

УТВЕРЖАЮ
БМАДОУ "Детский сад № 36
Е.В.Минеев

энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
1 года от 3 лет	
3 лет до 7 лет	

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
		от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	от 1 года до 3 лет			от 3 лет до 7 лет			от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	
				Б	Ж	У	Б	Ж	У			
ДЕНЬ ПЕРВЫЙ												
завтрак	каша молочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом сливочным	150	200	3,82	4,42	18,5	5,1	5,9	24,7	129	172	18/4
	кофейный напиток с молоком	150	180	2,3	2,2	9,9	2,7	2,6	12,0	66,8	80,1	13/10
	батон с маслом	25/5	30/5	1,9	3,84	12,1	2,3	3,9	14,5	94,5	106,8	1/13
Итого за завтрак		330	415	7,97	10,4163	40,5375	10,1	12,4	51,2	290,25	358,9	
второй завтрак (10-00)	фрукт (сок)	150	150	0,6	0,6	17,4	0,6	0,6	17,4	73,02	73,02	
Итого за завтрак		150	150	0,6	0,6	17,4	0,6	0,6	17,4	73,02	73,02	
обед	огурец соленый	30	50	0,2	0,03	0,5	0,4	0,05	0,85	3,3	5,5	2/1
	суп-пюре из картофеля	150	180	2,9	3,6	14,7	3,5	4,3	16,9	90,8	124,4	99
	с гренками	20	20	1,7	0,16	10,8	1,7	0,16	10,8	52,6	52,6	34/2
	рисовая запеканка с рыбой	120	160	18,7	3,16	13,78	24,95	4,08	18,23	161,2	226,3	138
	с соусом сметанным	40	40	0,7	2	2,8	0,7	2	2,8	32	32	355
	компот из чернослив и курага	150	180	0,2	0	13,8	0,3	0	16,6	53,2	64	4/10
	хлеб пшеничный	0	10	0,00	0,00	0,00	0,75	0,10	4,80	24,60	24,60	
	хлеб ржаной	30	38	2	0,3	14	2,5	0,4	17,7	67,8	85,9	
Итого за обед		540	678	26,4	9,25	70,38	34,8	11,09	88,68	485,5	615,3	
полдник	творожная запеканка	110	120	18,6	10,5	14,5	20,3	11,5	15,8	209	220,8	9/5
	сгущенное молоко	20	30	0,5	0,9	2,9	0,7	1,4	4,4	18	33	2/11
	чай с лимоном	150	180	0,07	0	6,9	2,7	2,6	12	18,2	24,56	13/10
Итого за полдник		280	330	19,17	11,4	24,3	23,7	15,5	32,2	245,2	278,36	
Итого за первый день		1300	1573	54,14	31,6663	152,618	69,2	39,59	189,48	1093,97	1325,58	



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий БМА ДОУ "Детский сад № 36"

Е.В.Минеева

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая		№ рецептуры
		от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	от 1 года до 3 лет			от 3 лет до 7 лет			от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	
				Б	Ж	У	Б	Ж	У			
ДЕНЬ ВТОРОЙ												
завтрак	суп молочный	150	200	2,55	2,8	9	3,4	3,7	12	71,25	95	21/2
	чай	150	180	0,07	0	6,9	2,7	2,6	12	18,2	24,56	13/10
	батон с маслом и сыром	25/5/10	30/5/10	4,5	6,1	12,5	4,9	6,2	14,9	129	141,3	4/13
Итого за завтрак		330	415	7,12	8,9	28,4	11	12,5	38,9	218,45	260,86	
второй завтрак (10-00)	фрукт (сок)	150	150	0,6	0,6	17,4	0,6	0,6	17,4	73,02	73,02	
Итого за завтрак		150	150	0,6	0,6	17,4	0,6	0,6	17,4	73,02	73,02	
обед	салат из кукурузы с луком репчатым и растительным маслом	30	50	1,18	3,81	2,93	1,57	5,08	3,9	50,25	67	17
	рассольник ленинградский с мясом со сметаной	150	180	2,46	3,6	12,57	2,9	4,3	15,1	87,9	104,5	33
	биточки (котлеты) из мяса кур	50	70	8,9	7,3	7,4	12,5	10,2	10,4	131,8	184,6	5/9
	макаронные изделия отварные	110	130	3,8	2,7	23,7	4,6	3,3	28	137,8	162,9	43/3
	напиток из шиповника	150	180	0,15	0,07	12,5	0,2	0,09	15	48,7	58,2	15/10
	хлеб пшеничный	20	30	1,50	0,20	9,60	2,20	0,30	14,40	49,20	73,80	
	хлеб ржаной	30	38	2	0,3	14	2,5	0,4	17,7	67,8	85,9	
Итого за обед		540	678	19,99	17,98	82,7	26,47	23,67	104,5	573,45	736,9	
полдник	булочка домашняя	50	70	4,4	3,3	27	6,2	4,6	37,8	151,3	198,9	8/12
	снежок питьевой, 2,5% жирности	150	180	4,1	0,07	12,3	5	0,09	14,8	68,3	82	251
Итого за полдник		200	250	8,5	3,37	39,3	11,2	4,69	52,6	219,6	280,9	
Итого за второй день		1220	1493	36,21	30,85	167,8	49,27	41,46	213,4	1084,52	1351,68	



