

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ д/с «Ромашка»

Бушуева Т.В.

Приказ от 10.01.2022г. №29

12 сентября 2024 года

Ежедневное индивидуальное меню воспитанников МБДОУ д/с «Ромашка» на 12 сентября 2024 года

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

Длительность пребывания воспитанников в саду :12 часов

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные, молоко питьевое, масло сливочное)	110	10,8	11,4	2	152,9	
12	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ОГУРЦАМИ (морковь столовая, огурцы консервированные, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,6	2,9	3,8	50,3	
1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное, батон нарезной)	25/5	1,9	4,8	12,9	102,9	
257	МЯСО ТУШЕНОЕ (аллергики) (говядина 1Ка, лук репчатый, морковь, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	50	14,9	16,8	0,4	212,7	
324	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики) (крупа ячневая, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	130	3,3	4,3	21,5	137,8	
	БАТОН НАРЕЗНОЙ(аллергики) (батон нарезной)	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
430	ЧАЙ С САХАРОМ(аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	200	0,1	0	8,9	36	
395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, молоко питьевое, сахар, вода питьевая)	200	5,2	4,2	19,1	133,6	
Итого		400	18,5	23,3	37,8	439,7	
II-Завтрак							
	НЕКТАРИН (нектарин)	100	1,1	0,3	8,8	42,3	
Итого		100	1,1	0,3	8,8	42,3	
Обед							
53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (кабачки, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,6	3,1	4,2	47,8	
34	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель, свекла, морковь, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, вода питьевая, сметана)	180/10	2,3	4,9	14,9	117,9	
ТТК	МЯСО ТУШЕНОЕ С КАПУСТОЙ (БИГУС) (говядина замор.1 к, лук репчатый, капуста белокочанная, морковь столовая, томатная паста, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	210	15	17	10,3	256,2	
442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	180	0,9	0,2	18,8	80	
ТТК	СВЕКОЛЬНИК(аллергики) (картофель, свекла, морковь, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, вода питьевая)	180	2,2	3,7	15,2	103,4	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,8	0,4	17,9	86,1	
Итого		680	21,6	25,6	66,1	588	
Уплотненный полдник							
335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, масло сливочное, молоко питьевое, соль пищевая йодированная)	130	2,7	4,3	18,6	124,5	
269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ (рыба потр. б/г горбуша, хлеб пшеничный, молоко питьевое, яйца куриные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	80	12,2	6,6	4,8	127,2	
	КОНФЕТЫ ШОКОЛАДНЫЕ (конфеты шоколадные)	30	0,5	2,2	24,5	119,7	
430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	180	0,1	0	8	31,9	
318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики) (картофель, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая)	130	2,5	3,7	20,7	126,6	
245	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ(аллергики) (рыба б/г горбуша, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, вода питьевая)	60	12,4	6,6	0,1	109,9	
	ПЕЧЕНЬЕ (аллергики) (печенье)	30	2,3	2,9	22,3	125,1	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн. формовой мука высш. сорт)	30	2,3	0,2	15,3	72	
Итого		450	17,8	13,3	71,2	475,3	
Всего			59	62,5	183,9	1545,3	

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ д/с «Ромашка»

Бушуева Т.В.

Приказ от 10.01.2022г. №29

12 сентября 2024 года

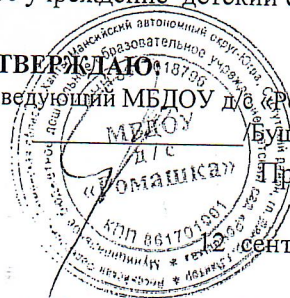
Ежедневное индивидуальное меню воспитанников МБДОУ д/с «Ромашка» на 12 сентября 2024 года

