20/5	47,60/33,05
ДОП.ЗАВТРАК:		40,06
Фрукты свежие (яблоко)	70	40,06
ОБЕД:		477,72
Суп картофельный	200	114,77
Запеканка картоф. с мясом	150	229,92
Кофейный напиток. с м. сгущ.	180	100,80
Хлеб ржаной	30	66,00
ПОЛДНИК:		245,70
Салат из капусты	60	52,44
Биточки рыбные запечен.	70	94,50
Компот из смеси сухофруктов	180	101,70
Хлеб пшеничный	15	35,70
Всего за день:		1059,13
Стоимость дня:		153,00

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ №10 _____ О.Г.Писарева
5 ЯСЛИ
дата _____

МЕНЮ

Прием пищи, наименование блюда	Объем порции (г)	Энерг. цен. ккал.
ЗАВТРАК:		318,19
Икра свекольная	40	40,04
Тефтели рыбные тушеные с соусом сметанным	60/15	96,12
Чай с сахаром	150	28,00
Хлеб пшенич./масло слив.	15/7	35,70/46,27
ДОП.ЗАВТРАК:		76,00
Кефир	150	76,00
ОБЕД:		541,35
Щи из свеж. капусты с картоф.	180	61,02
Котлеты рубленые запеченые с соусом молочным	60	139,00
Пюре из гороха	110	169,13
Сок натур.	150	70,50
Хлеб пшенич./хлеб ржаной	15/30	35,70/66,00
ПОЛДНИК:		286,60
Вареники ленивые	80/5	174,40
Какао с молоком	150	89,00
Фрукты свежие (яблоко)	65	37,20
Всего за день:		1222,14
Стоимость дня:		140,37

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ №10 _____ О.Г.Писарева
6 ЯСЛИ
дата _____

МЕНЮ

Прием пищи, наименование блюда	Объем порции (г)	Энерг. цен. ккал.
ЗАВТРАК:		318,13
Икра кабачковая	100	121,26
Яйцо вареное	40	63,00
Чай с сахаром	150	28,00
Хлеб пшеничн./м. сливочное	20/7	47,60/46,27
ДОП.ЗАВТРАК:		37,20
Фрукты свежие (яблоко)	65	37,20
ОБЕД:		483,22
Суп картофельный	180	103,30
Запеканка картоф. с мясом	150	229,92
Кофейный напиток. с м. сгущ.	150	84,00
Хлеб ржаной	30	66,00
ПОЛДНИК:		236,41
Салат из капусты	40	34,96
Биточки рыбные запечен.	60	81,00
Компот из смеси сухофруктов	150	84,75
Хлеб пшеничный	15	35,70
Всего за день:		1066,36
Стоимость дня:		140,37

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ №10 _____ О.Г.Писарева
7 САД
дата _____

МЕНЮ

Прием пищи, наименование блюда	Объем порции (г)	Энерг. цен. ккал.
ЗАВТРАК:		252,77
Суп молочн. с круп. (пшеном)	180	132,12
Чай с сахаром	180	40,00
Хлеб пшен./масло слив.	20/5	47,60/33,05
ДОП.ЗАВТРАК:		81,17
Кефир	160	81,17
ОБЕД:		545,38
Суп картофельный с бобовыми, с мясом	200/8	157,57
Плов из птицы	70/100	237,21
Сок натур.	180	84,60
Хлеб ржаной	30	66,00
ПОЛДНИК:		409,07
Пудинг из творога с рисом	140	325,70
Кофейный напиток с молоком	180	84,00
Всего за день:		1289,02
Стоимость дня:		153,00

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ №10 _____ О.Г.Писарева
8 САД
дата _____

МЕНЮ

Прием пищи, наименование блюда	Объем порции (г)	Энерг. цен. ккал.
ЗАВТРАК:		394,30
Омлет натуральный	100	206,85
Какао с молоком	180	106,80
Хлеб пшеничный	20	47,60
Масло сливочное	5	33,05
ДОП.ЗАВТРАК:		81,17
Кефир	160	81,17
ОБЕД:		587,16
Борщ со сметаной	200/5	93,34
Тефтели мясные с соусом сметанным с луком	80/80	227,99
Пюре картофельное	110	100,65
Кисель из плодов свежих (яблоко)	180	127,90
Хлеб ржаной	30	66,00
ПОЛДНИК:		240,77
Салат из свеклы	60	56,34
Шницель рыбный натур.	70	96,83
Чай с сахаром	180	40,00
Хлеб пшеничный	20	47,60
Всего за день:		1303,40
Стоимость дня:		153,00

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ №10 _____ О.Г.Писарева
7 ЯСЛИ
дата _____

МЕНЮ

Прием пищи, наименование блюда	Объем порции (г)	Энерг. цен. ккал.
ЗАВТРАК:		298,97
Суп молочн. с круп. (пшеном)	150	110,10
Чай с молоком	150	77,00
Хлеб пшен./масло слив./сыр	20/7/5	47,6/46,27/18,0
ДОП.ЗАВТРАК:		75,00
Кефир	150	75,00
ОБЕД:		534,77
Суп картофельный с бобовыми, с мясом	180/12	127,42
Плов из птицы	60/100	223,26
Сок натур.	150	70,49
Хлеб пшенич./хлеб ржаной	20/30	47,60/66,00
ПОЛДНИК:		298,20
Пудинг из творога с рисом	80	193,00
Кофейный напиток с молоком	150	70,00
Фрукты свежие (яблоко)	80	45,78
Всего за день:		1206,94
Стоимость дня:		140,37

