

Заведующий МАДОУ "Детский сад №63"

А.В.Бурдина

МЕНЮ НА 28 апреля 2025 г

№ т/к	Наименование блюда	выход		калорийно
		дети с 2 до 3 лет	дети с 3 до 7 лет	дети с 2 до 3 лет

ЗАВТРАК

106/1	Каша пшенная жидкая молочная	150	180	144,38
264	Кофейный напиток с молоком	180	200	84,01
310	Хлеб пшеничный	10	20	23,5
5	Масло порциями	10	10	66
	ИТОГО			317,89
				22%

2 ЗАВТРАК

267	Компот из сухофруктов (изюм)	150	180	85,5
	ИТОГО			6%

ОБЕД

35	Салат из квашенной капусты с луком	40	60	34,28
67	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	150	180	71,43
176	Жаркое по домашнему	160	200	272
310	Хлеб пшеничный	10	20	23,5
311	Хлеб ржаной	20	30	42
261	Чай с сахаром	160	180	44,8
	ИТОГО			488,01
				35%

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК

68	Суп молочный с макаронными изделиями	150	200	108,9
151	Оладьи из творога	60	80	139,8
316	Молоко сгущенное	20	30	51,8
263	Чай с молоком	150	200	77
310	Хлеб пшеничный	20	20	47
	ИТОГО			424,5

				30%
--	--	--	--	-----

	Стоимость дня:	125,7	153,4	
	ККАЛОРИИ			1315,9
				94%

Дети с 2 до 3 лет: Белки – 42,21 Жиры – 42,69 Углеводы –183,29

Дети с 3 до 7 лет: Белки – 58,26 Жиры 54,4 1 Углеводы – 236,38

Сотрудники; Рыба припущенная. Рис с овощами.. Хлеб ржаной. Чай с сахаром .

МЕНЮ НА 29 апреля 2025 г.

№ т/к	Наименование блюда	выход		калорийно
		дети с 2 до 3 лет	дети с 3 до 7 лет	дети с 2 до 3 лет
ЗАВТРАК				
269	Молоко кипяченое	180	200	102,1
310	Хлеб пшеничный	20	30	47
132	Омлет с зеленым горошком	150	170	176,7
	ИТОГО			325,8
				23%
2 ЗАВТРАК				
267	Напиток из плодов шиповника	170	200	69,13
	ИТОГО			5%
ОБЕД				
13	Свекла тушеная в сметане	40	60	40,8
66	Нугылишыд	150	200	89,28
87	Рагу из овощей	120	150	104
183	Котлеты «Загадка»	60	80	104,73
310	Хлеб пшеничный	20	20	47
311	Хлеб ржаной	35	50	73,5
253	Компот из сухофруктов	150	180	50,4
	ИТОГО			495,61
				35%
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
171	Суфле из рыбы	55	80	88
279	Пирожки печеные с картофелем	70	90	155,4
261	Чай с сахаром	180	200	50,4
310	Хлеб пшеничный	20	20	47
321/1	Конфеты шоколадные	20	20	80,2
	ИТОГО			421
				30%
	Стоимость дня:	123,99	151,25	
	ККАЛОРИИ			1311,5
				93%

Дети с 2 до 3 лет: Белки- 42,21 Жиры – 42,69 Углеводы –183,29

Дети с 3 до 7 лет: Белки- 63,83 Жиры – 54,99 Углеводы – 237,01

Сотрудники; Котлеты «Загадка». Рагу из овощей. Чай с сахаром

МЕНЮ НА 30 апреля 2025 г				
№ т/к	Наименование блюда	выход		калорийно
		дети с 2 до 3 лет	дети с 3 до 7 лет	дети с 2 до 3 лет
		ЗАВТРАК		
111\1	Каша манная жидкая молочная	150	200	120
264	Кофейный напиток с молоком	180	200	84,01
310	Хлеб пшеничный	20	20	47
5	Сыр порциями	8	10	52,8
	ИТОГО			303,81
				22%
2 ЗАВТРАК				

253	Компот из сушеных фруктов (изюм)	180	200	102,6
	ИТОГО			7%
ОБЕД				
39	Салат картофельный	40	60	42,8
56	Щи из свежей капусты с картофелем	150	180	50,85
319	Сметана	5	10	8,1
204	Котлеты рубленные из птицы	50	70	136,58
84	Капуста тушеная	120	130	87,6
310	Хлеб пшеничный	20	20	47
311	Хлеб ржаной	30	50	63
261	Чай с сахаром	180	200	50,4
	ИТОГО			486,33
				35%
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				
217	Пюре картофельное с морковью	120	150	99,6
283/1	Ватрушка с творогом	70	90	201,9
269	Молоко кипяченое	180	180	102,01
310	Хлеб пшеничный	10	20	23,5
	ИТОГО			427,1
				30%
	Стоимость одного дня	124,69	159,31	
	ККАЛОРИИ			1292,2
				92%
Дети с 2 до 3 лет: Белки 37,89 Жиры – 48,74 Углеводы –183,82				
Дети с 3 до 7 лет: Белки – 49,39 Жиры – 60,5 Углеводы – 238,38				
Сотрудники; Капуста тушеная. Фрикадельки из мяса птицы Хлеб ржаной. Чай с сахаром .				
МЕНЮ НА 05 мая 2025 г				
№ т/к	Наименование блюда	выход		калорийно сть
		дети с 2 до 3 лет	дети с 3 до 7 лет	дети с 2 до 3 лет
ЗАВТРАК				
111/6	Каша пшенная жидкая молочная	130	180	125,14
266	Какао с молоком	180	200	106,79
313	Джем повидло	20	20	42,3
310	Хлеб пшеничный	20	20	47
	ИТОГО	350	420	321,23
				23%
2 ЗАВТРАК				
253/1	Напиток из плодов шиповника	180	200	73,19
	ИТОГО	180	200	5%
ОБЕД				
47	Икра свекольная	40	60	40,04
56	Щи из свежей капусты с картофелем	150	200	50,85
319	Сметана	5	10	8,1
193/1	Запеканка картофельная с печенью	150	200	251,5

