

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ – ДЕТСКИЙ САД № 416**

**(МАДОУ – ДЕТСКИЙ САД № 416)**

ул. Сыромолотова, 7-б, г. Екатеринбург, 620072

Тел./факс: (343)222-60-50

<http://www.416.tvoysadik.ru/>; e-mail: [mdou416@eduekb.ru](mailto:mdou416@eduekb.ru)

ИНН/КПП 6670209231/667001001



**УТВЕРЖДАЮ**

**Заведующий МАДОУ- детский сад № 416**

**Давлятшина Н. Н.**

**Приказ № 19/Г от 01.04.2026г.**

**ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**диетическое (безмолочное)**  
**для обучающихся МАДОУ – детского сада № 416**  
**с 1,5 до 3 лет и с 3 до 7 лет**

г. Екатеринбург



1 -ый день  
**Меню-раскладка**  
 дети от 3-х до 7 лет



1 -ый день  
**Меню-раскладка**  
 дети от 1,5-х до 3 лет

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Завтрак</b>										
Каша геркулесовая безмолочная с маслом растительным	197,91838	0,00523	0,00752	0,02594	0,2	152,28387	0,00432	0,00606	0,01941	0,15
Чай	95,42191	0,00278	0,00281	0,01257	0,18	93,24742	0,00276	0,00282	0,01168	0,15
Батон с джемом	133,33235	0,00311	0,00533	0,02136	0,045	88,67000	0,00195	0,00405	0,01336	0,045
Итого:	378,67265	0,01111	0,01566	0,05987	0,425	334,20129	0,00902	0,01293	0,04444	0,345
<b>Завтрак второй</b>										
Сок	87,45868	0,00225	0,00225	0,01427	0,15	73,25480	0,00449	0,00449	0,02845	0,13
Итого:	87,45868	0,00225	0,00225	0,01427	0,15	73,25480	0,00449	0,00449	0,02845	0,13
<b>Обед</b>										
Свекольник	108,94412	0,00178	0,00457	0,01420	0,2	88,94412	0,00178	0,00457	0,01420	0,15
Биточки (котлеты) из мяса паровые	240,56647	0,01490	0,01511	0,00460	0,08	187,25489	0,01490	0,01511	0,00460	0,06
Компот из сухофруктов	81,68382	0,00054	0,00003	0,01843	0,2	61,68382	0,00054	0,00003	0,01843	0,15
Рагу из овощей	98,54647	0,00203	0,00395	0,01242	0,15	88,54647	0,00203	0,00395	0,01242	0,12
Хлеб ржаной	73,46471	0,00264	0,00048	0,01672	0,04	73,46471	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Итого:	603,20559	0,02188	0,02415	0,06637	1,67	503,20559	0,02188	0,02415	0,06637	0,52
<b>Полдник</b>										
Греча с овощами	269,20088	0,01384	0,01711	0,01352	0,15	189,41935	0,01611	0,01973	0,01087	0,12
Печенье	20,41765	0,00034	0,00002	0,00494	0,015	15,54839	0,00147	0,00174	0,01147	0,01
Чай	34,61162	0,00000	0,00000	0,00817	0,18	28,48613	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Хлеб пшеничный	58,59926	0,00190	0,00023	0,01253	0,025	57,75000	0,00190	0,00023	0,01253	0,025
Итого:	385,82941	0,01608	0,01735	0,03915	0,36	241,22222	0,01949	0,02170	0,04168	0,315
<b>Всего:</b>	<b>1505,15422</b>	<b>48,62314</b>	<b>59,41088</b>	<b>179,65250</b>	<b>1,72</b>	<b>1428,51329</b>	<b>37,81245</b>	<b>42,35879</b>	<b>181,99450</b>	<b>1,314</b>