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий БМАДОУ "Детский сад № 36"

Е.В.Минеева

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
		от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	от 1 года до 3 лет			от 3 лет до 7 лет			от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	
				Б	Ж	У	Б	Ж	У			
ДЕНЬ ТРЕТИЙ												
завтрак	каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	200	4,9	4,5	23,4	6,5	6	31,2	154,5	206	11/4
	чай с молоком	160	180	1,15	0,8	6,7	1,3	1	7,6	40,2	45,3	54-4гн-2020
	батон с маслом	25/5	30/5	1,9	3,84	12,1	2,3	3,9	14,5	94,5	106,8	1/13
Итого за завтрак		340	415	7,95	9,14	42,2	10,1	10,9	53,3	289,2	358,1	
второй завтрак (10-00)	фрукт (сок)	150	150	0,6	0,6	17,4	0,6	0,6	17,4	73,02	73,02	
Итого за завтрак		150	150	0,6	0,6	17,4	0,6	0,6	17,4	73,02	73,02	
обед	кабачковая икра	30	50	0,5	1,9	2,2	0,8	3,1	3,7	27,2	45,4	
	борщ с морской капустой с мясом говядины со сметаной	150	180	4,9	6,3	5	5,8	6,1	6	96,8	116,1	4/2
	печень по-строгановски	50	70	6,2	6,6	1,2	8,8	9,2	1,7	90	126	9/8
	картофельное пюре	110	130	2,3	3,1	15,1	3,1	4,2	20,6	99	135	3/3
	компот из сухофруктов	150	180	0	0	14,25	0	0	17,1	60	72	
	хлеб пшеничный	20	30	1,50	0,20	9,60	2,20	0,30	14,40	49,20	73,80	
	хлеб ржаной	30	38	2	0,3	14	2,5	0,4	17,7	67,8	85,9	
Итого за обед		540	678	17,4	18,4	61,35	23,2	23,3	81,2	490	654,2	
полдник	омлет запеченный	130	150	12,6	17	2,3	14,5	19,6	2,6	131	153	42/3
	какао с молоком	150	180	3,3	2,9	19,4	3,5	3,1	20,6	88,1	121,5	14/10
Итого за полдник		280	330	15,9	19,9	21,7	18	22,7	23,2	219,1	274,5	
Итого за третий день		1310	1573	41,85	48,04	142,65	51,9	57,5	175,1	1071,32	1359,82	



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий БМАДОУ "Детский сад № 36"

Е.В.Минеева

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая		№ рецептуры
		от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	от 1 года до 3 лет			от 3 лет до 7 лет			от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	
				Б	Ж	У	Б	Ж	У			
ДЕНЬ ПЯТЫЙ												
завтрак	каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	190	5,4	4,95	22	6,8	6,2	27,8	154,5	195,7	2/4
	какао с молоком	150	180	3,3	2,9	19,4	3,5	3,1	20,6	88,1	121,5	14/10
	батон с маслом	25/5	30/5	1,9	3,84	12,1	2,3	3,9	14,5	90,5	106,8	1/13
Итого за завтрак		340	415	10,6	11,69	53,5	12,6	13,2	62,9	333,1	424	
второй завтрак (10-00)	фрукт (сок)	150	150	0,6	0,6	17,4	0,6	0,6	17,4	73,02	73,02	
Итого за завтрак		150	150	0,6	0,6	17,4	0,6	0,6	17,4	73,02	73,02	
обед	салат из отварного картофеля с зеленым горошком, яйцом и растительным маслом	30	50	0,9	3,3	3	1,5	5,6	5	46	76,6	32/1
	щи из свежей капусты, с мясом и со сметаной	150	180	2,21	3,6	5,15	2,6	4,3	6,2	70,86	85	56
	голубцы ленивые	140	160	13,1	9,2	11,1	15	10,4	12,6	183,2	197	150
	с соусом сметанным с томатом	40	40	0,7	2	2,8	0,7	2	2,8	32	32	355
	кисель	150	180	0	0	13,5	0	0	16,2	46,5	54	4/10
	хлеб пшеничный	20	30	1,50	0,20	9,60	2,20	0,30	14,40	49,20	73,80	
	хлеб ржаной	30	38	2	0,3	14	2,5	0,4	17,7	67,8	85,9	
Итого за обед		560	678	20,41	18,6	59,15	24,5	23	74,9	495,56	604,3	
полдник	творожная запеканка	110	120	18,6	10,5	14,5	20,3	11,5	15,8	209	220,8	9/5
	сгущенное молоко	20	30	0,5	0,9	2,9	0,7	1,4	4,4	22	33	2/11
	чай с молоком	160	180	1,15	0,8	6,7	1,3	1	7,6	40,2	45,3	54-4гн-2020
Итого за полдник		290	330	20,25	12,2	24,1	22,3	13,9	27,8	271,2	299,1	
Итого за пятый день		1340	1573	51,86	43,09	154,15	60	50,7	183	1172,88	1400,42	

