

Утверждаю
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №116
Первухина И.В.
«30» апреля 2025 год
Весенне-летнее меню
1-неделя День 1 (понедельник)

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		№ Рецептуры	№ Тех.карты	
			1.5–3 года						3-7 лет							
			Б	Ж	У				Б	Ж	У					
Завтрак																
Каша рисовая с маслом		155	2,28	0,33	28,91	128		185	2,74	0,4	34,69	153,6		168	153	
Бутерброд с сыром		45	5,04	6,59	14,56	138		60	7,15	8,02	19,39	178		3	16	
Кофейный напиток с молоком		180	2,85	2,41	14,36	91		200	3,12	2,67	15,96	101		395	116	
		380,00	10,17	9,33	57,83	357,00		445,00	13,01	11,09	70,04	432,60				
2 завтрак																
Сок фруктовый		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		399	12	
		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00				
Обед																
Салат из белокачанной капусты		30,00	0,42	1,52	2,70	26,25		50,00	0,63	2,28	4,06	39,00		20	138	
Расольник Ленинградский со сметаной		150,00	1,26	3,07	9,95	72,45		180,00	1,51	3,68	11,94	86,94		76	139	
Бефстроганов из печени		50,00	7,45	5,50	7,28	108,13		100,00	14,90	11,00	14,56	216,26		278-1	105	
Каша рассыпчатая гречка		110,00	6,31	4,46	28,33	178,75		130,00	7,45	5,28	33,49	211,25		313-1	98	
Кисель		180,00	0,06	0,00	18,10	90,60		200,00	0,07	0,00	20,00	100,67		383//1	14	
Хлеб ржаной		40,00	2,64	0,48	13,36	69,60		50,00	3,30	0,60	16,70	87,00				
		560,00	18,14	15,03	79,72	545,78		710,00	27,86	22,84	100,75	741,12				
Полдник																
Кисломолочный напиток		180,00	5,22	4,50	7,20	90,00		200,00	5,80	5,00	8,00	100,00		401	69	
Кондитерское изделие		20,00	1,60	3,20	12,80	86,00		50,00	4,00	8,00	32,00	215,00				
		200,00	6,82	7,70	20,00	176,00		250,00	9,80	13,00	40,00	315,00				
Ужин																
Омлет натуральный		170,00	15,04	26,92	3,02	314,00		170,00	15,04	26,92	3,02	314,00		215	154	
Салат из зеленого горошка консервированного		40,00	1,19	2,08	2,51	33,44		60,00	1,78	3,12	3,76	50,16		10	135	
Хлеб пшеничный		30,00	2,37	0,30	14,49	51,56		40,00	3,16	0,40	19,32	68,74				
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108	
		420,00	18,66	29,32	30,02	439,00		470,00	20,05	30,46	37,10	476,90				
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1660,00	54,32	61,58	203,87	1585,78		1975,00	71,25	77,59	264,19	2033,62				

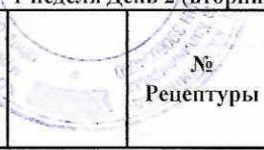
Утверждаю
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №116
Первухина И.В.
«30» апреля 2025 год
Весенне-летнее меню (Дети с П/А)
I неделя День I (понедельник)

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		№ Рецептуры	№ Тех.карты
			1.5–3 года						3-7 лет						
			Б	Ж	У				Б	Ж	У				
Завтрак															
Каша рисовая		155	2,28	0,33	28,91	128		185	2,74	0,4	34,69	153,6		168	168А
Хлеб пшеничный		30	2,37	0,3	14,49	51,56		40	3,16	0,4	19,32	68,74			
Чай с сахаром		180	0,06	0,02	10	40		200	0,07	0,02	11	44		392	108
		365,00	4,71	0,65	53,40	219,56		425,00	5,97	0,82	65,01	266,34			
2 завтрак															
Сок фруктовый		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		399	12
		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00			
Обед															
Салат из белокачаной капусты		30,00	0,42	1,52	2,70	26,25		50,00	0,63	2,28	4,06	39,00		20	138
Расольник Ленинградский		150,00	1,26	3,07	9,95	72,45		180,00	1,51	3,68	11,94	86,94		76	139А
Бефстроганов из печени		50,00	7,45	5,50	7,28	108,13		100,00	14,90	11,00	14,56	216,26		278-1	105
Каша рассыпчатая гречка		110,00	6,31	4,46	28,33	178,75		130,00	7,45	5,28	33,49	211,25		313-1	98
Кисель		180,00	0,06	0,00	18,10	90,60		200,00	0,07	0,00	20,00	100,67		383//1	14
Хлеб ржаной		40,00	2,64	0,48	13,36	69,60		50,00	3,30	0,60	16,70	87,00			
		560,00	18,14	15,03	79,72	545,78		710,00	27,86	22,84	100,75	741,12			
Полдник															
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108
Кондитерское изделие		20,00	1,60	3,20	12,80	86,00		50,00	4,00	8,00	32,00	215,00			
		200,00	1,66	3,22	22,80	126,00		250,00	4,07	8,02	43,00	259,00			
Ужин															
Картофель отварной		155,00	3,05	4,17	24,08	146,00		155,00	3,05	4,17	24,08	146,00		125	147
Салат из зеленого горошка консервированного		40,00	1,19	2,08	2,51	33,44		60,00	1,78	3,12	3,76	50,16		10	135
Хлеб пшеничный		30,00	2,37	0,30	14,49	51,56		40,00	3,16	0,40	19,32	68,74			
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108
		405,00	6,67	6,57	51,08	271,00		455,00	8,06	7,71	58,16	308,90			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1630,00	31,71	25,67	223,30	1230,34		1940,00	46,49	39,59	283,22	1643,36			

Утверждаю
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №116
Первухина И.В.
«30» апреля 2025 год
Весенне-летнее меню
1 неделя День 2 (вторник)

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		№ Рецептуры	№ Тех.карты	
			1.5–3 года						3-7 лет							
			Б	Ж	У				Б	Ж	У					
Завтрак																
Суп молочный с вермишелью		180,00	5,17	4,69	16,96	130,68		200,00	5,75	5,21	18,84	145,20		93	107	
Чай с молоком		180,00	2,67	2,34	14,31	89,00		200,00	2,97	2,36	15,90	99,00		394	122	
Бутерброд с маслом		35,00	2,14	6,60	12,79	119,00		45,00	2,63	8,13	15,74	146,00		1	15	
		395,00	9,98	13,63	44,06	338,68		445,00	11,35	15,70	50,48	390,20				
2 завтрак																
Фрукт		100,00	1,50	0,50	21,00	95,00		100,00	1,50	0,50	21,00	95,00		368	67	
		100,00	1,50	0,50	21,00	95,00		100,00	1,50	0,50	21,00	95,00				
Обед																
Икра кабачковая		30,00	0,36	2,10	2,22	29,10		50,00	0,60	3,50	3,70	48,50		53//1	162	
Суп рыбный		150,00	5,16	5,04	8,60	100,00		180,00	6,19	6,05	10,32	120,00		87-1	143	
Котлета из птицы		50,00	9,82	2,07	7,78	85,83		70,00	13,19	2,96	11,03	123,38		305	140	
Пюре картофельное		110,00	2,25	3,53	15,00	100,65		130,00	2,65	4,16	17,71	118,95		321	106	
Компот из сушеных фруктов		180,00	0,40	0,02	24,99	101,70		200,00	0,44	0,02	27,77	113,00		376	97	
Хлеб ржаной		40,00	2,64	0,48	13,36	69,60		50,00	3,30	0,60	16,70	87,00				
		560,00	20,63	13,24	71,95	486,88		680,00	26,37	17,29	87,23	610,83				
Полдник																
Молоко кипяченое		180,00	5,48	4,88	9,07	102,00		200,00	6,09	5,42	10,08	113,00		400	99	
Кондитерское изделие		20,00	1,60	3,20	12,80	86,00		50,00	4,00	8,00	32,00	215,00				
		200,00	7,08	8,08	21,87	188,00		250,00	10,09	13,42	42,08	328,00				
Ужин																
Запеканка из творога		180,00	31,57	21,70	30,89	446,40		200,00	35,08	24,10	34,30	496,00		237	161	
Повидло		15,00	0,06	0,00	9,75	30,00		20,00	0,08	0,00	13,00	40,00			178	
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108	
Хлеб пшеничный		30,00	2,37	0,30	14,49	51,56		40,00	3,16	0,40	19,32	68,74				
		405,00	34,06	22,02	65,13	567,96		460,00	38,39	24,52	77,62	648,74				
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1660,00	73,25	57,47	224,01	1676,52		1935,00	87,70	71,43	278,41	2072,77				