Утверждаю

Утверждаю



2 -ый день Меню-раскладка дети от 3-х до 7 лет

2 -ый день Меню-раскладка дети от 1,5-х до 3 лет

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Завтрак</b>										
Каша рисовая безмолочная с растительным маслом	176,84294	0,00454	0,00538	0,02376	0,2	128,25000	0,00334	0,00403	0,01732	0,15
Чай	147,08162	0,00410	0,00412	0,02009	0,18	120,79167	0,00342	0,00344	0,01675	0,15
Батон с джемом	93,20956	0,00179	0,00481	0,01226	0,045	88,67000	0,00195	0,00405	0,01336	0,029
Итого:	377,13412	0,01044	0,01431	0,05611	0,425	337,71167	0,00870	0,01151	0,04742	0,329
<b>Завтрак второй</b>										
Напиток витаминный	85,75000	0,00000	0,00000	0,00546	0,2	66,50124	0,00000	0,00000	0,00410	0,15
Итого:	85,75000	0,00000	0,00000	0,00546	0,2	66,50124	0,00000	0,00000	0,00410	0,15
<b>Обед</b>										
Салат из отварной свеклы с растительным маслом	59,03206	0,00069	0,00371	0,00528	0,05	59,03206	0,00069	0,00371	0,00528	0,05
Биточки(котлеты) рыбные	78,84059	0,00895	0,00329	0,00090	0,08	68,84059	0,00895	0,00329	0,00090	0,06
Уха рыбацкая	106,63309	0,00194	0,00326	0,01482	0,2	96,63309	0,00194	0,00326	0,01482	0,15
Картофель отварной	219,28824	0,00279	0,00455	0,01952	0,15	189,28824	0,00279	0,00455	0,01952	0,12
Кисель из клюквы	68,23897	0,00019	0,00000	0,01562	0,2	58,23897	0,00019	0,00000	0,01562	0,15
Хлеб ржаной	73,46471	0,00264	0,00048	0,01672	0,04	73,46471	0,00264	0,00048	0,01672	0,02
Итого:	600,49765	0,01720	0,01529	0,07287	0,72	505,49765	0,01720	0,01529	0,07287	0,55
<b>Полдник</b>										
<i>Яблоко, печенье</i>	179,19735	0,00613	0,00981	0,00245	0,15	159,19735	0,00613	0,00981	0,00245	0,13
Чай с лимоном	36,18750	0,00006	0,00001	0,00829	0,18	36,18750	0,00006	0,00001	0,00829	0,15
Хлеб пшеничный	58,59926	0,00190	0,00023	0,01253	0,025	58,59926	0,00190	0,00023	0,01253	0,02
Итого:	283,82353	0,01969	0,02034	0,04631	0,365	240,23500	0,01969	0,02034	0,04631	0,3
<b>Всего:</b>										
	14530,04447	48,62541	54,00215	235,01245	1,72	1395,55347	37,82540	42,30015	182,70120	1,3

