

Согласовано
Советом родителей
Протокол № 3 от 28.12.2024

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

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

МЕНЮ

День: понедельник

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 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
Бефстроганов из говядины	70,0	11,6	16,6	14,5	283,3	№101
Макаронные изделия отварные	130,0	3,3	4,1	35	128,7	№109
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						
Яблоко	100,0			10,9	40,1	
Печенье	60,0	3,5	6,3	33,0	235,0	
					275,1	
Ужин						
Рыба отварная	70,0	12,96	3,12	1,36	109,0	№115
Картофель тушеный	150,0	3,01	7,6	25,2	170,8	№145
Кофейный напиток сладкий	200,0	0,24	0,06	17,42	38,7	№103
Хлеб пшеничный	30,0	2,4	0,3	15,6	69,0	
					387,5	
Итого		54,11	51,78	285,16	1820,97	

МЕНЮ

День : вторник

Неделя: первая

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
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	
					393,5	
Обед						
Суп сборный овощной на мясном бульоне	200,0	4,5	5,9	7,7	102,5	№119, №87
Гуляш из печени	80,0	12,9	1,76	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	№55
Хлеб ржаной	50,0	3,55	0,5	22,0	105,0	
Хлеб пшеничный	20,0	1,6	0,26	7,8	46,0	
					580,17	
Полдник						
Вафли	30,0	1,41	8,7	18,7	161,46	
Яблоко	150,0	0,45		15,3	62,1	
					223,56	
Ужин						
Каша рисовая припущенная	150,0	2,3	4,1	35,2	186,0	№122
Рыба отварная	70,0	12,96	3,12	1,36	109,2	№115
Кофейный напиток сладкий	200,0	0,24	0,06	17,42	38,7	№103
Бутерброд с повидлом	30,0/10,0	2,4	0,3	22,47	95,0	№61
					428,9	

Итого		54,51	37,82	282,26	1626,13	
--------------	--	--------------	--------------	---------------	----------------	--

Приложение №8 к СанПиН 2.4./2.4.3590
Утверждаю: МДОУ «ЦРР-детский сад№177»
Невейкина Н.В
Приказ №1 от 09.01.2025г.

МЕНЮ

Неделя первая

День среда

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	
					389,5	
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	16,9	197	№ 105
Компот из сухофруктов	200,0	0,16		17,3	57,67	№65
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	1,08	5,8	12,5	107,64	
					277,66	
Ужин						
Каша рисовая сладкая	180,0	3,3	4,1	35	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	7,05	121,2	№124, №87
Капуста тушеная с мясом	200,0	14,2	22,8	12,8	216,2	№125
Компот из сухофруктов	150,0	0,16		17,4	111,8	№55
Хлеб ржаной	50,0	3,55	0,5	22,0	105,0	
Хлеб пшеничный	20,0	1,6	0,2	7,8	46,0	
					600,2	
Полдник						
Сок яблочный/ яблочно-виноградный	100,0	0,43		11,6	46,0	
Печенье	30,0	2,3	5,7	23,82	141,0	
					187,0	
Ужин						
Зеленый горошек отварной	50,0	2,4	4,32	4,	64,0	№75
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	
					341,8	
Итого:		41,87	47,77	251,77	1552,7	

Приложение №8 к СанПиН 2.4./2.4.3590
 Утверждаю: МДОУ «ЦРР-детский сад№177»
 Невейкина Н.В
 Приказ №1 от 09.01.2025г.

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	341,1	№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	№62
Булочка домашняя	60,0	5,8	6,0	35,84	214,8	№128
					256,2	
Ужин						
Овощное рагу с зеленым горошком	220,0	4,2	7,6	18,8	174,6	№135
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	
					272,5	
того		48,19	46,84	254,31	1611,07	

Приложение №8 к СанПиН 2.4./2.4.3590
 Утверждаю: МДОУ «ЦРР-детский сад№177»
 Невейкина Н.В
 Приказ №1 от 09.01.2025г.