Е.В.Минеева

Итого за шестой день



Заведующий БМА ДОУ "Детский сад № 36"

Е.В.Минеева

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая		№ рецептуры
		от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	от 1 года до 3 лет			от 3 лет до 7 лет			от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	
				Б	Ж	У	Б	Ж	У			
ДЕНЬ СЕДЬМОЙ												
завтрак	каша рисовая молочная со сливочным маслом	150	180	4,5	4,35	31,8	5,4	5,2	38,1	186	223,2	7/4
	кофейный напиток с молоком	150	180	2,4	2,3	10,6	2,7	2,6	12	58,1	80,1	13/10
	батон с маслом	25/5/10	30/5/10	4,5	6,1	12,5	4,9	6,2	14,9	126	141,3	4/13
	Итого за завтрак	340	405	11,4	12,75	54,9	13	14	65	370,1	444,6	
второй завтрак (10-00)	фрукт (сок)	150	150	0,6	0,6	17,4	0,6	0,6	17,4	73,02	73,02	
Итого за завтрак	150	150	0,6	0,6	17,4	0,6	0,6	17,4	73,02	73,02		
обед	кабачковая икра	30	50	0,5	1,9	2,2	0,8	3,1	3,7	27,2	45,4	23/1
	бульон куриный с отварным яйцом	150	180	7,4	6,9	0,5	8,4	7,8	0,6	62,6	75,1	1/2+1/6
	с гренками	20	20	1,7	0,16	10,8	1,7	0,16	10,8	52,6	52,6	34/2
	макаронные изделия отварные	110	130	3,8	2,7	23,7	4,6	3,3	28	137,8	162,9	43/3
	гуляш из отварной говядины	50	70	7,5	7,7	1,2	10,5	10,8	1,7	104,3	146,1	54-1м-2020
	компот из замороженных фруктов	150	180	0,12	0,12	11,9	0,14	0,14	14,3	45	54	6/10
	хлеб пшеничный	0	10	0,00	0,00	0,00	0,70	0,20	4,80	0,00	24,60	
	хлеб ржаной	30	38	2	0,3	14	2,5	0,4	17,7	67,8	85,9	
Итого за обед	540	678	23,1	19,8	64,3	29,4	25,9	81,6	497,3	646,6		
полдник	"гребешок" из дрожжевого теста	50	70	4,1	3,4	4,2	4,12	3,49	42,38	125	137	17-2/12
	кефир 2,5% жирности	150	180	4,1	0,07	12,3	5	0,09	14,8	68,3	82	251
Итого за полдник	200	250	8,2	3,47	16,5	9,12	3,58	57,18	193,3	219		
Итого за седьмой день		1230	1483	43,255	36,62	153,1	52,082	44,124	221,14	1133,67	1383,18	

Заведующий БМАДОУ "Детский сад № 36"