Утверждаю



Меню-раскладка

3 -ый день

дети от 3-х до 7 лет

Утверждаю



Меню-раскладка

3 -ый день

дети от 1,5-х до 3 лет

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Завтрак</b>										
Каша пшеничная безмолочная с маслом растительным	193,84928	0,00535	0,00645	0,02370	0,2	156,36000	0,00442	0,00494	0,02014	0,15
Чай	95,41304	0,00252	0,00253	0,01273	0,2	93,12500	0,00276	0,00282	0,01168	0,15
Батон с джем	119,38667	0,00398	0,00681	0,01496	0,045	113,10000	0,00494	0,00771	0,01603	0,045
<b>Итого:</b>	<b>378,64899</b>	<b>0,01185</b>	<b>0,01579</b>	<b>0,05140</b>	<b>0,445</b>	<b>3922,58500</b>	<b>0,01212</b>	<b>0,01546</b>	<b>0,04785</b>	<b>0,345</b>
<b>Завтрак второй</b>										
Яблоко	85,25217	0,00035	0,00035	0,01038	0,1	66,60000	0,00035	0,00035	0,01038	0,095
<b>Итого:</b>	<b>85,25217</b>	<b>0,00035</b>	<b>0,00035</b>	<b>0,01038</b>	<b>0,1</b>	<b>66,60000</b>	<b>0,00035</b>	<b>0,00035</b>	<b>0,01038</b>	<b>0,095</b>
<b>Обед</b>										
Плов из мяса кур	345,06000	0,02923	0,00778	0,02668	0,23	258,70958	0,02436	0,00649	0,02224	0,18
Суп овощной на курином бульоне	109,81768	0,00174	0,00531	0,00756	0,2	95,82833	0,00094	0,00228	0,00494	0,15
Кисель из брусники.	68,11913	0,00019	0,00000	0,01562	0,2	50,43750	0,00014	0,00000	0,01172	0,15
Хлеб ржаной	73,44928	0,00264	0,00048	0,01672	0,04	72,40000	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
<b>Итого:</b>	<b>617,44609</b>	<b>0,03380</b>	<b>0,01357</b>	<b>0,06659</b>	<b>0,67</b>	<b>467,37542</b>	<b>0,02807</b>	<b>0,00925</b>	<b>0,05562</b>	<b>0,52</b>
<b>Полдник</b>										
Ватрушка / Печенье	176,55928	0,00371	0,00559	0,02366	0,06	146,15583	0,00317	0,00472	0,01972	0,05
Макароны отварные	60,97638	0,00247	0,00287	0,00939	0,1	47,79250	0,00247	0,00287	0,00939	0,1
Чай	34,60435	0,00000	0,00000	0,00817	0,18	28,42500	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Хлеб пшеничный	58,58696	0,00190	0,00023	0,01253	0,02	53,75000	0,00190	0,00023	0,01253	0,02
<b>Итого:</b>	<b>283,72696</b>	<b>0,00808</b>	<b>0,00868</b>	<b>0,05375</b>	<b>0,36</b>	<b>242,12333</b>	<b>0,00753</b>	<b>0,00781</b>	<b>0,04845</b>	<b>0,32</b>
<b>Всего:</b>	<b>1588,32341</b>	<b>48,59870</b>	<b>54,20112</b>	<b>235,02130</b>	<b>1,7</b>	<b>1371,79529</b>	<b>37,81240</b>	<b>42,40213</b>	<b>181,98032</b>	<b>1,32</b>

Утверждаю



Утверждаю



**Меню-раскладка**  
**4 -ый день** дети от 3-х до 7 лет

**Меню-раскладка**  
**4 -ый день** дети от 1,5-х до 3 лет

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Завтрак</b>										
Каша ячневая безмолочная с маслом растительным	187,88424	0,00500	0,00601	0,02425	0,2	136,38000	0,00368	0,00450	0,01770	0,15
Чай	147,14621	0,00410	0,00412	0,02009	0,18	120,96522	0,00342	0,00344	0,01675	0,15
Батон с джемом	88,39091	0,00311	0,00533	0,02136	0,045	88,67000	0,00195	0,00405	0,01336	0,045
<b>Итого:</b>	<b>368,42136</b>	<b>0,01221</b>	<b>0,01545</b>	<b>0,06571</b>	<b>0,425</b>	<b>336,01522</b>	<b>0,00905</b>	<b>0,01198</b>	<b>0,04780</b>	<b>0,345</b>
<b>Завтрак второй</b>										
Сок	85,51818	0,00035	0,00035	0,01038	0,2	73,45200	0,00035	0,00035	0,01038	0,15
<b>Итого:</b>	<b>85,51818</b>	<b>0,00035</b>	<b>0,00035</b>	<b>0,01038</b>	<b>0,2</b>	<b>73,45200</b>	<b>0,00035</b>	<b>0,00035</b>	<b>0,01038</b>	<b>0,15</b>
<b>Обед</b>										
Каша гречневая рассыпчатая	140,51455	0,00293	0,00633	0,01795	0,15	71,87609	0,00168	0,00244	0,01167	0,12
Компот из сухофруктов	81,71970	0,00054	0,00003	0,01843	0,2	58,85043	0,00037	0,00002	0,01349	0,15
Биточки (котлеты) из мяса кур	131,03076	0,02148	0,01773	0,01238	0,08	114,82913	0,01611	0,01330	0,00929	0,06
Суп-лапша на курином бульоне	90,71394	0,00177	0,00307	0,01226	0,2	67,02522	0,00133	0,00230	0,00920	0,15
Салат из отварной свеклы с растительным маслом	79,98697	0,00118	0,00313	0,00976	0,05	47,30696	0,00071	0,00188	0,00586	0,03
Хлеб ржаной	73,49697	0,00264	0,00048	0,01672	0,04	72,40000	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
<b>Итого:</b>	<b>661,46288</b>	<b>0,03054</b>	<b>0,03077</b>	<b>0,08751</b>	<b>0,72</b>	<b>512,28783</b>	<b>0,02284</b>	<b>0,02042</b>	<b>0,06623</b>	<b>0,55</b>
<b>Полдник</b>										
Биточки(котлеты) картофельные запеченные	111,77576	0,00234	0,00313	0,01629	0,08	81,64217	0,00169	0,00230	0,01222	0,06
Соус томатный	17,68939	0,00037	0,00102	0,00125	0,02	17,51391	0,00037	0,00102	0,00125	0,02
Чай	34,62682	0,00000	0,00000	0,00817	0,18	28,50739	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Печенье	39,48182	0,00312	0,00156	0,02304	0,03	37,40000	0,00312	0,00156	0,02304	0,03
Хлеб пшеничный	58,62500	0,00190	0,00023	0,01253	0,025	57,75000	0,00190	0,00023	0,01253	0,025
<b>Итого:</b>	<b>282,19879</b>	<b>0,00772</b>	<b>0,00594</b>	<b>0,06128</b>	<b>0,335</b>	<b>222,81348</b>	<b>0,00708</b>	<b>0,00510</b>	<b>0,05585</b>	<b>0,285</b>
<b>Всего:</b>	<b>1583,87118</b>	<b>48,59870</b>	<b>54,23800</b>	<b>234,88394</b>	<b>1,7</b>	<b>1370,12422</b>	<b>37,89230</b>	<b>43,02500</b>	<b>183,02130</b>	<b>1,32</b>

