

Согласовано
Советом родителей
МДОУ «ЦРР-детский сад №177»
Протокол № 3 от 28.12.2024

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МДОУ «ЦРР-детский сад №177»
Невейкина Н.В.
Приказ №1 от 09.01.2025

Менюготавливаемых блюд муниципального дошкольного образовательного учреждения «Центр развития ребенка - детский сад №177» Ленинского района г. Саратова с исключением молочного белка

МЕНЮ

Неделя первая

День: понедельник Возрастная категория: Сад (с3 до 7)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша рисовая сладкая	200,0	3,3	4,1	35	231,0	№108
Чай сладкий	200,0			11,9	41,4	№56
Батон	30,0	2,2	0,9	15,6	78,0	
2 завтрак						
Сок яблочный/ яблочно-виноградный	100,0	0,43		11,6	46,0	
					396,4	
Обед						
Огурец соленый	20,0	0,32		0,68	4,4	№59
Борщ на мясном бульоне	200,0	5,6	5,4	10,3	136,5	№117, №87
Запеканка макаронная с мясом	160,0	15,6	15,2	35,2	324,9	№139
Компот из сухофруктов	200,0	0,16		17,3	57,67	№55
Хлеб ржаной	50,0	3,5	0,5	22,0	105,0	
Хлеб пшеничный	20,0	1,6	0,2	7,8	46,0	
					674,47	
Полдник						
Яблоко	100,0			10,9	40,1	
Печенье	60,0	3,5	8,9	33,0	235,0	
					275,0	
Ужин						
Рыба отварная	70,0	12,96	3,12	1,36	109,0	№115
Яйцо вареное	1шт/60	4,52	3,9	0,6	94,2	№49
Картофель тушеный	150,0	3,01	7,6	25,2	170,8	№145
Кофейный напиток сладкий	200,0	0,4	0,06	17,42	38,7	№103
Хлеб пшеничный	30,0	2,4	0,3	15,6	69,0	
					481,7	
Итого		59,51	50,21	271,46	1827,57	

Неделя первая

МЕНЮ

День: вторник

Возрастная категория: Сад (с3 до 7)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Макаронные изделия отварные с сахаром	200,0	3,3	5,4	29,7	228,1	№118
Яйцо вареное	1шт/60	4,52	6,9	0,42	94,2	№49
Чай сладкий	200,0			11,3	41,4	№56
Батон	30,0	2,2	0,9	15,6	78,0	
2 завтрак						
Сок яблочный/ яблочно-виноградный	100,0	0,43		11,6	46,0	
					487,7	
Обед						
Суп сборный овощной на мясном бульоне	200,0	4,5	5,9	7,7	131,5	№119, №87
Гуляш из печени	80,0	12,9	7,76	11,6	94,4	№120
Каша пшеничная отварная	130,0	6,02	4,52	38,3	174,6	№147
Компот из сухофруктов	200,0	0,16		17,4	57,67	№65
Хлеб ржаной	50,0	3,5	0,5	22,0	105,0	
Хлеб пшеничный	20,0	1,6	0,2	7,8	46,0	
					580,17	
Полдник						
Вафли	30,0	1,4	8,7	18,7	161,4	
Яблоко	150,0	0,45		15,3	62,1	
					223,56	
Ужин						
Рыба отварная	70,0	12,96	3,12	1,36	109,2	№115
Каша рисовая припущенная на воде	150,0	2,3	4,1	35,2	186,0	№122
Кофейный напиток сладкий	200,0	0,24	0,06	17,42	38,7	№103
Бутерброд с повидлом	30,0\10	2,4	0,3	22,47	95,0	№61
					428,9	
Итого		58,62	48,26	283,26	1720,33	