Утверждаю
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №116
Первухина И.В.
«20» апреля 2025 год
Весенне-летнее меню (Дети с П/А)
1 неделя День 2 (вторник)

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		№ Рецептуры	№ Тех.карты
			1.5–3 года						3-7 лет						
			Б	Ж	У				Б	Ж	У				
Завтрак															
Каша овсяная		155,00	4,56	5,91	21,78	159,00		185,00	5,44	7,05	25,99	189,77		168	169А
Хлеб пшеничный		40,00	1,58	0,20	9,66	34,37		40,00	1,58	0,20	9,66	34,37			
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108
		375,00	6,20	6,13	41,44	233,37		425,00	7,09	7,27	46,65	268,14			
2 завтрак															
Фрукт		100,00	1,50	0,50	21,00	95,00		100,00	1,50	0,50	21,00	95,00		368	67
		100,00	1,50	0,50	21,00	95,00		100,00	1,50	0,50	21,00	95,00			
Обед															
Икра кабачковая		30,00	0,36	2,10	2,22	29,10		50,00	0,60	3,50	3,70	48,50		53//1	162
Суп картофельный с рисом		150,00	1,18	1,63	8,71	54,18		180,00	1,42	1,97	10,49	65,34		80	136
Котлета из птицы		50,00	9,82	2,07	7,78	85,83		70,00	13,19	2,96	11,03	123,38		305	140
Картофель отварной		115,00	2,26	4,36	6,73	118,80		135,00	2,64	3,61	20,87	126,53		125	147
Компот из сушеных фруктов		180,00	0,40	0,02	24,99	101,70		200,00	0,44	0,02	27,77	113,00		376	97
Хлеб ржаной		40,00	2,64	0,48	13,36	69,60		50,00	3,30	0,60	16,70	87,00			
		565,00	16,66	10,66	63,79	459,21		685,00	21,59	12,66	90,56	563,75			
Полдник															
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108
Кондитерское изделие		20,00	1,60	3,20	12,80	86,00		50,00	4,00	8,00	32,00	215,00			
		200,00	1,66	3,22	22,80	126,00		250,00	4,07	8,02	43,00	259,00			
Ужин															
Макароны отварные		190,00	7,04	5,41	33,84	212,37		210,00	7,78	5,98	37,36	234,44		205	152
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108
Бутерброд с повидлом		30,00	1,36	2,14	15,03	85,09		50,00	2,26	3,57	25,05	141,81			166
		400,00	8,46	7,57	58,87	337,46		460,00	10,11	9,57	73,41	420,25			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1640,00	34,48	28,08	207,90	1251,04		1920,00	44,36	38,02	274,62	1606,14			

Утверждаю
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №116
Первухина И.В.
«30» апреля 2025 год
Весенне-летнее меню
1 неделя День 3 (среда)

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		№ Рецептуры	№ Тех.карты
			1.5–3 года						3-7 лет						
			Б	Ж	У				Б	Ж	У				
Завтрак															
Каша пшеничная с маслом		155,00	4,08	4,08	25,05	153,00		185,00	4,87	4,86	29,90	182,61		168	109
Бутерброд с маслом		35,00	2,14	6,60	12,79	119,00		45,00	2,87	8,87	17,17	159,00		1	15
Какао с молоком		180,00	3,67	3,19	15,82	107,00		200,00	4,20	3,26	17,28	119,00		397	158
		370,00	9,89	13,87	53,66	379,00		430,00	11,94	16,99	64,35	460,61			
2 завтрак															
Сок фруктовый		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		399	12
		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00			
Обед															
Овощи свежие огурец (помидор)		30,00	0,24	0,03	0,75	4,20		50,00	0,40	0,05	1,25	7,00			110
Свекольник со сметаной		150,00	1,22	3,00	8,46	66,00		180,00	1,46	3,60	10,15	79,20		58	118
Биточек рыбный в томатном соусе		80,00	8,19	1,96	4,91	70,00		110,00	11,47	2,74	6,87	98,00		255	146
Рис отварной		110,00	2,55	3,94	26,90	153,78		130,00	3,16	4,65	31,79	181,74		315	113
Компот из сушеных фруктов		180,00	0,40	0,02	24,99	101,70		200,00	0,44	0,02	27,77	113,00		376	97
Хлеб ржаной		40,00	2,64	0,48	13,36	69,60		50,00	3,30	0,60	16,70	87,00			
		590,00	15,24	9,43	79,37	465,28		720,00	20,23	11,66	94,53	565,94			
Полдник															
Чай с молоком		180,00	2,67	2,34	14,31	89,00		200,00	2,97	2,36	15,90	99,00		394	122
Булочка домашняя		50,00	3,64	6,26	26,96	179,00		70,00	5,10	8,76	37,74	251,00		469	155
		230,00	6,31	8,60	41,27	268,00		270,00	8,07	11,12	53,64	350,00			
Ужин															
Лапшевник с творогом		205,00	17,18	15,04	40,26	365,16		205,00	17,18	15,04	40,26	365,16		212	175
Повидло		15,00	0,06	0,00	9,75	30,00		20,00	0,08	0,00	13,00	40,00			178
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108
Хлеб пшеничный		30,00	2,37	0,30	14,49	51,56		40,00	3,16	0,40	19,32	68,74			
		430,00	19,67	15,36	74,50	486,72		465,00	20,49	15,46	83,58	517,90			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1720,00	51,64	47,46	265,10	1667,00		1985,00	61,26	55,43	312,40	1962,45			

Утверждаю
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №116
Первухина И.В.
«30» апреля 2025 год
Весенне-летний меню (Дети с П/А рыба)
1 неделя День 3 (среда)