Утверждаю

Утверждаю



Меню-раскладка

5 -ый день

дети от 3-х до 7 лет

Меню-раскладка

5 -ый день

дети от 1,5-х до 3 лет

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Завтрак</b>										
Каша кукурузная безмолочная с маслом растительным	183,92000	0,00458	0,00633	0,02219	0,2	154,80500	0,00343	0,00474	0,01664	0,15
Чай	96,21953	0,00252	0,00253	0,01273	0,18	93,12500	0,00276	0,00282	0,01168	0,15
Батон с джемом	134,45581	0,00311	0,00533	0,02136	0,045	88,67000	0,00195	0,00405	0,01336	0,045
<b>Итого:</b>	<b>378,59535</b>	<b>0,01021</b>	<b>0,01418</b>	<b>0,05628</b>	<b>0,425</b>	<b>316,60000</b>	<b>0,00814</b>	<b>0,01161</b>	<b>0,04167</b>	<b>0,345</b>
<b>Завтрак второй</b>										
Фрукт	85,72558	0,00090	0,00018	0,01818	0,18	72,80000	0,00090	0,00018	0,01818	0,15
<b>Итого:</b>	<b>85,72558</b>	<b>0,00090</b>	<b>0,00018</b>	<b>0,01818</b>	<b>0,18</b>	<b>72,80000</b>	<b>0,00090</b>	<b>0,00018</b>	<b>0,01818</b>	<b>0,15</b>
<b>Обед</b>										
Компот из сухофруктов	82,37209	0,00054	0,00003	0,01843	0,2	58,82567	0,00037	0,00002	0,01349	0,15
Щи из свежей капусты	2,66953	0,00015	0,00002	0,00046	0,05	2,60000	0,00015	0,00002	0,00046	0,03
Огурец консервированный	67,23302	0,00163	0,00276	0,00845	0,2	49,31633	0,00122	0,00207	0,00634	0,15
Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины	393,18209	0,01910	0,01755	0,02994	0,23	288,07533	0,01431	0,01315	0,02246	0,18
Хлеб ржаной	74,08372	0,00264	0,00048	0,01672	0,04	72,40000	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
<b>Итого:</b>	<b>619,54047</b>	<b>0,02406</b>	<b>0,02084</b>	<b>0,07400</b>	<b>0,72</b>	<b>471,21733</b>	<b>0,01869</b>	<b>0,01574</b>	<b>0,05946</b>	<b>0,54</b>
<b>Полдник</b>										
Печенье	57,38791	0,00848	0,00874	0,00000	0,01	57,38791	0,00848	0,00874	0,00000	0,01
Макаронные изделия отварные	119,37535	0,00203	0,00395	0,01242	0,13	99,37535	0,00203	0,00395	0,01242	0,11
Чай	34,90326	0,00000	0,00000	0,00817	0,18	28,42500	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Хлеб пшеничный	58,53041	0,00190	0,00023	0,01253	0,02	57,75000	0,00190	0,00023	0,01253	0,02
<b>Итого:</b>	<b>266,75953</b>	<b>0,01241</b>	<b>0,01291</b>	<b>0,03312</b>	<b>0,34</b>	<b>234,35500</b>	<b>0,00587</b>	<b>0,00481</b>	<b>0,02904</b>	<b>0,29</b>
<b>Всего:</b>	<b>1497,35747</b>	<b>48,56980</b>	<b>53,98230</b>	<b>233,98560</b>	<b>1,7</b>	<b>1254,89973</b>	<b>37,80213</b>	<b>42,30000</b>	<b>182,57900</b>	<b>1,3</b>

