Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад «Ромашка», стр.67

УТВЕРЖДАЮ:
И.о.заведующего МБДОУ д/с «Ромашка»
Климова Н.К.
Приказ от 10.01.2022г. №29

01 апреля 2025 года

Ежедневное индивидуальное меню воспитанников МБДОУ д/с «Ромашка» на 01 апреля 2025 года
Возрастная категория: с 3 до 7 лет
Длительность пребывания воспитанников в саду :12 часов

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак							
224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог,сахар,сметана,крупа манная,яйца куриные,масло подсолнечное)	120	21,9	12,9	17,6	277,8	
351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (масло сливочное,молоко,мука пшеничная,сахар)	50	0,9	2,4	5,7	48,9	
3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр голландский, хлеб пшеничный)	30/12	5	4,4	15,4	121,6	
257	МЯСО ТУШЕНОЕ (аллергики) (говядина 1Ка.,лук репчатый,морковь,вода питьевая,масло подсолнечное	50	14,9	16,8	0,4	212,7	
184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики) (рис, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное , соль пищевая	130	2,4	4,3	25,8	151,2	
430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	200	0,1	0	8,9	36	
Итого		**412**	**27,9**	**19,7**	**47,6**	**484,3**	
II Завтрак							
442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	150	0,8	0,2	15,7	66,7	
Итого		**150**	**0,8**	**0,2**	**15,7**	**66,7**	
Обед							
	ТОМАТЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ БЕЗ УКСУСА (томаты консервированные без уксуса)	60	0	0	1,7	29,2	
99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, горох сухой, масло сливочное, вода питьевая,хлеб пшеничный,соль пищевая йодированная)	180/10	4,9	3,6	21,1	137,9	
258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина 1Ка.,картофель,лук репчатый,морковь,масло сливочное,томатная паста)	210	13,7	12,6	26,2	273,7	
376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (смесь сухофруктов,сахар , вода питьевая)	180	0	0	7,8	30,9	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	45	3,1	0,4	20,1	96,9	
Итого		**685**	**21,7**	**16,6**	**76,9**	**568,6**	
Уплотненный полдник							
351	РАГУ ОВОЩНОЕ (капуста белокачанная,картофель, лук репчатый, морковь столовая, масло подсолнечное рафинированное,мука пшеничная,томаты,сахар,вода питьевая)	150	2,6	7,6	13,6	134,2	
249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (рыба потр б/г горбуша,яйца куриные,молоко,масло подсолнечное рафинированное)	60	11,6	6,7	0,4	107,3	
435	ИОГУРТ (йогурт2,5%)	200	5,3	2,8	7,9	83,6	
	ЗЕФИР (зефир)	25	1,4	1,4	22,8	108,9	
257	МЯСО ТУШЕНОЕ (аллергики) (говядина 1Ка.,лук репчатый,морковь,вода питьевая,масло подсолнечное рафинированное)	50	14,9	16,8	0,4	212,7	
430	ЧАЙ С САХАРОМ(аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	200	0,1	0	8,9	36	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	20	1,5	0,1	10,1	47,8	
Итого		**455**	**22,4**	**18,6**	**54,8**	**517,8**	
Всего			**72,8**	**55,1**	**195**	**1637,4**	

УТВЕРЖДАЮ:
И.о.заведующего МБДОУ д/с «Ромашка»
/Климова Н.К.
Приказ от 10.01.2022г. №29
01 апреля 2025 года

Ежедневное индивидуальное меню воспитанников МБДОУ д/с «Ромашка» на 01 апреля 2025 года
Возрастная категория: с 1,5 до 3 лет
Длительность пребывания воспитанников в саду :12 часов