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		№ Рецептуры	№ Тех.карты	
			1.5–3 года						3-7 лет							
			Б	Ж	У				Б	Ж	У					
Завтрак																
Каша пшеничная		155,00	4.08	4,08	25,05	153,00		185,00	4,90	3,81	30,12	174,17		168	170А	
Хлеб пшеничный		30,00	2.37	0,30	14,49	51,56		40,00	3,16	0,40	19,32	68,74				
Чай с сахаром		180,00	0.06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108	
		365,00	6,51	4,40	49,54	244,56		425,00	8,13	4,23	60,44	286,91				
2 завтрак																
Сок фруктовый		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		399	12	
		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00				
Обед																
Овощи свежие огурец (помидор)		30,00	0.24	0,03	0,75	4,20		50,00	0,40	0,05	1,25	7,00			110	
Свекольник		150,00	1.22	3,00	8,46	66,00		180,00	1,46	3,60	10,15	79,20		58	118А	
Мясо отварное		60,00	22.50	31,50	0,00	373,00		80,00	22,50	31,50	0,00	373,00		273	177	
Рис отварной		110,00	2.55	3,94	26,90	153,78		130,00	3,16	4,65	31,79	181,74		315	113	
Компот из сушеных фруктов		180,00	0.40	0,02	24,99	101,70		200,00	0,44	0,02	27,77	113,00		376	97	
Хлеб ржаной		40,00	2.64	0,48	13,36	69,60		50,00	3,30	0,60	16,70	87,00				
		570,00	29,55	38,97	74,46	768,28		690,00	31,26	40,42	87,66	840,94				
Полдник																
Чай с сахаром		180,00	0.06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108	
Булочка домашняя		50,00	3.64	6,26	26,96	179,00		70,00	5,10	8,76	37,74	251,00		469	155	
		230,00	3,70	6,28	36,96	219,00		270,00	5,17	8,78	48,74	295,00				
Ужин																
Лапшевник с творогом		205,00	17.18	15,04	40,26	365,16		205,00	17,18	15,04	40,26	365,16		212	175	
Повидло		15,00	0.06	0,00	9,75	30,00		20,00	0,08	0,00	13,00	40,00				
Хлеб пшеничный		30,00	2.37	0,30	14,49	51,56		40,00	3,16	0,40	19,32	68,74				
Чай с сахаром		180,00	0.06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108	
		430,00	19,67	15,36	74,50	486,72		465,00	20,49	15,46	83,58	517,90				
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1695,00	59,96	65,21	251,76	1786,56		1950,00	65,58	69,09	296,72	2008,75				

Утверждаю
 Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №116
 Первухина И.В.
 «30» апреля 2025 год
 Весенне-летнее меню
 (Дети с П/А безмолочники)
 1 неделя День 3 (среда)

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г) 1.5–3 года			Энергетичес кая ценность		Выход блюда	Пищевые вещества (г) 3-7 лет			Энергетическ ая ценность		№ Рецепт уры	№ Тех.ка рты
			Б	Ж	У				Б	Ж	У				
Завтрак															
Каша пшеничная		155,00	4,08	4,08	25,05	153,00		185,00	4,90	3,81	30,12	174,17		168	170А
Хлеб пшеничный		30,00	2,37	0,30	14,49	51,56		40,00	3,16	0,40	19,32	68,74			
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108
		365,00	6,51	4,40	49,54	244,56		425,00	8,13	4,23	60,44	286,91			
2 завтрак															
Сок фруктовый		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		399	12
		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00			
Обед															
Овощи свежие огурец (помидор)		30,00	0,24	0,03	0,75	4,20		50,00	0,40	0,05	1,25	7,00			110
Свекольник		150,00	1,22	3,00	8,46	66,00		180,00	1,46	3,60	10,15	79,20		58	118А
Биточек рыбный в томатном соусе		80,00	8,19	1,96	4,91	70,00		110,00	11,47	2,74	6,87	98,00		255	146
Рис отварной		110,00	2,55	3,94	26,90	153,78		130,00	3,16	4,65	31,79	181,74		315	113
Компот из сушеных		180,00	0,40	0,02	24,99	101,70		200,00	0,44	0,02	27,77	113,00		376	97
Хлеб ржаной		40,00	2,64	0,48	13,36	69,60		50,00	3,30	0,60	16,70	87,00			
		590,00	15,24	9,43	79,37	465,28		720,00	20,23	11,66	94,53	565,94			
Полдник															
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108
Булочка домашняя		50,00	3,64	6,26	26,96	179,00		70,00	5,10	8,76	37,74	251,00		469	155
		230,00	3,70	6,28	36,96	219,00		270,00	5,17	8,78	48,74	295,00			
Ужин															
Макароны отварные		190,00	7,04	5,41	33,84	212,37		210,00	7,78	5,98	37,36	234,44		205	152
Хлеб пшеничный		30,00	2,37	0,30	14,49	51,56		40,00	3,16	0,40	19,32	68,74			
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108
		400,00	9,47	5,73	58,33	303,93		450,00	11,01	6,40	67,68	347,18			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1600,00	35,45	26,04	240,50	1300,77		1840,00	45,07	31,27	287,69	1563,03			

Утверждаю
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №116
Первухина И.В.
«30» апреля 2025 год
Бесенне-летнее меню
1 неделя День 4 (четверг)

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г) 1.5–3 года			Энергетическая ценность		Выход блюда	Пищевые вещества (г) 3-7 лет			Энергетическая ценность		№ Рецептуры	№ Тех.карты
			Б	Ж	У				Б	Ж	У				
Завтрак															
Каша манная с маслом		155,00	3,40	3,96	22,94	141,00		205,00	4,52	4,07	30,57	177,00		168	128
Бутерброд с маслом		35,00	2,14	6,60	12,79	119,00		45,00	2,63	8,13	15,74	146,00		1	15
Кофейный напиток с молоком		180,00	2,85	2,41	14,36	91,00		200,00	3,12	2,67	15,96	101,00		395	116
		370,00	8,39	12,97	50,09	351,00		450,00	10,27	14,87	62,27	424,00			
2 завтрак															
Сок фруктовый		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		399	12
		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00			
Обед															
Овощи свежие огурец (помидор)		30,00	0,24	0,03	0,75	4,20		50,00	0,40	0,05	1,25	7,00			110
Суп картофельный с рисом со сметаной		150,00	1,18	1,63	8,71	54,18		180,00	1,42	1,97	10,49	65,34		80	136
Мясо тушеное с овощами в соусе		185,00	17,63	14,45	12,01	248,00		210,00	20,01	16,40	13,63	282,00		274	31
Кисель		180,00	0,06	0,00	18,10	90,60		200,00	0,07	0,00	20,00	100,67		383//1	14
Хлеб ржаной		40,00	2,64	0,48	13,36	69,60		50,00	3,30	0,60	16,70	87,00			
		585,00	21,75	16,59	52,93	466,58		690,00	25,20	19,02	62,07	542,01			
Полдник															
Какао с молоком		180,00	3,67	3,19	15,82	107,00		200,00	4,20	3,26	17,28	119,00		397	158
Кондитерское изделие		20,00	1,60	3,20	12,80	86,00		50,00	4,00	8,00	32,00	215,00			
		200,00	5,27	6,39	28,62	193,00		250,00	8,20	11,26	49,28	334,00			
Ужин															
Каша рассыпчатая гречневая с овощами		155,00	5,93	3,89	35,86	202,00		205,00	6,85	3,98	41,48	229,00		166//313-1	174//98
Фрукт		50,00	0,75	0,25	10,50	47,50		50,00	0,75	0,25	10,50	47,50		368	67
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108
Хлеб пшеничный		30,00	2,37	0,30	14,49	51,56		40,00	3,16	0,40	19,32	68,74			
		415,00	9,11	4,46	70,85	341,06		495,00	10,83	4,65	82,30	389,24			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1670,00	45,05	40,61	218,79	1419,64		1985,00	55,03	50,00	272,22	1757,25			

Утверждаю
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №116
Первухина И.В.
«30» апреля 2025 год
Весенне-летнее меню (Дети с П/А)
1 неделя День 4 (четверг)