Утверждаю

Утверждаю



6 -ый день  
**Меню-раскладка**  
**дети от 3-х до 7 лет**



**Меню-раскладка**  
**дети от 1,5-х до 3 лет**

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда ДЕТИ	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Завтрак</b>										
Чай	146,90878	0,00410	0,00412	0,02009	0,18	120,90774	0,00342	0,00344	0,01675	0,15
Каша гречневая безмолочная с маслом растительным	158,27365	0,00466	0,00586	0,02276	0,2	122,31000	0,00342	0,00437	0,01660	0,15
Батон с джемом	93,17568	0,00311	0,00533	0,02136	0,045	88,67000	0,00195	0,00405	0,01336	0,045
<b>Итого:</b>	<b>378,35811</b>	<b>0,01187</b>	<b>0,01531</b>	<b>0,06421</b>	<b>0,425</b>	<b>331,88774</b>	<b>0,00879</b>	<b>0,01186</b>	<b>0,04670</b>	<b>0,345</b>
<b>Завтрак второй</b>										
Сок	95,08514	0,00749	0,00479	0,01273	0,15	73,30806	0,00749	0,00479	0,01273	0,13
<b>Итого:</b>	<b>95,08514</b>	<b>0,00749</b>	<b>0,00479</b>	<b>0,01273</b>	<b>0,15</b>	<b>73,30806</b>	<b>0,00749</b>	<b>0,00479</b>	<b>0,01273</b>	<b>0,13</b>
<b>Обед</b>										
Компот из сухофруктов	81,58784	0,00054	0,00003	0,01843	0,2	58,82774	0,00037	0,00002	0,01349	0,15
Рассольник	132,03959	0,00140	0,00457	0,00934	0,2	109,63161	0,00113	0,00213	0,00808	0,15
Бигус с мясом	353,14500	0,02091	0,01906	0,01425	0,23	169,43000	0,01268	0,01159	0,01285	0,18
Хлеб ржаной	73,37838	0,00264	0,00048	0,01672	0,04	72,40000	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
<b>Итого:</b>	<b>600,15081</b>	<b>0,02549</b>	<b>0,02414</b>	<b>0,05874</b>	<b>0,67</b>	<b>470,28935</b>	<b>0,01682</b>	<b>0,01422</b>	<b>0,05114</b>	<b>0,52</b>
<b>Полдник</b>										
Рис с овощами	188,68176	0,02008	0,02462	0,01472	0,15	169,41935	0,01611	0,01973	0,01087	0,13
Печенье	29,85946	0,00111	0,00131	0,00860	0,01	29,13548	0,00111	0,00131	0,00860	0,01
Чай	34,57095	0,00000	0,00000	0,00817	0,18	28,48613	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Хлеб пшеничный	58,53041	0,00190	0,00023	0,01253	0,02	57,75000	0,00190	0,00023	0,01253	0,02
<b>Итого:</b>	<b>284,64257</b>	<b>0,02309</b>	<b>0,02615</b>	<b>0,04402</b>	<b>0,36</b>	<b>241,79097</b>	<b>0,01912</b>	<b>0,02126</b>	<b>0,03881</b>	<b>0,3</b>
<b>Всего:</b>	<b>51688,58689</b>	<b>48,50230</b>	<b>53,98230</b>	<b>235,20310</b>	<b>1,69</b>	<b>1419,24432</b>	<b>37,95840</b>	<b>43,12350</b>	<b>181,99870</b>	<b>1,3</b>