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ №10 _____ О.Г.Писарева
8 ЯСЛИ
дата _____

МЕНЮ

Прием пищи, наименование блюда	Объем порции (г)	Энерг. цен. ккал.
ЗАВТРАК:		300,62
Омлет натуральный	60	117,75
Какао с молоком	150	89,00
Хлеб пшеничный	20	47,60
Масло сливочное	7	46,27
ДОП.ЗАВТРАК:		76,00
Ряженка	150	76,00
ОБЕД:		528,31
Борщ со сметаной	180/5	84,01
Тефтели мясные с соусом сметанным с луком	60/60	171,00
Пюре картофельное	110	100,65
Кисель из плодов свежих (яблоко)	150	106,65
Хлеб ржаной	30	66,00
ПОЛДНИК:		224,86
Салат из свеклы	40	37,56
Шницель рыбный натур.	60	83,00
Чай с сахаром	150	28,00
Хлеб пшеничный	15	35,70
Фрукты свежие (яблоко)	65	37,20
Всего за день:		1129,79
Стоимость дня:		140,37

Утверждаю:
 Заведующий МАДОУ №10 _____ О.Г.Писарева
9 **САД**
 дата _____

МЕНЮ

Прием пищи, наименование блюда	Объем порции (г)	Энерг. цен. ккал.
ЗАВТРАК:		587,16
Суп молочн. с макарон. изд.	200	145,20
Чай с сахаром	180	40,00
Хлеб пшеничный	20	47,60
Масло слив./сыр	5/5	33,05/18,00
ДОП.ЗАВТРАК:		219,53
Сок натур.	150	70,49
Кондит. изд. (печенье)	75	134,94
ОБЕД:		582,20
Суп картоф. с гречн. крупой	200	73,20
Голубцы ленивые с соусом сметанным с томатом	160/30	249,94
Компот из свеж. плод. (яблок)	180	87,84
Хлеб ржаной	30	66,00
ПОЛДНИК:		211,44
Молоко кипяченое	180	102,00
Пирожок печеный с яблоками	60	109,44
Всего за день:		1600,33
Стоимость дня:		153,00

Утверждаю:
 Заведующий МАДОУ №10 _____ О.Г.Писарева
10 **САД**
 дата _____

МЕНЮ

Прием пищи, наименование блюда	Объем порции (г)	Энерг. цен. ккал.
ЗАВТРАК:		306,43
Суп молочный с круп. (манной)	180	118,98
Какао с молоком	180	106,80
Хлеб пшен./масло слив.	20/5	47,60/33,05
ДОП.ЗАВТРАК:		81,17
Кефир	160	81,17
ОБЕД:		467,12
Суп картоф. с мясн. фрикад.	200/25	125,00
Жаркое по домашнему	170	174,42
Компот из смеси сухофрукт.	180	101,70
Хлеб ржаной	30	66,00
ПОЛДНИК:		234,54
Салат из капусты	60	52,44
Котлета рыбная запечен.	70	94,50
Чай с сахаром	180	40,00
Хлеб пшеничный	20	47,60
Всего за день:		1089,26
Стоимость дня:		153,00

Утверждаю:
 Заведующий МАДОУ №10 _____ О.Г.Писарева
9 **ЯСЛИ**
 дата _____

МЕНЮ

Прием пищи, наименование блюда	Объем порции (г)	Энерг. цен. ккал.
ЗАВТРАК:		211,25
Суп молочн. с макарон. изд.	100	72,6
Чай с сахаром	150	28,00
Хлеб пшеничный	20	47,60
Масло слив./сыр	5/5	33,05/18,00
ДОП.ЗАВТРАК:		117,27
Сок натур.	150	70,49
Кондит. изд. (печенье)	45	46,78
ОБЕД:		502,62
Суп картоф. с гречн. крупой	180	65,88
Голубцы ленивые с соусом сметанным с томатом	160/30	249,94
Компот из свеж. плод. (яблок)	150	73,20
Хлеб пшен./хлеб ржаной	20/30	47,60/66,00
ПОЛДНИК:		194,44
Молоко кипяченое	150	109,44
Пирожок печеный с яблоками	60	85,00
Всего за день:		1025,58
Стоимость дня:		140,37

Утверждаю:
 Заведующий МАДОУ №10 _____ О.Г.Писарева
10 **ЯСЛИ**
 дата _____

МЕНЮ

Прием пищи, наименование блюда	Объем порции (г)	Энерг. цен. ккал.
ЗАВТРАК:		282,02
Суп молочный с круп. (манной)	150	99,15
Какао с молоком	150	89,00
Хлеб пшен./масло слив.	20/7	47,60/46,27
ДОП.ЗАВТРАК:		104,60
Фрукты свежие (яблоко)	65	37,20
Кефир	150	76,00
ОБЕД:		388,58
Суп картоф. с мясн. фрикад.	180/18	97,20
Жаркое по домашнему	155	159,03
Компот из смеси сухофрукт.	150	84,75
Хлеб пшеничный	20	47,60
ПОЛДНИК:		221,96
Салат из капусты	40	34,96
Котлета рыбная запечен.	60	81,00
Чай с сахаром	150	28,00
Хлеб ржаной	30	66,00
Всего за день:		997,16
Стоимость дня:		140,37