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		№ Рецептуры	№ Тех.карты
			1.5–3 года						3-7 лет						
			Б	Ж	У				Б	Ж	У				
Завтрак															
Каша манная		155,00	3,40	3,96	22,94	141,00		205,00	4,52	4,07	30,57	177,00		168	167А
Хлеб пшеничный		30,00	2,37	0,30	14,49	51,56		40,00	3,16	0,40	19,32	68,74			
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108
		365,00	5,83	4,28	47,43	232,56		445,00	7,75	4,49	60,89	289,74			
2 завтрак															
Сок фруктовый		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		399	12
		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00			
Обед															
Овощи свежие огурец (помидор)		30,00	0,24	0,03	0,75	4,20		50,00	0,40	0,05	1,25	7,00			110
Суп картофельный с рисом		150,00	1,18	1,63	8,71	54,18		180,00	1,42	1,97	10,49	65,34		80	136
Мясо тушеное с овощами в соусе		185,00	17,63	14,45	12,01	248,00		210,00	20,01	16,40	13,63	282,00		274	31
Кисель		180,00	0,06	0,00	18,10	90,60		200,00	0,07	0,00	20,00	100,67		383//1	14
Хлеб ржаной		40,00	2,64	0,48	13,36	69,60		50,00	3,30	0,60	16,70	87,00			
		585,00	21,75	16,59	52,93	466,58		690,00	25,20	19,02	62,07	542,01			
Полдник															
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108
Кондитерское изделие		20,00	1,60	3,20	12,80	86,00		50,00	4,00	8,00	32,00	215,00			
		200,00	1,66	3,22	22,80	126,00		250,00	4,07	8,02	43,00	259,00			
Ужин															
Каша рассыпчатая гречневая с овощами		155,00	5,93	3,89	35,86	202,00		205,00	6,85	3,98	41,48	229,00		166//313-1	174//98
Фрукт		50,00	0,75	0,25	10,50	47,50		50,00	0,75	0,25	10,50	47,50		368	67
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108
Хлеб пшеничный		30,00	2,37	0,30	14,49	51,56		40,00	3,16	0,40	19,32	68,74			
		415,00	9,11	4,46	70,85	341,06		495,00	10,83	4,65	82,30	389,24			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1665,00	38,88	28,75	210,31	1234,20		1980,00	48,38	36,38	264,56	1547,99			

Утверждаю
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №116
Первухина И.В.
«30» апреля 2025 год
Весенне-летнее меню
1 неделя День 5 (пятница)

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		№ Рецептуры	№ Тех.карты	
			1.5–3 года						3-7 лет							
			Б	Ж	У				Б	Ж	У					
Завтрак																
Каша овсяная (геркулес)с маслом	155,00	4,56	5,91	21,78	159,00		185,00	5,44	7,05	25,99	189,77		168	102		
Бутерброд с сыром	45,00	5.04	6,59	14,56	138,00		60,00	7,15	8,02	19,39	178,00		3	16		
Чай с молоком	180,00	2.67	2,34	14,34	89,00		200,00	2,97	2,36	15,90	99,00		394	122		
	380,00	12,27	14,84	50,68	386,00		445,00	15,56	17,43	61,28	466,77					
2 завтрак																
Сок фруктовый	100,00	0.53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		399	12		
	100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00					
Обед																
Салат из свёклы	30,00	0.43	1,83	2,51	28,50		50,00	0,71	3,04	4,18	46,67		33	142		
Суп гороховый	150,00	3.29	3,16	9,79	80,85		180,00	3,95	3,79	11,75	97,02		81	111		
Плов из птицы	160,00	16.59	5,81	26,76	226,00		210,00	22,26	7,73	35,69	301,00		304	125		
Компот из сушеных фруктов	180,00	0.40	0,02	24,99	101,70		200,00	0,44	0,02	27,77	113,00		376	97		
Хлеб ржаной	40,00	2.64	0,48	13,36	69,60		50,00	3,30	0,60	16,70	87,00					
	560,00	23,35	11,30	77,41	506,65		690,00	30,66	15,18	96,09	644,69					
Полдник																
Молоко кипяченое	180,00	5.48	4,88	9,07	102,00		200,00	6,09	5,42	10,08	113,00		400	99		
Кондитерское изделие	20,00	1.60	3,20	12,80	86,00		50,00	4,00	8,00	32,00	215,00					
	200,00	7,08	8,08	21,87	188,00		250,00	10,09	13,42	42,08	328,00					
Ужин																
Икра кабачковая	30,00	0.36	2,10	2,22	29,10		50,00	0,60	3,50	3,70	48,50		53/1	162		
Рагу овощное	160,00	2.99	6,84	15,99	137,69		180,00	3,37	7,70	17,99	154,91		344	126		
Чай с сахаром	180,00	0.06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108		
Хлеб пшеничный	30,00	2.37	0,30	14,49	51,56		40,00	3,16	0,40	19,32	68,74					
	400,00	5,78	9,26	42,70	258,35		470,00	7,20	11,62	52,01	316,15					
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1640,00	49,01	43,68	208,96	1407,00		1955,00	64,04	57,85	267,76	1823,61				

Утверждаю
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №116
Первухина И.В.
«20» апреля 2025 год
Весенне-летнее меню (Дети с П/А)
1 неделя День 5 (пятница)

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		№ Рецептуры	№ Тех.карты	
			1.5–3 года						3-7 лет							
			Б	Ж	У				Б	Ж	У					
Завтрак																
Каша овсяная (геркулес)		155,00	4,56	5,91	21,78	159,00		185,00	5,44	7,05	25,99	189,77		168	169 А	
Хлеб пшеничный		30,00	2,37	0,30	14,49	51,56		40,00	3,16	0,40	19,32	68,74				
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108	
		365,00	6,99	6,23	46,27	250,56		425,00	8,67	7,47	56,31	302,51				
2 завтрак																
Сок фруктовый		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		399	12	
		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00				
Обед																
Салат из свёклы		30,00	0,43	1,83	2,51	28,50		50,00	0,71	3,04	4,18	46,67		33	142	
Суп гороховый		150,00	3,29	3,16	9,79	80,85		180,00	3,95	3,79	11,75	97,02		81	111	
Плов из птицы		160,00	16,59	5,81	26,76	226,00		210,00	22,26	7,73	35,69	301,00		304	125	
Компот из сушеных фруктов		180,00	0,40	0,02	24,99	101,70		200,00	0,44	0,02	27,77	113,00		376	97	
Хлеб ржаной		40,00	2,64	0,48	13,36	69,60		50,00	3,30	0,60	16,70	87,00				
		560,00	23,35	11,30	77,41	506,65		690,00	30,66	15,18	96,09	644,69				
Полдник																
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108	
Кондитерское изделие		20,00	1,60	3,20	12,80	86,00		50,00	4,00	8,00	32,00	215,00				
		230,00	1,66	3,22	22,80	126,00		250,00	4,07	8,02	43,00	259,00				
Ужин																
Икра кабачковая		30,00	0,36	2,10	2,22	29,10		50,00	0,60	3,50	3,70	48,50		53//1	162	
Рагу овощное		160,00	2,99	6,84	15,99	137,69		180,00	3,37	7,70	17,99	154,91		344	126	
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108	
Хлеб пшеничный		30,00	2,37	0,30	14,49	51,56		40,00	3,16	0,40	19,32	68,74				
		400,00	5,78	9,26	42,70	258,35		470,00	7,20	11,62	52,01	316,15				
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1655,00	38,31	30,21	205,48	1209,56		1935,00	51,13	42,49	263,71	1590,35			

Утверждаю
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №116
Первухина И.В.
«30» апреля 2025 год
Весенне-летнее меню
2 неделя День 1 (понедельник)