Утверждаю

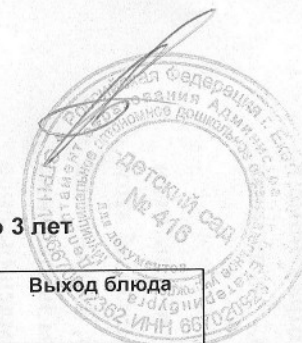
Утверждаю

7 -ый день

Меню-раскладка  
дети от 3-х до 7 лет



Меню-раскладка  
дети от 1,5-х до 3 лет



Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда дети	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Завтрак</b>										
Чай	95,31413	0,00252	0,00253	0,01273	0,18	93,24742	0,00276	0,00282	0,01168	0,15
Каша рисовая безмолочная с растительным маслом	192,68987	0,00547	0,00737	0,02676	0,2	145,29419	0,00409	0,00425	0,02028	0,15
Батон с джемом	133,15200	0,00311	0,00533	0,02136	0,045	88,67000	0,00195	0,00405	0,01336	0,045
Итого:	378,15600	0,01109	0,01523	0,06085	0,425	327,21161	0,00880	0,01112	0,04532	0,345
<b>Завтрак второй</b>										
Напиток из шиповника	86,08000	0,00043	0,00000	0,01963	0,18	67,54839	0,00036	0,00000	0,01636	0,15
Итого:	86,08000	0,00043	0,00000	0,01963	0,18	67,54839	0,00036	0,00000	0,01636	0,15
<b>Обед</b>										
Компот из сухофруктов	81,57333	0,00054	0,00003	0,01843	0,2	58,82774	0,00037	0,00002	0,01349	0,15
Салат из отварной свеклы и растительным маслом	63,10187	0,00067	0,00370	0,01103	0,05	49,33677	0,00040	0,00222	0,00662	0,05
Суп картофельный с клецками мясом кури	171,26093	0,00751	0,00845	0,01216	0,2	117,86452	0,00354	0,00443	0,00901	0,15
Мясо кур отварное (порци..)	172,97693	0,01892	0,01788	0,00093	0,08	137,01161	0,01892	0,01788	0,00093	0,06
Каша гречневая рассыпчатая	170,21573	0,00529	0,00482	0,03259	0,15	153,22452	0,00367	0,00363	0,02260	0,12
Хлеб ржаной	73,36533	0,00264	0,00048	0,01672	0,04	72,40000	0,00264	0,00048	0,01672	0,02
Итого:	661,49413	0,03557	0,03535	0,09186	0,72	513,66516	0,02954	0,02865	0,06937	0,55
<b>Полдник</b>										
Огурец консервированный	2,64160	0,00015	0,00002	0,00046	0,05	2,60000	0,00015	0,00002	0,00046	0,03
Картофель отварной	103,60053	0,00183	0,00276	0,01595	0,13	102,19484	0,00183	0,00276	0,01595	0,11
Чай	34,56480	0,00000	0,00000	0,00817	0,18	28,48613	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Хлеб пшеничный	58,52000	0,00190	0,00023	0,01253	0,02	57,75000	0,00190	0,00023	0,01253	0,02
Итого:	259,32693	0,00388	0,00300	0,03710	0,35	199,03097	0,00388	0,00300	0,03574	0,31
<b>Всего:</b>	<b>1574,75668</b>	<b>49,00210</b>	<b>55,00000</b>	<b>235,00000</b>	<b>1,7</b>	<b>1299,26474</b>	<b>37,98235</b>	<b>42,76903</b>	<b>181,98200</b>	<b>1,31</b>