МЕНЮ

День: среда

Неделя: первая Возрастная категория: Сад (с3 до 7)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша пшенная отварная с сахаром	200,0	7,5	10,4	24,79	224,0	№112
Чай сладкий	200,0			11,9	41,4	№56
Батон	30,0	2,2	0,9	15,6	78,0	
2 завтрак						
Сок яблочный/ яблочно-виноградный	100,0	0,43		11,6	46,0	
					389,4	
Обед						
Суп гороховый на курином бульоне	200,0	6,4	5,6	15,4	163,6	№123, №90
Овощи тушеные с курицей	180,0	26,38	20,0	16,9	197	№ 105
Компот из сухофруктов	200,0	0,16		17,3	57,67	№55
Хлеб ржаной	50,0	3,5	0,5	22,0	105,0	
Хлеб пшеничный	20,0	1,6	0,26	7,8	46,0	
					569,27	
Полдник						
Кисель	230,0	0,48	0,02	27,7	170,2	№129
Вафли	20,0	0,94	5,8	13,2	107,64	
					277,6	
Ужин						
Каша рисовая сладкая	180,0	3,3	4,1	35,0	231	№108
Кофейный напиток сладкий	200,0	0,4	0,06	17,42	38,7	№103
Хлеб пшеничный	30,0	2,4	0,3	15,6	69,0	
Яблоко	100,0			10,2	40,4	
					379,1	
Итого		55,83	49,54	262,83	1615,37	

МЕНЮ

Неделя: первая

День: четверг

Возрастная категория Сад (с3до7)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша гречневая отварная с сахаром	200,0	4,6	6,59	26,5	261,0	№111
Кофейный напиток сладкий	200,0	0,4	0,06	17,42	38,7	№103
Батон	30,0	2,2	0,9	15,6	78,0	
2 завтрак						
Сок яблочный/ яблочно-виноградный	100,0	0,43		11,6	46,0	
					423,7	
Обед						
Свекольник на мясном бульоне	200,0	4,3	3,8	7,25	121,2	№124, №87
Тефтели мясо-крупяные из говядины	100,0	12,1	11,3	13,6	182,3	№140
Капуста тушеная	130,0	2,95	3,9	12,8	116,8	№149
Компот из сухофруктов	200,0	0.16		17,4	57,67	№55
Хлеб ржаной	50,0	3,5	0,5	22,0	105,0	
Хлеб пшеничный	20,0	1,6	0,2	7,8	46,0	
					628,97	
Полдник						
Сок яблочный/ яблочно-виноградный	100,0	0,43		11,6	46,0	
Печенье	30,0	2,3	6,3	23,82	141,0	
					187,0	
Ужин						
Зеленый горошек отварной	50,0	2,4	4,32	4,8	64,0	№75
Яйцо вареное	1шт/60,0	4,52	6,9	0,42	94,2	№49
Картофель отварной	150,0	2,95	2,6	24,93	123,0	№100
Чай сладкий	200,0			11,9	41,4	№56
Хлеб пшеничный	30,0	2,4	0,3	15,6	69,0	
Яблоко	110,0			10,2	40,4	
					432,0	
Итого:		45,64	47,09	255,24	1671,67	

МЕНЮ

День: пятница.

Неделя: первая возрастная категория: Сад (с3 до 7)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша геркулесовая отварная с сахаром	200,0	6,7	7,7	24,4	211,0	№114
Чай сладкий	200,0			11,9	41,4	№56
Батон	30,0	2,2	0,9	15,6	78,0	
2 завтрак						
Сок яблочный/ яблочно-виноградный	100,0	0,43		11,6	46,0	
					376,4	
Обед						
Сельдь соленая	20,0	3,4	3,3		30,7	№74
Рассольник на мясном бульоне	200,0	4,5	4,28	13,37	115,5	№126, №87
Жаркое по-домашнему	180,0	12,9	15,45	30,6	341,7	№127
Компот из сухофруктов	200,0	0,16		17,3	57,67	№55
Хлеб ржаной	50,0	3,5	0,5	22,0	105,0	
Хлеб пшеничный	20,0	1,6	0,2	7,8	46,0	
					695,97	
Полдник						
Чай сладкий	200,0			11,9	41,4	№56
Булочка домашняя	60,0	6,4	6,0	33,45	214,8	№128
					256,2	
Ужин						
Овощное рагу с зеленым горошком	180,0	4,2	7,6	18,8	164,7	№135
Яйцо вареное	1шт/60,0	4,52	3,8	0,6	94,2	№49
Кофейный напиток сладкий	200,0	0,4	0,06	17,42	38,7	№103
Хлеб пшеничный	30,0	2,4	0,3	15,6	69,0	
					366,6	
того		54,31	48,9	256,83	1695,17	