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		№ Рецептуры	№ Тех.карты
			1.5–3 года						3-7 лет						
			Б	Ж	У				Б	Ж	У				
Завтрак															
Каша манная с маслом		155,00	3,40	3,96	22,94	141,00		205,00	4,52	4,07	30,57	177,00		168	128
Бутерброд с маслом		35,00	2,14	6,60	12,79	119,00		45,00	2,63	8,13	15,74	146,00		1	15
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108
		370,00	5,60	10,58	45,73	300,00		450,00	7,22	12,22	57,31	367,00			
2 завтрак															
Сок фруктовый		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		399	12
		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00			
Обед															
Овощи свежие огурец (помидор)		30,00	0,24	0,03	0,75	4,20		50,00	0,40	0,05	1,25	7,00			110
Суп картофельный с фрикадельками		150,00	3,00	2,70	9,48	74,14		180,00	3,60	3,24	11,38	88,97		83,121	130,83
Гуляш из отварного мяса		50,00	6,42	5,18	1,65	78,57		70,00	8,99	7,24	2,31	110,00		277	112
Перловая каша		110,00	6,31	4,46	28,33	178,75		130,00	7,45	5,28	33,49	211,25		313	176
Компот из сушеных фруктов		180,00	0,40	0,02	24,99	101,70		200,00	0,44	0,02	27,77	113,00		376	97
Хлеб ржаной		40,00	2,64	0,48	13,36	69,60		50,00	3,30	0,60	16,70	87,00			
		560,00	19,01	12,87	78,56	506,96		680,00	24,18	16,43	92,90	617,22			
Полдник															
Молоко кипяченое		180,00	5,48	4,88	9,07	102,00		200,00	6,09	5,42	10,08	113,00		400	99
Ватрушка с творогом		35,00	4,61	2,74	14,59	101,00		70,00	9,22	5,48	29,18	202,00		458,504	157,156
		215,00	10,09	7,62	23,66	203,00		270,00	15,31	10,90	39,26	315,00			
Ужин															
Макароны отварные с сыром		210,00	12,28	10,79	33,37	277,00		230,00	13,45	11,82	36,55	304,00		206	133
Чай с молоком		180,00	2,67	2,34	14,31	89,00		200,00	2,97	2,36	15,90	99,00		394	122
Хлеб пшеничный		30,00	2,37	0,30	14,49	51,56		40,00	3,16	0,40	19,32	68,74			
		420,00	17,32	13,43	62,17	417,56		470,00	19,58	14,58	71,77	471,74			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1665,00	52,55	44,70	226,42	1495,52		1970,00	66,82	54,33	277,54	1838,96			

Утверждаю
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №116
Первухина И.В.
«30» апреля 2025 год
Весенне-летнее меню (Дети с П/А)
2 неделя День 1 (понедельник)

2 неделя День 1 (понедельник)																
Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г) 1.5–3 года			Энергетическая ценность		Выход блюда	Пищевые вещества (г) 3-7 лет			Энергетическая ценность		№ Рецептуры	№ Тех.карты	
			Б	Ж	У				Б	Ж	У					
Завтрак																
Каша манная		155,00	3,40	3,96	22,94	141,00		205,00	4,52	4,07	30,57	177,00		168	167 А	
Хлеб пшеничный		30,00	2,37	0,30	14,49	51,56		40,00	3,16	0,40	19,32	68,74				
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108	
		365,00	5,83	4,28	47,43	232,56		445,00	7,75	4,49	60,89	289,74				
2 завтрак																
Сок фруктовый		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		399	12	
		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00				
Обед																
Овощи свежие огурец (помидор)		30,00	0,24	0,03	0,75	4,20		50,00	0,40	0,05	1,25	7,00			110	
Суп картофельный с фрикадельками		150,00	3,00	2,70	9,48	74,14		180,00	3,60	3,24	11,38	88,97		83,121	130,83 '	
Гуляш из отварного мяса		50,00	6,42	5,18	1,65	78,57		70,00	8,99	7,24	2,31	110,00		277	112	
Перловая каша		110,00	6,31	4,46	28,33	178,75		130,00	7,45	5,28	33,49	211,25		313	176	
Компот из сушеных фруктов		180,00	0,40	0,02	24,99	101,70		200,00	0,44	0,02	27,77	113,00		376	97	
Хлеб ржаной		40,00	2,64	0,48	13,36	69,60		50,00	3,30	0,60	16,70	87,00				
		560,00	19,01	12,87	78,56	506,96		680,00	24,18	16,43	92,90	617,22				
Полдник																
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108	
Ватрушка с повидлом		35,00	4,61	2,74	14,59	101,00		70,00	9,22	5,48	29,18	202,00		458	157,178	
		215,00	4,67	2,76	24,59	141,00		270,00	9,29	5,50	40,18	246,00				
Ужин																
Макароны отварные с маслом		190,00	7,04	5,41	33,84	212,37		210,00	7,78	5,98	37,36	234,44		205	152	
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		393	108	
Хлеб пшеничный		30,00	2,37	0,30	14,49	51,56		40,00	3,16	0,40	19,32	68,74				
		400,00	9,47	5,73	58,33	303,93		450,00	11,01	6,40	67,68	347,18				
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1640,00	39,51	25,84	225,21	1252,45		1945,00	52,76	33,02	277,95	1568,14				

Утверждаю
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №116
Первухина И.В.
«30» апреля 2025 год
Весенне-летнее меню
2 недели День 2 (вторник)

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		№ Рецептуры	№ Тех.карты
			1.5–3 года						3-7 лет						
			Б	Ж	У				Б	Ж	У				
Завтрак															
	Суп молочный с вермишелью	180,00	5,17	4,69	16,96	130,68		200,00	5,75	5,21	18,84	145,20		93	107
	Бутерброд с маслом	35,00	2,14	6,60	12,79	119,00		45,00	2,87	8,87	17,17	159,00		1	15
	Кофейный напиток с молоком	180,00	2,85	2,41	14,36	91,00		200,00	3,12	2,67	15,96	101,00		395	116
		395,00	10,16	13,70	44,11	340,68		445,00	11,74	16,75	51,97	405,20			
2 завтрак															
	Сок фруктовый	100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		399	12
		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00			
Обед															
	Овощи свежие огурец (помидор)	30,00	0,24	0,03	0,75	4,20		50,00	0,40	0,05	1,25	7,00			110
	Суп фасолевый	150,00	1,18	1,63	8,71	54,18		180,00	1,42	1,97	10,49	65,34		81	111
	Котлета рыбная	50,00	8,19	1,96	4,91	70,00		70,00	11,47	2,74	6,87	98,00		257	120
	Пюре картофельное	110,00	2,25	3,53	15,00	100,65		130,00	2,65	4,16	17,71	118,95		321	106
	Компот из сушеных фруктов	180,00	0,40	0,02	24,99	101,70		200,00	0,44	0,02	27,77	113,00		376	97
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	13,36	69,60		50,00	3,30	0,60	16,70	87,00			
		560,00	14,90	7,65	67,72	400,33		680,00	19,68	9,54	80,79	489,29			
Полдник															
	Кисель	180,00	0,06	0,00	18,10	90,60		200,00	0,07	0,00	20,00	100,67		383//1	14
	Кондитерское изделие	20,00	1,60	3,20	12,80	86,00		50,00	4,00	8,00	32,00	215,00			
		200,00	1,66	3,20	30,90	176,60		250,00	4,07	8,00	52,00	315,67			
Ужин															
	Омлет натуральный	170,00	15,04	26,92	3,02	314,00		170,00	15,04	26,92	3,02	314,00		215	154
	Чай с сахаром	180,00	0,04	0,00	7,46	29,86		200,00	0,06	0,02	11,10	44,00		392	108
	Хлеб пшеничный	30,00	2,37	0,30	14,49	51,56		40,00	3,16	0,40	19,32	68,74			
	Фрукт	50,00	0,75	0,25	10,50	47,50		50,00	0,75	0,25	10,50	47,50		368	67
		430,00	18,20	27,47	35,47	442,92		460,00	19,01	27,59	43,94	474,24			
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1685,00	45,45	52,22	194,50	1428,53		1935,00	55,03	62,08	245,00	1752,40			