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак							
224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог,сахар,сметана,крупа манная,яйца куриные,масло подсолнечное)	100	18	10,6	14,5	229,6	
351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (масло сливочное,молоко,мука пшеничная,сахар)	40	0,8	2	4,6	38,7	
3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр голландский,хлеб пшеничный)	20/10	3,8	3,6	10,3	88,8	
257	МЯСО ТУШЕНОЕ (аллергики) (говядина 1Ка.,лук репчатый,морковь,вода питьевая,масло подсолнечное	50	14,9	16,8	0,4	212,7	
184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики) (рис, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное , соль пищевая	130	2,4	4,3	25,8	151,2	
430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	180	0,1	0	8	31,9	
Итого		**350**	**22,7**	**16,2**	**37,4**	**389**	
II Завтрак							
442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	110	0,6	0,1	12,5	53,3	
Итого		**110**	**0,6**	**0,1**	**12,5**	**53,3**	
Обед							
	ТОМАТЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ БЕЗ УКСУСА (томаты консервированные без уксуса)	40	0	0	1,2	19,5	
99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, горох сухой, масло сливочное, вода питьевая,хлеб пшеничный,соль пищевая йодированная)	150/10	4,1	2,7	18,7	116,2	
258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина 1Ка.,картофель,лук репчатый,морковь,масло сливочное,томатная паста)	160	11,8	10,8	19,5	222,6	
402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (смесь сухофруктов,сахар , вода питьевая)	150	0	0	5,8	23,2	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,8	0,4	17,9	86,1	
Итого		**550**	**18,7**	**13,9**	**63,1**	**467,6**	
Уплотненный полдник							
351	РАГУ ОВОЩНОЕ (капуста белокачанная,картофель, лук репчатый, морковь столовая, масло подсолнечное рафинированное,мука пшеничная,томаты,сахар,вода	120	2,1	6,1	10,9	107,4	
249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (рыба потр б/г горбуша,яйца куриные,молоко,масло подсолнечное рафинированное)	50	9,7	5,5	0,4	89,6	
435	ИОГУРТ (йогурт2,5%)	180	5,3	2,8	7,9	83,6	
	ЗЕФИР (зефир)	25	1,4	1,4	22,8	108,9	
257	МЯСО ТУШЕНОЕ (аллергики) (говядина 1Ка.,лук репчатый,морковь,вода питьевая,масло подсолнечное рафинированное)	50	14,9	16,8	0,4	212,7	
430	ЧАЙ С САХАРОМ(аллергики) (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	200	0,1	0	8,9	36	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	20	1,5	0,1	10,1	47,8	
Итого		**395**	**20**	**15,9**	**52,1**	**437,3**	
Всего			**62**	**46,1**	**165,1**	**1347,2**	

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад «Ромашка», стр.68

УТВЕРЖДАЮ:
И.о.заведующего МБДОУ д/с «Ромашка»
_____/Климова Н.К.
Приказ от 10.01.2022г. №29

01 апреля 2025 года

Ежедневное индивидуальное меню воспитанников МБДОУ д/с «Ромашка» на 01 апреля 2025 года
Возрастная категория: с 3 до 7 лет
Длительность пребывания воспитанников в саду :12 часов

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак							
224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог,сахар,сметана,крупа манная,яйца куриные,масло подсолнечное)	120	21,9	12,9	17,6	277,8	
351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (масло сливочное,молоко,мука пшеничная,сахар)	50	0,9	2,4	5,7	48,9	
3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр голландский, хлеб пшеничный)	30/12	5	4,4	15,4	121,6	
257	МЯСО ТУШЕНОЕ (аллергики) (говядина 1Ка.,лук репчатый,морковь,вода питьевая,масло подсолнечное	50	14,9	16,8	0,4	212,7	
ттк	КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики) (хлопья овсяные, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное ,	130	4,2	6	21	154,4	
	СЫР ПОРЦИОННЫЙ(аллергики) (сыр полутвердый)	10	2,3	3	0	36,4	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(аллергики) (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	3,5	0,3	22,9	108,2	
430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	200	0,1	0	8,9	36	
Итого		**412**	**27,9**	**19,7**	**47,6**	**484,3**	
II Завтрак							
442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	150	0,8	0,2	15,7	66,7	
Итого		**150**	**0,8**	**0,2**	**15,7**	**66,7**	
Обед							
54	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (свекла,лук репчатый,томатная паста,масло подсолнечное рафинированное)	60	1,1	3	6,8	57,9	
99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, горох сухой, масло сливочное, вода питьевая,хлеб пшеничный,соль пищевая йодированная)	180/10	4,9	3,6	21,1	137,9	
258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина 1Ка.,картофель,лук репчатый,морковь,масло сливочное,томатная паста)	210	13,7	12,6	26,2	273,7	
376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (смесь сухофруктов,сахар , вода питьевая)	180	0	0	7,8	30,9	
99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ (аллер.) (картофель, морковь, лук репчатый, горох сухой, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая,хлеб пшеничный,соль пищевая йодированная)	180	3,5	4,2	11,7	98,6	
ттк	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ(аллер.) (рыбы б/г горбуша,лук репчатый,морковь,масло подсолнечное рафинированное)	60	6	2,1	1,8	51,1	
133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ (аллергики) (картофель,лук репчатый,морковь,масло подсолнечное рафинированное)	130	2,7	3,8	20,5	128,1	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	45	3,1	0,4	20,1	96,9	
Итого		**685**	**22,8**	**19,6**	**82**	**597,3**	
Уплотненный полдник							
351	РАГУ ОВОЩНОЕ (капуста белокачанная,картофель, лук репчатый, морковь столовая, масло подсолнечное рафинированное,мука пшеничная,томаты,сахар,вода питьевая)	150	2,6	7,6	13,6	134,2	
249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (рыба потр б/г горбуна,яйца куриные,молоко,масло подсолнечное рафинированное)	60	11,6	6,7	0,4	107,3	
435	КЕФИР (кефир)	200	5,3	2,8	7,9	83,6	
460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ (мука пшеничная, сахар, яйцо куриное, масло сливочное,молоко)	50	4,5	5,6	28,1	180,6	
245	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ(аллергики) (рыба б/г горбуша,масло подсолнечное рафинированное,лук репчатый,вода питьевая)	70	12,4	6,6	0,1	109,9	
318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики) (картофель,масло подсолнечное рафинированное,вода питьевая)	130	2,5	3,7	20,7	126,6	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	20	1,5	0,1	10,1	47,8	
Итого		**480**	**25,5**	**22,8**	**60,1**	**553,5**	
Всего			**77**	**62,3**	**205,4**	**1701,8**	