МЕНЮ

День: понедельник

Неделя: вторая

Возрастная категория: Сад (с3 до 7)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Б	Ж	У	Энергетическая ценность	Номер рецептуры
Завтрак						
Макаронные изделия отварные с сахаром	200,0	3,5	5,4	26,3	225,2	№118
Кофейный напиток сладкий	200,0	0,4	0,06	17,42	38,7	№103
Батон	30,0/5,0	2,2	0,9	15,6	78,0	
2 завтрак						
Сок яблочный/ яблочно-виноградный	100,0	0,43		11,6	46,0	
					387,9	
Обед						
Свекла отварная порционная	50,0	0,9		5,2	25,8	№51
Суп картофельный с зеленым горошком на мясном бульоне	200,0	5,4	8,2	10,06	133,6	№130, №87
Гуляш из говядины	70,0	11,6	11,6	14,5	229,4	№104
Каша рисовая припущенная на воде	130,0	3,26	4,9	30,9	186,0	№122
Компот из сухофруктов	200,0	0,16		17,6	57,67	№55
Хлеб ржаной	50,0	3,5	0,5	22,0	105,0	
Хлеб пшеничный	20,0	1,6	0,2	7,8	46,0	
					783,47	
Полдник						
Кисель	220,0	0,48	0,02	27,7	170,2	№129
Вафли	30,0	1,4	8,76	18,6	161,0	
					311,2	
Ужин						
Овощи тушеные	150,0	3,61	6,45	9,91	142,13	№102
Яйцо вареное	1шт/60,0	4,52	6,9	0,42	94,2	№49
Чай сладкий	200,0			11,9	41,4	№56
Хлеб пшеничный	30,0	2,4	0,3	15,6	69,0	
Яблоко	100,0	0,10		10,2	40,1	
					386,94	
Итого		46,36	54,19	273,31	1889,32	

МЕНЮ

День: вторник

Неделя: вторая

Возрастная категория: Сад (с3 до 7)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша пшенная отварная с сахаром	200,0	7,5	10,4	24,79	224	№112
Кофейный напиток сладкий	200,0	0,4	0,06	17,42	38,7	№103
Батон	30,0	2,2	0,9	15,6	78,0	
2 завтрак						
Сок яблочный/ яблочно-виноградный	100,0	0,43		11,6	46,0	
					386,7	
Обед						
Суп с клецками на мясном бульоне	200,0	4,5	5,09	14,8	130,1	№121, №87
Котлета рыбная	70,0	9,1	5,6	9,15	103,3	№133
Свекла тушеная	130,0	2,9	4,2	10,93	180,5	№146
Компот из сухофруктов	200,0	0,16		17,3	57,67	№55
Хлеб ржаной	50,0	3,5	0,5	22,0	105,0	
Хлеб пшеничный	20,0	1,6	0,2	7,8	46,0	
					622,37	
Полдник						
Печенье	50,0	3,2	9,5	33,0	230,1	
Яблоко	150,0	0,45		15,30	62,1	
					292,2	
Ужин						
Бефстроганов из печени	80,0	11,6	5,2	7,9	140,2	№132
Картофель отварной	150,0	2,95	0,56	24,93	123,0	№100
Яйцо вареное	1шт/60,0	4,52	6,9	0,42	94,2	№49
Чай сладкий	200,0			12,04	41,4	№56
Хлеб пшеничный	30,0	2,4	0,3	15,6	69,0	
					467,8	
итого		57,41	49,14	260,58	1769,07	