Утверждаю
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №116
Первухина И.В.
«30» апреля 2025 год
Весенне-летнее меню
2 неделя День 2 (вторник) Дети с П/А рыба)

2 неделя / День 2 (вторник) Дети с П/А рыла)															
Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г) 1.5–3 года			Энергетическая ценность		Выход блюда	Пищевые вещества (г) 3-7 лет			Энергетическая ценность		№ Рецептуры	№ Тех.карты
			Б	Ж	У				Б	Ж	У				
Завтрак															
	Макароны отварные	175,00	6,72	1,80	36,33	180,95		200,00	7,68	1,10	41,52	206,80		204	134
	Хлеб пшеничный	30,00	2,37	0,30	14,49	51,56		40,00	3,16	0,40	19,32	68,74			
	Чай с сахаром	180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108
		385,00	9,15	2,12	60,82	272,51		440,00	10,91	1,52	71,84	319,54			
2 завтрак															
	Сок фруктовый	100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		399	12
		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00			
Обед															
	Овощи свежие огурец (помидор)	30,00	0,24	0,03	0,75	4,20		50,00	0,40	0,05	1,25	7,00			110
	Суп фасолевый	150,00	1,18	1,63	8,71	54,18		180,00	1,42	1,97	10,49	65,34		81	111
	Мясо отварное	60,00	22,50	31,50	0,00	373,00		80,00	22,50	31,50	0,00	373,00		273	177
	Картофель отварной	115,00	2,26	4,36	6,73	118,80		135,00	2,64	3,61	20,87	126,53		125	147 п/а
	Компот из сушеных фруктов	180,00	0,40	0,02	24,99	101,70		200,00	0,44	0,02	27,77	113,00		376	97
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	13,36	69,60		50,00	3,30	0,60	16,70	87,00			
		575,00	29,22	38,02	54,54	721,48		695,00	30,70	37,75	77,08	771,87			
Полдник															
	Кисель	180,00	0,06	0,00	118,10	90,60		200,00	0,07	0,00	20,00	100,67		383//1	14
	Кондитерское изделие	20,00	1,60	3,20	12,80	86,00		50,00	4,00	8,00	32,00	215,00			
		200,00	1,66	3,20	130,90	176,60		250,00	4,07	8,00	52,00	315,67			
Ужин															
	Каша рассыпчатая гречневая с овощами	155,00	5,93	3,89	35,86	202,00		205,00	10,97	5,90	49,13	293,00		166,313-1	174
	Чай с сахаром	180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108
	Хлеб пшеничный	30,00	2,37	0,30	14,49	51,56		40,00	3,16	0,40	19,32	68,74			
	Фрукт	50,00	0,75	0,25	10,50	47,50		50,00	0,75	0,25	10,50	47,50		368	92
		415,00	9,11	4,46	70,85	341,06		495,00	14,95	6,57	89,95	453,24			
		1675,00	49,67	48,00	333,41	1579,65		1980,00	61,16	54,04	307,17	1928,32			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:															

Утверждаю
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №116
Первухина И.В.
«30» апреля 2025 год
Весенне-летнее меню (Дети с П/А) безмолочники
2 неделя День 2 (вторник)

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г) 1.5–3 года			Энергетическая ценность		Выход блюда	Пищевые вещества (г) 3-7 лет			Энергетическая ценность		№ Рецептуры	№ Тех.карты
			Б	Ж	У				Б	Ж	У				
Завтрак															
Макароны отварные		175,00	6,72	1,80	36,33	180,95		200,00	7,68	1,10	41,52	206,80		204	134
Хлеб пшеничный		30,00	2,37	0,30	14,49	51,56		40,00	3,16	0,40	19,32	68,74			
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108
		385,00	9,15	2,12	60,82	272,51		440,00	10,91	1,52	71,84	319,54			
2 завтрак															
Сок фруктовый		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		399	12
		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00			
Обед															
Овощи свежие огурец (помидор)		30,00	0,24	0,03	0,75	4,20		50,00	0,40	0,05	1,25	7,00			110
Суп фасолевый		150,00	1,18	1,63	8,71	54,18		180,00	1,42	1,97	10,49	65,34		81	111
Котлета рыбная		50,00	8,19	1,96	4,91	70,00		70,00	11,47	2,74	6,87	98,00		257	120
Картофель отварной		115,00	2,26	4,36	6,73	118,80		135,00	2,64	3,61	20,87	126,53		125	147 п/а
Компот из сушеных фруктов		180,00	0,40	0,02	24,99	101,70		200,00	0,44	0,02	27,77	113,00		376	97
Хлеб ржаной		40,00	2,64	0,48	13,36	69,60		50,00	3,30	0,60	16,70	87,00			
		565,00	14,91	8,48	59,45	418,48		685,00	19,67	8,99	83,95	496,87			
Полдник															
Кисель		180,00	0,06	0,00	118,10	90,60		200,00	0,07	0,00	20,00	100,67		383//1	14
Кондитерское изделие		20,00	1,60	3,20	12,80	86,00		50,00	4,00	8,00	32,00	215,00			
		200,00	1,66	3,20	130,90	176,60		250,00	4,07	8,00	52,00	315,67			
Ужин															
Каша рассыпчатая гречневая с овощами		155,00	5,93	3,89	35,86	202,00		205,00	10,97	5,90	49,13	293,00		166,313-1	174
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,06	0,02	11,10	44,00		392	108
Хлеб пшеничный		30,00	2,37	0,30	14,49	51,56		40,00	3,16	0,40	19,32	68,74			
Фрукт		50,00	0,75	0,25	10,50	47,50		50,00	0,75	0,25	10,50	47,50			
		415,00	9,11	4,46	70,85	341,06		495,00	14,94	6,57	90,05	453,24			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1665,00	35,36	18,46	338,32	1276,65		1970,00	50,12	25,28	314,14	1653,32			

Утверждаю
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №116
Первухина И.В.
«30» апреля 2025 год
Весенне-летнее меню
2 неделя День 3 (среда)