Утверждаю

Утверждаю

8 -ый день

дети от 3-х до 7 лет

Меню-раскладка

дети от 1,5-х до 3 лет

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюдо дети	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Завтрак</b>										
Батон с джемом	145,00800	0,00464	0,00678	0,01459	0,045	95,35742	0,00309	0,00452	0,00972	0,045
Каша пшеничная безмолочная с маслом растительным	178,72267	0,00537	0,00675	0,02615	0,2	156,41613	0,00442	0,00494	0,01957	0,15
Чай	95,31413	0,00252	0,00253	0,01273	0,18	93,24742	0,00276	0,00282	0,01168	0,15
Итого:	378,04480	0,01253	0,01607	0,05347	0,425	335,02097	0,01027	0,01228	0,04097	0,345
<b>Завтрак второй</b>										
Сок	86,61333	0,00050	0,00010	0,01010	0,18	66,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,15
Итого:	86,61333	0,00050	0,00010	0,01010	0,18	66,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,15
<b>Обед</b>										
Макаронные изделия отварные	212,06027	0,00533	0,00469	0,03824	0,15	209,27000	0,00533	0,00469	0,03824	0,12
Огурец свежий порционный	23,50560	0,00020	0,00002	0,00094	0,05	4,28581	0,00024	0,00003	0,00116	0,03
Компот из сухофруктов	81,57333	0,00054	0,00003	0,01843	0,2	58,82774	0,00037	0,00002	0,01349	0,15
Суп геркулесовый	181,62667	0,00179	0,00234	0,01284	0,2	160,72097	0,00135	0,00176	0,00967	0,15
Печень говяжья по-строгановски	107,49573	0,01174	0,00521	0,00066	0,08	78,19968	0,00869	0,00381	0,00051	0,06
Хлеб ржаной	45,85333	0,00165	0,00030	0,01045	0,025	45,25000	0,00165	0,00030	0,01045	0,025
Итого:	632,11493	0,02124	0,01259	0,08156	0,705	486,55419	0,01762	0,01060	0,07353	0,535
<b>Полдник</b>										
Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растител. маслом	50,59373	0,00072	0,00305	0,00592	0,05	50,48032	0,00072	0,00305	0,00592	0,05
Сдоба обыкновенная / Печеня	176,70880	0,00556	0,00403	0,03378	0,06	135,06710	0,00457	0,00330	0,02815	0,06
Чай с лимоном	36,11253	0,00006	0,00001	0,00829	0,18	29,73258	0,00005	0,00001	0,00692	0,15
Хлеб пшеничный	58,52000	0,00190	0,00023	0,01253	0,025	57,75000	0,00190	0,00023	0,01253	0,025
Итого:	284,93507	0,00824	0,00731	0,06053	0,315	242,03000	0,00724	0,00659	0,05352	0,285
<b>Всего:</b>	<b>1579,88680</b>	<b>48,65400</b>	<b>54,00000</b>	<b>234,89520</b>	<b>1,7</b>	<b>1368,96055</b>	<b>37,85600</b>	<b>41,98000</b>	<b>181,95000</b>	<b>1,3</b>

Утверждаю

Утверждаю

9 -ый день

дети от 3-х до 7 лет

Меню-раскладка

дети от 1,5-х до 3 лет

блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда дети	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Завтрак</b>										
Каша геркулесовая безмолочная с маслом растительным	187,72192	0,00523	0,00752	0,02594	0,2	142,29500	0,00432	0,00606	0,01941	0,15
Чай	146,93562	0,00410	0,00412	0,02009	0,18	120,79781	0,00342	0,00344	0,01675	0,15
Батон с джемом	98,20000	0,00311	0,00533	0,02136	0,045	88,67000	0,00195	0,00405	0,01336	0,045
Итого:	377,85753	0,01244	0,01697	0,06739	0,425	331,76281	0,00968	0,01355	0,04951	0,345
<b>Завтрак второй</b>										
Напиток с витаминами	86,21918	0,00000	0,00000	0,00346	0,2	66,00000	0,00000	0,00000	0,00346	0,15
Итого:	86,21918	0,00000	0,00000	0,00346	0,2	66,00000	0,00000	0,00000	0,00346	0,15
<b>Обед</b>										
Компот из сухофруктов	81,60274	0,00054	0,00003	0,01843	0,2	58,76250	0,00037	0,00002	0,01349	0,15
Суп-пюре гороховый	155,50699	0,00832	0,00221	0,02340	0,2	129,75125	0,00394	0,00145	0,01184	0,15
Жаркое по-домашнему	310,06671	0,01859	0,00958	0,02144	0,23	277,62906	0,01235	0,00506	0,01785	0,18
Хлеб ржаной	73,39178	0,00264	0,00048	0,01672	0,04	72,40000	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Итого:	599,56822	0,03009	0,01230	0,07999	0,67	514,54281	0,01930	0,00701	0,05990	0,52
<b>Полдник</b>										
Рис	199,14479	0,01810	0,02765	0,02453	0,15	146,24000	0,01808	0,02763	0,02453	0,13
Печенье	28,84110	0,00111	0,00131	0,00860	0,01	28,84110	0,00111	0,00131	0,00860	0,01
Чай	34,57726	0,00000	0,00000	0,00817	0,18	28,42500	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Хлеб пшеничный	58,54110	0,00190	0,00023	0,01253	0,02	57,75000	0,00190	0,00023	0,01253	0,02
Итого:	283,10425	0,02111	0,02918	0,05383	0,36	241,61500	0,02109	0,02916	0,05247	0,31
<b>Всего:</b>	<b>1579,65695</b>	<b>48,65900</b>	<b>54,58900</b>	<b>234,56400</b>	<b>1,7</b>	<b>1387,87772</b>	<b>37,02350</b>	<b>41,98500</b>	<b>180,99850</b>	<b>1,31</b>