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад «Ромашка», стр.68

УТВЕРЖДАЮ:
И.о.заведующего МБДОУ д/с «Ромашка»
_____/Климова Н.К.
Приказ от 10.01.2022г. №29
01 апреля 2025 года

Ежедневное индивидуальное меню воспитанников МБДОУ д/с «Ромашка» на 01 апреля 2025 года
Возрастная категория: с 1,5 до 3 лет
Длительность пребывания воспитанников в саду :12 часов

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак							
224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА (творог,сахар,сметана,крупа манная,яйца куриные,масло подсолнечное)	100	18	10,6	14,5	229,6	
351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) (масло сливочное,молоко,мука пшеничная,сахар)	40	0,8	2	4,6	38,7	
3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр голландский,хлеб пшеничный)	20/10	3,8	3,6	10,3	88,8	
257	МЯСО ТУШЕНОЕ (аллергики) (говядина 1Ка.,лук репчатый,морковь,вода питьевая,масло подсолнечное	50	14,9	16,8	0,4	212,7	
ттк	КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики) (хлопья овсяные, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное ,	130	4,2	6	21	154,4	
	СЫР ПОРЦИОННЫЙ(аллергики) (сыр полутвердый)	10	2,3	3	0	36,4	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(аллергики) (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	30	2,3	0,2	15,3	72	
430	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар)	180	0,1	0	8	31,9	
Итого		**350**	**22,7**	**16,2**	**37,4**	**389**	
II Завтрак							
442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	110	0,6	0,1	12,5	53,3	
Итого		**110**	**0,6**	**0,1**	**12,5**	**53,3**	
Обед							
54	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ (свекла,лук репчатый,томатная паста,масло подсолнечное рафинированное)	40	0,7	1,9	4,7	39,2	
99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ (картофель, морковь, лук репчатый, горох сухой, масло сливочное, вода питьевая,хлеб пшеничный,соль пищевая йодированная)	150/10	4,1	2,7	18,7	116,2	
258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина 1Ка.,картофель,лук репчатый,морковь,масло сливочное,томатная паста)	160	11,8	10,8	19,5	222,6	
402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (смесь сухофруктов,сахар , вода питьевая)	150	0	0	5,8	23,2	
99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ (аллер.) (картофель, морковь, лук, горох сухой, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая,хлеб пшеничный,соль пищевая	180	3,5	4,2	11,7	98,6	
ттк	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ(аллер.) (рыбы б/г горбуша,лук репчатый,морковь,масло подсолнечное рафинированное)	60	6	2,1	1,8	51,1	
133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ (аллергики) (картофель,лук репчатый,морковь,масло подсолнечное рафинированное)	130	2,7	3,8	20,5	128,1	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной)	40	2,8	0,4	17,9	86,1	
Итого		**550**	**19,4**	**15,8**	**66,6**	**487,3**	
Уплотненный полдник							
351	РАГУ ОВОЩНОЕ (капуста белокачанная,картофель, лук репчатый, морковь столовая, масло подсолнечное рафинированное,мука пшеничная,томаты,сахар,вода	120	2,1	6,1	10,9	107,4	
249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ (рыба потр б/г горбупа,яйца куриные,молоко,масло подсолнечное рафинированное)	50	9,7	5,5	0,4	89,6	
435	КЕФИР (кефир)	180	5,3	2,8	7,9	83,6	
460	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ (мука пшеничная, сахар, яйцо куриное, масло сливочное,молоко)	40	3,7	4,4	22,4	143,5	
245	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ(аллергики) (рыба б/г горбуша,масло подсолнечное рафинированное,лук репчатый,вода питьевая)	70	12,4	6,6	0,1	109,9	
318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики) (картофель,масло подсолнечное рафинированное,вода питьевая)	130	2,5	3,7	20,7	126,6	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный)	20	1,5	0,1	10,1	47,8	
Итого		**410**	**22,3**	**18,9**	**51,7**	**471,9**	
Всего			**65**	**51**	**168,2**	**1401,5**	