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		№ Рецептуры	№ Тех.карты
			1.5–3 года						3-7 лет						
			Б	Ж	У				Б	Ж	У				
Завтрак															
Каша ячневая с маслом		155,00	3,30	4,06	21,24	135,00		205,00	4,40	5,40	28,32	180,00		168	141
Бутерброд с маслом		35,00	2,14	6,60	12,79	119,00		45,00	2,63	8,13	15,74	146,00		1	15
Какао с молоком		180,00	3,67	3,19	15,82	107,00		200,00	4,20	3,26	17,28	119,00		397	158
		370,00	9,11	13,85	49,85	361,00		450,00	11,23	16,79	61,34	445,00			
2 завтрак															
Сок фруктовый		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		399	12
		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00			
Обед															
Салат из свёклы		30,00	0,43	1,83	2,51	28,50		50,00	0,71	3,04	4,18	46,67		33	142
Суп рыбный		150,00	5,16	5,04	8,60	100,00		180,00	6,16	6,05	10,32	120,00		87-1	143
Голубцы ленивые		120,00	10,61	6,81	15,04	164,00		160,00	14,12	9,04	20,26	219,00		298	87
Кисель		180,00	0,06	0,00	18,10	90,60		200,00	0,07	0,00	20,00	100,67		383//1	14
Хлеб ржаной		40,00	2,64	0,48	13,36	69,60		50,00	3,30	0,60	16,70	87,00			
		520,00	18,90	14,16	57,61	452,70		640,00	24,36	18,73	71,46	573,34			
Полдник															
Молоко кипяченое		180,00	5,48	4,88	9,07	102,00		200,00	6,09	5,42	10,08	113,00		400	99
Кондитерское изделие		20,00	1,60	3,20	12,80	86,00		50,00	4,00	8,00	32,00	215,00			
		200,00	7,08	8,08	21,87	188,00		250,00	10,09	13,42	42,08	328,00			
Ужин															
Запеканка из творога		180,00	31,57	21,70	30,89	446,40		200,00	35,08	24,10	34,30	496,00		237	161
Повидло		15,00	0,06	0,00	9,75	30,00		20,00	0,08	0,00	13,00	40,00			178
Чай с молоком		180,00	2,67	2,34	14,31	89,00		200,00	2,97	2,36	15,90	99,00		394	122
Хлеб пшеничный		30,00	2,37	0,30	14,49	51,56		40,00	1,58	0,20	9,66	34,37			
		405,00	36,67	24,34	69,44	616,96		460,00	39,71	26,66	72,86	669,37			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1595,00	72,29	60,63	215,07	1686,66		1900,00	85,92	75,80	264,04	2083,71			

Утверждаю
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №116
Первухина И.В.
«30» апреля 2025 год
Весенне-летнее меню (Дети с П/А)
2 неделя День 3 (среда)

2 неделя День 5 (среда)															
Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г) 1.5-3 года			Энергетическая ценность		Выход блюда	Пищевые вещества (г) 3-7 лет			Энергетическая ценность		№ Рецептуры	№ Тех.карты
			Б	Ж	У				Б	Ж	У				
Завтрак															
		155,00	3,30	4,06	21,24	135,00		205,00	4,40	5,40	28,32	180,00		168	171П/А
	Каша ячневая	30,00	2,37	0,30	14,49	51,56		40,00	3,16	0,40	19,32	68,74			
	Хлеб пшеничный	180,00	0,06	0,02	99,90	40,00		200,00	0,06	0,02	11,10	44,00		392	108
	Чай с сахаром	365,00	5,73	4,38	135,63	226,56		445,00	7,62	5,82	58,74	292,74			
2 завтрак															
		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		399	12
	Сок фруктовый	100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00			
Обед															
		30,00	0,43	1,83	2,51	28,50		50,00	0,71	3,04	4,18	46,67		33	142
	Салат из свёклы	150,00	1,18	1,63	8,71	54,18		180,00	1,42	1,97	10,49	65,34		80	136
	Суп картофельный с рисом	120,00	10,61	6,81	15,04	164,00		160,00	14,12	9,04	20,26	219,00		298	87
	Голубцы ленивые	180,00	0,06	0,00	18,10	90,60		200,00	0,07	0,00	20,00	100,67		383//1	14
	Кисель	40,00	2,64	0,48	13,36	69,60		50,00	3,30	0,60	16,70	87,00			
	Хлеб ржаной	520,00	14,92	10,75	57,72	406,88		640,00	19,62	14,65	71,63	518,68			
Полдник															
		180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108
	Чай с сахаром	20,00	1,60	3,20	12,80	86,00		50,00	4,00	8,00	32,00	215,00			
	Кондитерское изделие	200,00	1,66	3,22	22,80	126,00		250,00	4,07	8,02	43,00	259,00			
Ужин															
		190,00	7,04	5,41	33,84	212,37		210,00	7,78	5,98	37,36	234,44		205	152
	Макароны отварные	180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108
	Чай с сахаром	30,00	2,37	0,30	14,49	51,56		40,00	3,16	0,40	19,32	68,74			
	Хлеб пшеничный	400,00	9,47	5,73	58,33	303,93		450,00	11,01	6,40	67,68	347,18			
		1585,00	32,31	24,28	290,78	1131,37		1885,00	42,85	35,09	257,35	1485,60			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:															

Утверждаю
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №116
Первухина И.В.
«30» апреля 2025 год
Весенне-летнее меню
2 неделя День 4 (четверг)

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		№ Рецептуры	№ Тех.карты
			1.5–3 года						3-7 лет						
			Б	Ж	У				Б	Ж	У				
Завтрак															
Каша пшениная с маслом		155,00	4,13	4,70	23,64	154,00		205,00	5,80	6,60	33,38	217,00		168	144
Бутерброд с сыром		45,00	5,04	6,59	14,56	138,00		60,00	7,15	8,02	19,39	178,00		3	16
Чай с молоком		180,00	2,67	2,34	14,31	89,00		200,00	2,97	2,36	15,90	99,00		394	122
		380,00	11,84	13,63	52,51	381,00		465,00	15,92	16,98	68,67	494,00			
2 завтрак															
Фрукты		100,00	1,50	0,50	21,00	95,00		100,00	1,50	0,50	21,00	95,00		368	67
		100,00	1,50	0,50	21,00	95,00		100,00	1,50	0,50	21,00	95,00			
Обед															
Салат из белокачаной капусты		30,00	0,42	1,52	2,70	26,25		50,00	0,63	2,28	4,06	39,00		20	138
Суп картофельной с вермишелью		150,00	1,61	1,70	10,29	63,00		180,00	1,93	2,04	12,35	75,60		82	145
Жаркое по-домашнему		170,00	20,80	5,33	18,50	205,00		210,00	27,53	7,47	21,95	265,00		276	89
Компот из сушеных фруктов		180,00	0,40	0,02	24,99	101,70		200,00	0,44	0,02	27,77	113,00		376	97
Хлеб ржаной		40,00	2,64	0,48	13,36	69,60		50,00	3,30	0,60	16,70	87,00			
		570,00	25,87	9,05	69,84	465,55		690,00	33,83	12,41	82,83	579,60			
Полдник															
Кисломолочный напиток		180,00	5,22	4,50	7,20	90,00		200,00	5,80	5,00	8,00	100,00		401	69
Кондитерское изделие		20,00	1,60	3,20	12,80	86,00		50,00	4,00	8,00	32,00	215,00			
		200,00	6,82	7,70	20,00	176,00		250,00	9,80	13,00	40,00	315,00			
Ужин															
Котлета мясная		60,00	6,26	19,30	8,97	235,00		80,00	8,33	25,63	11,64	311,00		282	159
Капуста тушеная		130,00	2,71	4,82	12,46	104,00		130,00	2,71	4,82	12,46	104,00		132	132
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108
Хлеб пшеничный		30,00	2,37	0,30	14,49	51,56		40,00	3,16	0,40	19,32	68,74			
		400,00	11,40	24,44	45,92	430,56		450,00	14,27	30,87	54,42	527,74			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1650,00	57,43	55,32	209,27	1548,11		1955,00	75,32	73,76	266,92	2011,34			

Утверждаю
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №116
Первухина И.В.
«30» апреля 2025 год
Весенне-летнее меню (Дети с П/А)
2 неделя День 4 (четверг)