День: среда

МЕНЮ

Неделя: вторая

Возрастная категория Сад (с3до7)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша пшеничная отварная сладкая	200,0	4,3	8,1	30,1	223,0	№113
Кофейный напиток сладкий	200,0	0,4	0,06	17,42	38,7	№103
Батон	30,0	2,2	0,9	15,6	78,0	
2 завтрак						
Сок яблочный/ яблочно-виноградный	100,0	0,43		11,6	46,0	
					385,7	
Обед						
Суп полевой на мясном бульоне	200,0	4,6	4,8	12,8	166,2	№134, № 87
Котлета рубленая из говядины	70,0	12,2	8,68	24,01	164,3	№144
Овощное рагу	150,0	3,62	5,9	9,58	135,13	№135
Компот из сухофруктов	200,0	0,16		17,3	57,67	№55
Хлеб ржаной	50,0	3,5	0,5	22,0	105,0	
Хлеб пшеничный	20,0	1,6	0,2	7,8	46,0	
					674,3	
Полдник						
Сок яблочный/ яблочно-виноградный	100,0	0,43		11,6	46,0	
Печенье	20,0	1,4	3,8	13,2	96,3	
					142,3	
Ужин						
Рыба отварная	70,0	12,96	3,12	1,36	109,2	№115
Макаронные изделия отварные	130,0	3,3	4,1	27,0	128,7	№109
Яйцо вареное	1шт/60,0	4,52	6,9	0,42	94,2	№49
Чай сладкий	200,0			11,9	41,4	№56
Хлеб пшеничный	30,0	2,4	0,3	15,6	69,0	
Яблоко	100,0			10,2	40,1	
					482,6	
Итого		58,02	47,36	259,49	1684,9	

День: четверг

МЕНЮ

Неделя: вторая.

Возрастная категория Сад (с3до7)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша «Дружба» сладкая отварная	200,0	4,7	7,6	19,75	202,5	№110
Кофейный напиток сладкий	200,0	0,4	0,06	17,42	38,7	№103
Батон	30,0	2,2	0,9	15,6	78,0	№68
2 завтрак						
Сок яблочный/ яблочно-виноградный	100,0	0,43		11,6	46,0	
					365,2	
Обед						
Огурец соленый	20,0	0,4		0,85	5,5	№44
Щи на курином бульоне	200,0	5,5	6,2	7,4	143,8	№131, №90
Гречка по-купечески с курицей	180,0	19,8	9,54	24,8	269,8	№136
Компот из сухофруктов	200,0	0,16		17,3	57,67	№55
Хлеб ржаной	50,0	3,5	0,35	22,0	105,0	
Хлеб пшеничный	20,0	1,6	0,2	7,8	46,0	
					627,7	
Полдник						
Кисель	230,0	4,57	4,0	10,2	170,2	№129
Вафли	20,0	1,2	5,8	12,06	107,64	
					277,84	
Ужин						
Тефтели рыбные	100,0	11,8	6,2	9,5	163,0	№143
Картофель отварной	150,0	2,95	2,6	24,93	123,0	№100
Яйцо вареное	1шт/60	4,52	3,9	0,42	94,2	№49
Чай сладкий	200,0			11,9	41,4	№56
Бутерброд с повидлом	30,10	2,44	0,3	21,2	95,0	№61
Яблоко	110,0	0,3		10,2	40,40	
					557,0	
Итого		55,86	47,65	271,35	1828,04	

МЕНЮ

Неделя: вторая

День: пятница

Возрастная категория Сад (с3 до 7)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
		Б	5	У		
Завтрак						
Каша геркулесовая отварная с сахаром	200,0	5,6	7,7	26,5	211,0	№114
Кофейный напиток сладкий	200,0	0,4	0,06	17,42	38,7	№103
Батон	30,0	2,2	0,9	15,6	78,0	
2 завтрак						
Сок яблочный/ яблочно-виноградный	100,0	0,43		11,6	46,0	
					373,1	
Обед						
Свекла отварная порционная	50,0	0,9		5,2	25,8	№51
Суп гречневый на мясном бульоне	200,0	10,1	5,4	20,0	163,6	№106, №87
Плов из говядины	200,0	16,7	14,4	23,38	363,9	№137
Компот из сухофруктов	200,0	0,16		17,3	57,67	№55
Хлеб ржаной	50,0	3,5	0,5	22,0	105,0	
Хлеб пшеничный	20,0	1,6	0,2	7,8	46,0	
					761,97	
Полдник						
Кисель	160,0	0,4	0,02	27,7	170,2	№ 129
Яблоко	100,0	0,45		10,6	40,4	
					210,6	
Ужин						
Икра кабачковая для детского питания	50,0	1,8	3,1	5,35	56,0	№63
Пирожок с картошкой	100,0	4,3	9,6	50,4	219,7	№138
Чай сладкий	200,0			11,9	41,4	№56
Хлеб пшеничный	30,0	2,4	0,3	15,6	69,0	
					441,5	
Итого		51,19	47,78	288,11	1787,77	