Заведующий БМАДО

Энергетик

от 1 года

до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая		№ рецептуры
		от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	от 1 года до 3 лет			от 3 лет до 7 лет			от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	
				Б	Ж	У	Б	Ж	У			
ДЕНЬ ВОСЬМОЙ												
завтрак	каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная) молочная со сливочным маслом	150	180	4,5	4,5	20,55	5,4	5,4	24,6	141	169,2	19/4
	какао с молоком	150	180	3,3	2,9	19,4	3,5	3,1	20,6	88,1	121,5	14/10
	батон с маслом и сыром	25/5/10	30/5/10	4,5	6,1	12,5	4,9	6,2	14,9	122,8	140	4/13
Итого за завтрак		340	405	12,3	13,5	52,45	13,8	14,7	60,1316	351,9	430,7	
второй завтрак (10-00)	фрукт (сок)	150	150	0,75	0	15,15	0,75	0	15,15	70	70	399
Итого за завтрак		150	150	0,6	0,6	17,4	0,6	0,6	17,4	73,02	73,02	
обед	салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	30	50	0,41	2,19	1,28	0,7	3,31	2,12	25	41,32	7/1
	свекольник со сметаной	150	180	1,3	3,3	8,8	1,5	3,9	10,5	70	83,7	3
	каша рисовая рассыпчатая	110	130	2,7	2,5	27,2	3,2	2,9	32,1	144,5	170,7	45/3
	печень по-строгановски	50	70	6,2	6,6	1,2	8,8	9,2	1,7	90	126	9/8
	компот из кураги и изюма	150	180	0,2	0	13,8	0,3	0	16,6	53,2	64	1/10
	хлеб пшеничный	20	30	1,50	0,20	9,60	2,20	0,30	14,40	49,20	73,80	
	хлеб ржаной	30	38	2	0,3	14	2,5	0,4	17,7	67,8	85,9	
Итого за обед		540	678	14,31	15,09	75,88	19,2	20,01	95,12	499,7	645,42	
полдник	яйцо отварное	60	60	7,8	7,2	0,42	7,8	7,2	0,42	95,4	95,4	316
	пряники (печенье, вафля)	50	70	5,5	6	19	7,7	8,4	26,6	148,5	202,8	
	чай с лимоном	150	180	0,07	0	6,9	2,7	2,6	12	18,2	24,56	13/10
Итого за полдник		260	310	13,37	13,2	26,32	18,2	18,2	39,02	262,1	322,76	
Итого за восьмой день		1290	1543	40,58	42,39	172,05	51,8	53,51	211,672	1186,72	1471,9	



Е.В.Минеева

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая		№ рецептуры
		от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	от 1 года до 3 лет			от 3 лет до 7 лет			от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	
				Б	Ж	У	Б	Ж	У			
ДЕНЬ ДЕВЯТЫЙ												
завтрак	каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	200	4,9	4,5	23,4	6,5	6	31,2	154,5	206	11/4
	чай с молоком	160	180	1,15	0,8	6,7	1,3	1	7,6	40,2	45,3	54-4гн-2020
	батон с маслом	25/5	30/5	1,9	3,84	12,1	2,3	3,9	14,5	94,5	106,8	1/13
Итого за завтрак		350	425	7,95	9,14	42,2	10,1	10,9	53,3	289,2	358,1	
второй завтрак (10-00)	фрукт (сок)	150	150	0,6	0,6	17,4	0,6	0,6	17,4	73,02	73,02	
Итого за завтрак		150	150	0,6	0,6	17,4	0,6	0,6	17,4	73,02	73,02	
обед	салат из моркови с яблоками и растительным маслом	30	50	0,31	2	2,98	0,6	4	5,96	31	52	11/1
	суп картофельный с макаронными изделиями с курой	150	180	1,3	0,8	8,5	1,5	1	10,2	87,25	106,7	18/2
	капуста, тушеная с мясом (бигус)	150	160	9	7,5	7,36	10	8,2	10,8	255	280	200
	компот из сухофруктов	150	180	0,4	0	13,7	0,45	0	16,5	54	64,8	6/10
	хлеб пшеничный	20	30	1,50	0,20	9,60	2,20	0,30	14,40	49,20	73,80	
	хлеб ржаной	20	38	2	0,3	14	2,5	0,4	17,7	67,8	85,9	
Итого за обед		520	638	14,51	10,8	56,14	17,25	13,9	75,56	544,25	663,2	
полдник	омлет запеченный	130	150	12,6	17	2,3	14,5	19,6	2,6	131	153	42/3
	кофейный напиток с молоком	150	180	2,4	2,3	10,6	2,7	2,6	12	58,1	80,1	13/10
Итого за полдник		280	330	15	19,3	12,9	17,2	22,2	14,6	189,1	233,1	
Итого за девятый день		1300	1543	38,06	39,84	128,64	45,15	47,6	160,86	1095,57	1327,42	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 206207823956372999289752484386853790447614924940

Владелец Минеева Елена Владимировна

Действителен с 24.04.2025 по 24.04.2026