Возрастная категория: с 1,5 до 3 лет

Длительность пребывания воспитанников в саду :12 часов

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные, молоко питьевое, масло сливочное)	90	8,8	9,4	1,7	125,3	
12	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ОГУРЦАМИ (морковь столовая, огурцы консервированные, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,6	2,9	3,8	50,3	
1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное, батон нарезной)	20/5	1,5	4,7	10,3	89,8	
395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (кофейный напиток, молоко питьевое, сахар, вода питьевая)	180	4,6	3,7	16	113,9	
Итого		355	15,5	20,7	31,8	379,3	
II Завтрак							
	ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,4	0,4	9,9	47,3	
Итого		100	0,4	0,4	9,9	47,3	
Обед							
53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (кабачки, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,5	2	2,8	31,8	
34	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель, свекла, морковь, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, вода питьевая, сметана)	150/10	2,1	4,1	13,1	101,6	
ТТК	МЯСО ТУШЕНОЕ С КАПУСТОЙ (БИГУС) (говядина замор.1 к, лук репчатый, капуста белокачанная, морковь столовая, томатная паста, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	170	12,93	14,71	8,13	218,13	
442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	180	0,9	0,2	18,8	80	
	ХЛЕБ РЖАНОИ (хлеб ржаной)	35	2,3	0,3	14,8	71,4	
Итого		585	18,73	21,31	57,63	502,93	
Уплотненный полдник							
335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, масло сливочное, молоко питьевое, соль пищевая йодированная)	110	2,3	3,7	15,6	105	
269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ (рыба потр. блг горбуша, хлеб пшеничный, молоко питьевое, яйца куриные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	60	9,2	4,8	3,6	95,5	
	КОНФЕТЫ ШОКОЛАДНЫЕ (конфеты шоколадные)	15	0,2	1,1	12,3	59,9	
430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай чёрный байховый, вода питьевая, сахар)	180	0,1	0	8	31,9	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	20	1,5	0,1	10,1	47,8	
Итого		385	13,3	9,7	49,6	340,1	
Всего			47,93	52,11	148,93	1269,63	

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ д/с «Ромашка»
Бушуева Т.В.



Приказ от 10.01.2022г. №29

12 сентября 2024 года

Ежедневное индивидуальное меню воспитанников МБДОУ д/с «Ромашка» на 12 сентября 2024 года
Возрастная категория: с 1,5 до 3 лет

Длительность пребывания воспитанников в саду :12 часов

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные, масло сливочное, молоко питьевое)	90	8,8	9,4	1,7	125,3	
12	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ОГУРЦАМИ (морковь столовая, огурцы консервированные, лук репчатый, масло подсолн.рафинир.)	60	0,6	2,9	3,8	50,3	
1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное, батон нарезной)	20/5	1,5	4,7	10,3	89,8	
397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао, молоко питьевое, сахар, вода питьевая)	180	5	4,1	14,9	114,7	
Итого		355	15,9	21,1	30,7	380,1	
II Завтрак							
	ГРУША (груши)	100	0,4	0,3	10,3	47	
Итого		100	0,4	0,3	10,3	47	
Обед							
53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (кабачки, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное)	40	0,5	2	2,8	31,8	
34	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОИ (картофель, свекла, морковь, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, вода питьевая, сметана)	150/10	2,1	4,1	13,1	101,6	
406	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (картофель, лук репчатый, капуста белокачанная, морковь столовая, мука пшеничная, томатная паста, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	110	2,5	3,1	13,2	92,3	
286*	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (говядина 1 кат., хлеб пшеничный, вода питьевая, лук репчатый, мука пшеничная, масло подсолн.рафинир.)	60	8,11	7,04	7,58	126,06	
442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	180	0,9	0,2	18,8	80	
	ХЛЕБ РЖАНОИ (хлеб ржаной)	35	2,3	0,3	14,8	71,4	
Итого		585	16,41	16,74	70,28	503,16	
Уплотненный полдник							
335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко питьевое, масло сливочное, соль пищевая йодированная)	110	2,3	3,7	15,6	105	
269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ (рыба потр. б/г, горбуша, хлеб пшеничный, молоко питьевое, яйца куриные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	60	9,2	4,8	3,6	95,5	
	КОНФЕТЫ ШОКОЛАДНЫЕ (конфеты шоколадные)	15	0,2	1,1	12,3	59,9	
430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	180	0,1	0	8	31,9	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшенич.формовой мука Высш.сорт)	20	1,5	0,1	10,1	47,8	
Итого		385	13,3	9,7	49,6	340,1	
Всего			46,01	47,84	160,88	1270,36	



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ д/с «Ромашка»

Бушуева Т.В.