241	Соус сметанный	20	35	14,8
261	Чай с сахаром	180	200	50,4
311	Хлеб ржаной	20	40	42
310	Хлеб пшеничный	20	20	47
	ИТОГО	585	765	504,69
				37%

УПЛОТНЕННЫЙ		ПОЛДНИК		
149	Запеканка из творога	85	100	160,05
291/1	Булочка ванильная	40	50	128,8
238	Соус молочный сладкий	20	20	20,4
253	Напиток из ягод свежемороженных	180	200	73,8
	ИТОГО	325	370	383,05
	Стоимость дня:	124,28	151,3	30%
	ККАЛОРИИ			1282,2
				91%

Дети с 2 до 3 лет: Белки – 44,55 Жиры – 43,09 Углеводы – 201,4

Дети с 3 до 7 лет: Белки – 56,1 Жиры – 55,62 Углеводы – 247,57

Сотрудники Запеканка картофельная с печенью

Хлеб ржаной. Чай с сахаром

МЕНЮ НА 06 мая 2025 г				
№ т/к	Наименование блюда	выход		калорийно сть
		дети с 2 до 3 лет	дети с 3 до 7 лет	дети с 2 до 3 лет

ЗАВТРАК				
111\3	Каша овсяная (геркулес) жидкая молочная	150	200	124,68
263	Чай с молоком	180	200	92,39
310	Хлеб пшеничный	12	30	23,5
6	Сыр порциями	8	10	28,2
	ИТОГО	350		274,07
				20%

2 ЗАВТРАК				
253	Компот из сушеных фруктов (изюм)	150	180	85,5
	ИТОГО	150	180	6%

ОБЕД				
315	Кабачковая икра (промышленного производства)	40	60	310,2
52/1	Борщ с капустой и картофелем	150	180	61,5
319	Сметана	8	10	12,96
163	Котлеты рыбные	60	70	85,5
76	Картофель отварной	110	130	103,5
253	Компот из сухофруктов(смесь)	180	180	102,6
311	Хлеб ржаной	25	40	52,5
310	Хлеб пшеничный	20	30	47
	ИТОГО	593	700	496,76
				35%

УПЛОТНЕННЫЙ		ПОЛДНИК		
-------------	--	---------	--	--

187	Тефтели мясные (1 вариант)	50	70	142,5
84	Капуста тушеная	120	150	94,9
256	Кисель молочный	150	180	128,55
321/1	Конфеты шоколадные	20	20	80,2
310	Хлеб пшеничный		20	446,15
	ИТОГО	340	440	0,31
	Стоимость дня:	123,71	152,1	31%
	ККАЛОРИИ			1302,48
				92%

Дети с 2 до 3 лет: Белки – 50,21 Жиры – 42,59 Углеводы – 205,82

Дети с 3 до 7 лет: Белки – 64,84 Жиры – 54,82 Углеводы – 262,25

Сотрудники. Котлеты рыбные. Каша гречневая.

Хлеб ржаной. Чай с сахаром

МЕНЮ НА 07 мая 2025 г

№ т/к	Наименование блюда	выход		калорийно сть
		дети с 2 до 3 лет	дети с 3 до 7 лет	дети с 2 до 3 лет

ЗАВТРАК

111/1	Каша манная жидкая молочная	150	200	120
269	Молоко кипяченое	180	200	102,1
310	Хлеб пшеничный	15	25	35,25
5	Масло порциями	7	8	46,2
	ИТОГО	352		303,55
				21%

2 ЗАВТРАК

253	Напиток из ягод свежемороженных	150	200	61,5
	ИТОГО	150		4%

ОБЕД

39	Салат картофельный	40	60	42,8
64	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	180	62,85
202	Котлеты рубленые из птицы	50	80	136,58
217	Пюре картофельное с морковью	120	150	99,6
310	Хлеб пшеничный	10	20	23,5
311	Хлеб ржаной	30	25	63
261	Чай с сахаром	180	180	50,4
	ИТОГО	580		478,73
				36%

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК

273	Блинчики	80	100	146,4
316	Молоко сгущенное	30	80	75
159	Чорыг селянка (рыба в омлете) (удмуртское блюдо)	60	200	92,39
310	Хлеб пшеничный	20	30	77,7
263	Чай с молоком или сливками	180	20	47
	ИТОГО	370		438,49
				34%

	Стоимость дня:	125,31	154,4	
	ККАЛОРИИ			1282,3
				91%
Дети с 2 до 3 лет: Белки – 44,69 Жиры – 42,43 Углеводы -192,46				
Дети с 3 до 7 лет: Белки – 57,67 Жиры – 54,25 Углеводы – 236,12				
Сотрудники; Пюре гороховое. Котлеты рубленые из птицы. Хлеб ржаной. Чай с сахаром .				