Утверждаю

Утверждаю

10 -ый день

дети от 3-х до 7 лет

Меню-раскладка

дети от 1,5-х до 3 лет

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда дети	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Завтрак</b>										
Каша пшеничная безмолочная с растительным маслом	198,25424	0,00511	0,00632	0,02522	0,2	147,89750	0,00387	0,00474	0,01925	0,15
Чай	95,64407	0,00252	0,00253	0,01273	0,18	93,12500	0,00276	0,00282	0,01168	0,15
Батон с джемом	145,52542	0,00464	0,00678	0,01459	0,045	95,35286	0,00309	0,00452	0,00973	0,045
Итого:	379,25460	0,01227	0,01563	0,05253	0,425	336,37536	0,00972	0,01208	0,04065	0,345
<b>Завтрак второй</b>										
Сок	69,92000	0,00411	0,00439	0,00667	0,15	48,35250	0,00411	0,00439	0,00667	0,11
Печенье	26,72881	0,00312	0,00156	0,02304	0,03	25,40000	0,00312	0,00156	0,02304	0,02
Итого:	95,25480	0,00723	0,00595	0,02971	0,18	73,24589	0,00723	0,00595	0,02971	0,13
<b>Обед</b>										
Компот из сухофруктов	81,86441	0,00054	0,00003	0,01843	0,2	51,86441	0,00054	0,00003	0,01843	0,15
Борщ	102,20136	0,00177	0,00455	0,01239	0,2	92,20136	0,00177	0,00455	0,01239	0,15
Тефтели рыбные	141,20695	0,00849	0,00490	0,00868	0,1	97,20695	0,00849	0,00490	0,00868	0,08
Картофель отварной	137,54576	0,00255	0,00457	0,01841	0,15	102,54576	0,00255	0,00457	0,01841	0,12
Хлеб ржаной	73,62712	0,00264	0,00048	0,01672	0,04	73,62712	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Итого:	636,44559	0,01599	0,01452	0,07463	0,69	466,23580	0,01599	0,01452	0,07463	0,54
<b>Полдник</b>										
Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом	179,69831	0,00396	0,00324	0,04444	0,07	168,69831	0,00396	0,00324	0,04444	0,06
Макароны отварные	61,14492	0,00247	0,00287	0,00939	0,15	51,14492	0,00247	0,00287	0,00939	0,1
Чай с лимоном	36,26932	0,00006	0,00001	0,00829	0,18	26,26932	0,00006	0,00001	0,00829	0,15
Хлеб пшеничный	48,72881	0,00190	0,00023	0,01253	0,025	48,72881	0,00190	0,00023	0,01253	0,025
Итого:	290,23540	0,00839	0,00634	0,07466	0,425	241,84136	0,00839	0,00634	0,07466	0,335
Всего:	1599,16920	48,62111	54,23587	234,89125	1,72	1399,12578	37,85621	42,44847	182,87235	1,3