Приказ от 10.01.2022г. №29

12 сентября 2024 года

Ежедневное индивидуальное меню воспитанников МБДОУ д/с «Ромашка» на 12 сентября 2024 года

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

Длительность пребывания воспитанников в саду :12 часов

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак							
214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные, масло сливочное, молоко питьевое)	110	10,8	11,4	2	152,9	
12	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ОГУРЦАМИ (морковь столовая, огурцы консервированные, лук репчатый, масло подсолн.рафинир.)	60	0,6	2,9	3,8	50,3	
1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сливочное, батон нарезной)	30/5	2,3	5	15,4	116	
257	МЯСО ТУШЕНОЕ (аллергики) (говядина 1Ка., лук репчатый, морковь, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	50	14,9	16,8	0,4	212,7	
324	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики) (крупа ячневая, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	130	3,3	4,3	21,5	137,8	
430	ЧАЙ С САХАРОМ(аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	200	0,1	0	8,9	36	
397	КАКАО С МОЛОКОМ (какао, молоко питьевое, сахар, вода питьевая)	200	5,6	4,7	17,8	134,5	
Итого		405	19,3	24	39	453,7	
II Завтрак							
	ЯБЛОКО (яблоки)	100	0,4	0,4	9,9	47,3	
Итого		100	0,4	0,4	9,9	47,3	
Обед							
53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (кабачки, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное)	60	0,6	3,1	4,2	47,8	
34	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ (картофель, свекла, морковь, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, вода питьевая, сметана)	180/10	2,3	4,9	14,9	117,9	
406	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (картофель, лук репчатый, капуста белокачанная, морковь столовая, мука пшеничная, томатная паста, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	130	2,9	3,8	15,8	108,4	
286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (говядина 1 кат., хлеб пшеничный, вода питьевая, лук репчатый, мука пшеничная, масло подсолн. рафинир.)	70	9,43	8,02	8,84	145,02	
442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	180	0,9	0,2	18,8	80	
17К	СВЕКОЛЬНИК(аллергики) (картофель, свекла, морковь, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, вода питьевая)	180	2,2	3,7	15,2	103,4	
286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (аллергики) (говядина 1 кат., вода питьевая, лук репчатый, масло подсолн.рафинир.)	70	9,43	8,02	8,84	145,02	
4/К	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (аллергики) (картофель, лук репчатый, капуста белокачанная, морковь столовая, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	130	2,2	5,3	10,8	99,8	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	35	2,3	0,3	14,8	71,4	
Итого		665	18,43	20,32	77,34	570,52	
Уплотненный полдник							
335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко питьевое, масло сливочное, соль пищевая)	130	2,7	4,3	18,6	124,5	
269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ (рыба потр. б/г горбуша, хлеб пшеничный, молоко питьевое, яйца куриные, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	80	12,2	6,6	4,8	127,2	
	КОНФЕТЫ ШОКОЛАДНЫЕ (конфеты шоколадные)	30	0,5	2,2	24,5	119,7	
430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	180	0,1	0	8	31,9	
318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики) (картофель, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая)	130	2,5	3,7	20,7	126,6	
245	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ(аллергики) (рыба б/г горбуша, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, вода питьевая)	60	12,4	6,6	0,1	109,9	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	35	2,7	0,2	17,8	84,1	
Итого		455	18,2	13,3	73,7	487,4	
Всего			56,33	58,02	199,94	1558,92	