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		№ Рецептуры	№ Тех.карты
			1.5–3 года						3-7 лет						
			Б	Ж	У				Б	Ж	У				
Завтрак															
Каша пшениная		155,00	4,27	4,86	24,43	159,00		205,00	5,80	6,60	33,38	217,00		168	172 А
Хлеб пшеничный		30,00	2,37	0,30	14,49	51,56		40,00	3,16	0,40	19,32	68,74			
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108
		365,00	6,70	5,18	48,92	250,56		445,00	9,03	7,02	63,70	329,74			
2 завтрак															
Фрукты		100,00	1,50	0,50	21,00	95,00		100,00	1,50	0,50	21,00	95,00		368	67
		100,00	1,50	0,50	21,00	95,00		100,00	1,50	0,50	21,00	95,00			
Обед															
Салат из белокачаной капусты		30,00	0,42	1,52	2,70	26,25		50,00	0,63	2,28	4,06	39,00		20	138
Суп картофельной с вермишелью		150,00	1,61	1,70	10,29	63,00		180,00	1,93	2,04	12,35	75,60		82	145
Жаркое по-домашнему		160,00	20,80	5,33	18,50	205,00		180,00	27,53	7,47	21,95	265,00		291	85
Компот из сушеных фруктов		180,00	0,40	0,02	24,99	101,70		200,00	0,44	0,02	27,77	113,00		376	97
Хлеб ржаной		40,00	2,64	0,48	13,36	69,60		50,00	3,30	0,60	16,70	87,00			
		560,00	25,87	9,05	69,84	465,55		660,00	33,83	12,41	82,83	579,60			
Полдник															
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108
Кондитерское изделие		20,00	1,60	3,20	12,80	86,00		50,00	4,00	8,00	32,00	215,00			
		200,00	1,66	3,22	22,80	126,00		250,00	4,07	8,02	43,00	259,00			
Ужин															
Котлета мясная		60,00	6,26	19,30	8,97	235,00		80,00	8,33	25,63	11,64	311,00		282	159
Капуста тушеная		130,00	2,71	4,82	12,46	104,00		130,00	2,71	4,82	12,46	104,00		132	132
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108
Хлеб пшеничный		30,00	2,37	0,30	14,49	51,56		40,00	3,16	0,40	19,32	68,74			
		400,00	11,40	24,44	45,92	430,56		450,00	14,27	30,87	54,42	527,74			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1625,00	47,13	42,39	208,48	1367,67		1905,00	62,70	58,82	264,95	1791,08			

Утверждаю
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №116
Первухина И.В.
«30» апреля 2025 год
Весенне-летнее меню (Дети с П/А)
2 неделя День 5 (пятница)

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		№ Рецептуры	№ Тех.карты	
			1.5–3 года						3-7 лет							
			Б	Ж	У				Б	Ж	У					
Завтрак																
Каша кукурузная		155,00	3,83	3,83	28,07	162,00		205,00	4,98	4,98	36,49	210,00		168	173 А	
Хлеб пшеничный		20,00	1,58	0,20	9,66	34,37		20,00	1,58	0,20	9,66	34,37				
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	9,99	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108	
		355,00	5,47	4,05	47,72	236,37		425,00	6,63	5,20	57,15	288,37				
2 завтрак																
Сок фруктовый		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		399	12	
		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00				
Обед																
Икра кабачковая		30,00	0,36	2,10	2,22	29,10		50,00	0,60	3,50	3,70	48,50		53//1	162	
Щи		150,00	1,04	2,93	5,09	51,00		180,00	1,25	3,52	6,11	61,20		67	148А	
Кнели куриные с рисом		60,00	10,64	9,97	3,79	147,00		80,00	14,21	13,51	5,30	200,00		312	149	
Макароны отварные		115,00	4,21	3,23	20,22	126,87		135,00	4,94	3,80	23,73	148,94		205,204	152,134	
Кисель		180,00	0,060	0,00	18,10	90,60		200,00	0,07	0,00	20,00	100,67		383//1	14	
Хлеб ржаной		40,00	2,64	0,48	13,36	69,60		50,00	3,30	0,60	16,70	87,00				
		575,00	18,95	18,71	62,78	514,17		695,00	24,37	24,93	75,54	646,31				
Полдник																
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	9,99	40,00		200,00	0,06	0,02	11,10	44,00		392	108	
Бутерброд с повидлом		30,00	1,36	2,14	15,03	85,09		50,00	2,26	3,57	25,05	141,81		2	166	
		210,00	1,42	2,16	25,02	125,09		250,00	2,32	3,59	36,15	185,81				
Ужин																
Каша рассыпчатая с овощами гречневая		200,00	11,40	9,00	50,40	294,00		250,00	14,25	11,25	63,00	367,50		166	174	
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108	
Хлеб пшеничный		20,00	1,58	0,20	9,66	34,37		20,00	1,58	0,20	9,66	34,37				
		400,00	13,04	9,22	70,06	368,37		470,00	15,90	11,47	83,66	445,87				
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1640,00	39,41	34,34	221,88	1312,00		1940,00	49,75	45,39	268,80	1634,36				

Утверждаю
Заведующий МАДОУ ЦРР д/с №116
Первухина И.В.
«30» апреля 2025 год
Весенне-летнее меню
2 неделя День 5 (пятница)

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г) 1.5–3 года			Энергетическая ценность		Выход блюда	Пищевые вещества (г) 3-7 лет			Энергетическая ценность		№ Рецептуры	№ Тех.карты
			Б	Ж	У				Б	Ж	У				
Завтрак															
Каша кукурузная с маслом		155,00	3,83	3,83	28,07	162,00		205,00	4,98	4,98	36,49	210,00		168	151
Бутерброд с маслом		35,00	2,14	6,60	12,79	119,00		35,00	2,14	6,60	12,79	119,00		1	15
Кофейный напиток с молоком		180,00	2,85	2,41	14,36	91,00		200,00	3,12	2,67	15,96	101,00		395	116
		370,00	8,82	12,84	55,22	372,00		440,00	10,24	14,25	65,24	430,00			
2 завтрак															
Сок фруктовый		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		399	12
		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00		100,00	0,53	0,20	16,30	68,00			
Обед															
Икра кабачковая		30,00	0,36	2,10	2,22	29,10		50,00	0,60	3,50	3,70	48,50		53//1	162
Щи со сметаной		150,00	1,04	2,93	5,09	51,00		180,00	1,25	3,52	6,11	61,20		67	148
Кнели куриные с рисом		60,00	10,64	9,97	3,79	147,00		80,00	14,21	13,51	5,30	200,00		312	149
Макароны отварные с маслом		115,00	4,21	3,23	20,22	126,87		135,00	4,94	3,80	23,73	148,94		205,204	152,134
Кисель		180,00	0,060	0,00	18,10	90,60		200,00	0,07	0,00	20,00	100,67		383//1	14
Хлеб ржаной		40,00	2,64	0,48	13,36	69,60		50,00	3,30	0,60	16,70	87,00			
		575,00	18,95	18,71	62,78	514,17		695,00	24,37	24,93	75,54	646,31			
Полдник															
Какао с молоком		180,00	3,67	3,19	15,82	107,00		200,00	4,20	3,26	17,28	119,00		397	158
Бутерброд с повидлом		30,00	1,36	2,14	15,03	85,09		50,00	2,26	3,57	25,05	141,81		2	166
		210,00	5,03	5,33	30,85	192,09		250,00	6,46	6,83	42,33	260,81			
Ужин															
Суп молочный гречневый		200,00	5,97	5,48	17,08	142,20		250,00	7,46	6,85	21,35	177,75		94	137
Чай с сахаром		180,00	0,06	0,02	10,00	40,00		200,00	0,07	0,02	11,00	44,00		392	108
Хлеб пшеничный		20,00	1,58	0,20	9,66	34,37		20,00	1,58	0,20	9,66	34,37			
		400,00	7,61	5,70	36,74	216,57		470,00	9,11	7,07	42,01	256,12			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1655,00	40,94	42,78	201,89	1362,83		1955,00	50,71	53,28	241,42	1661,24			