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	0,06	5,2	25,8	№51
Суп картофельный с зеленым горошком на мясном бульоне	200,0	4,4	5,2	10,06	133,6	№130, №87
Гуляш из говядины	70,0	11,6	16,6	14,5	229,4	№104
Каша рисовая припущенная на воде	130,0	2,3	4,1	30,2	186,0	№122
Компот из сухофруктов	200,0	0,16		17,6	57,67	№37
Хлеб ржаной	50,0	3,5	0,5	22,0	105,0	№55
Хлеб пшеничный	20,0	1,6	0,2	9,62	46,0	
					783,47	
Полдник						
Кисель	220,0	0,48	0,02	27,7	170,2	№129
Вафли	30,0	1,4	8,76	18,09	161,0	
					331,2	
Ужин						
Овощи тушеные	180,0	3,61	6,45	9,91	142,13	№102
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	
					292,63	

Итого		39,68	49,09	274,01	1794,6	
-------	--	--------------	--------------	---------------	---------------	--

Приложение №8 к СанПиН 2.4./2.4.3590
Утверждаю: МДОУ «ЦРР-детский сад№177»

МЕНЮ

Невейкина Н.В
Приказ №1 от 09.01.2025г.

Неделя вторая

День вторник

Возрастная категория: Сад (с3 до 7)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша пшеничная 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	2,3	0,9	15,6	78,0	№51
2 завтрак						
Сок яблочный/ яблочно-виноградный	100,0	0,43		11,6	46,0	
					386,7	
Обед						
Щи на мясном бульоне	200,0	5,5	8,2	7,4	143,2	№131, №87
Котлета рыбная	70,0	9,1	5,6	9,15	103,3	№141
Свекла тушеная	130,0	2,9	4,2	10,93	187,5	№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	
					642,67	
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	12,9	5,2	7,9	140,2	№132
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	
					373,6	
Итого		55,29	47,66	256,62	1695,17	

День: среда
 Неделя: вторая

МЕНЮ
 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
Гуляш из говядины	70,0	11,6	16,6	14,5	229,4	№104
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	
					739,4	
Полдник						
Сок яблочный/ яблочно-виноградный	100,0	0,43		11,6	46,0	
Печенье	20,0	1,4	3,8	13,2	96,4	
					142,4	
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
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	
					388,4	

Итого		52,9	48.38	249,56	1655,58	
-------	--	-------------	--------------	---------------	----------------	--

Приложение №8 к СанПиН 2.4./2.4.3590
Утверждаю: МДОУ «ЦРР-детский сад№177»
Невейкина Н.В
Приказ №1 от 09.01.2025г.

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	
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	17,8	8,54	24,8	269,8	№136
Компот из сухофруктов	200,0	0,16		17,3	57,67	№55
Хлеб ржаной	50,0	3,5	0,5	22,0	105,0	
Хлеб пшеничный	20,0	1,6	0,2	7,8	46,0	
					677,77	
Полдник						
Кисель	230,0	0,48	0,02	27,7	170,2	№129
Вафли	20,0	0,	5,8	12,5	107,64	
					277,8	
Ужин						
Тефтели рыбные	100,0	11,8	5,5	9,5	163,0	№142
Картофель отварной	150,0	2,95	2,63	24,93	123,0	№100
Чай сладкий	200,0			11,9	41,4	№56
Бутерброд с повидлом	30,0/10,0	2,44	0,3	21,2	95,0	№61
Яблоко	110,0	0.3		10,2	40,40	
					462,8	
Итого		55,86	41,78	267,35	1828,04	

МЕНЮ

День: пятница

Неделя; вторая

Возрастная категория Сад (с3до7)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша геркулесовая отварная с сахаром	180,0	5,6	7,7	24,4	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	
					373,7	
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	310,2	№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	0,26	7,8	46,0	
					708,27	
Полдник						
Кисель	180,0	0,48	0,02	25,24	170,2	№ 129
Яблоко	100,0	0,45		10,6	40,4	
					210,4	
Ужин						
Икра кабачковая для детского питания	50,0	1,8	3,8	5,35	56,0	№63
Пирожок с картошкой	100,0	4,3	18,3	43,4	275,1	№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	51,58	276,79	1733,87	