



Меню-раскладка

ТРЕБ. дети ДЕНЬ 1 , 1.ДОУ 53 АУ, Дети (безмол. меню), Возрастная категория: от 3 лет до 7 лет

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Каша геркулесовая безмолочная с раст.маслом 200г	169,91000	0,00372	0,00636	0,02516	0,2
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Батон 35 гр	82,25000	0,00270	0,00105	0,01866	0,035
Кофейный напиток	56,87000	0,00017	0,00000	0,01259	0,2
Итого:	346,43000	0,00661	0,01153	0,05644	0,44
Завтрак второй					
Яблоко 200 гр	79,20000	0,00070	0,00070	0,02077	0,2
Итого:	79,20000	0,00070	0,00070	0,02077	0,2
Обед					
Салат из отвар. картофеля, моркови, свеклы с реп.луком, сол.огурцом раст.мас 50гр.	69,91667	0,00072	0,00448	0,00549	0,05
Суп-пюре картофельный вегетарианский	120,14000	0,00259	0,00426	0,01597	0,2
Котлета мясная 70 гр	220,68667	0,01374	0,01165	0,00245	0,07
Капуста тушеная 130 гр	106,51833	0,00282	0,00408	0,01156	0,13
Компот из кураги 180 г	75,25167	0,00053	0,00000	0,01847	0,18
Хлеб пшеничный 25 гр	67,37500	0,00190	0,00023	0,01253	0,025
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	659,88833	0,02230	0,02470	0,06646	0,66
Полдник					
Запеканка овощная 180г	216,47000	0,00530	0,00629	0,03276	0,18
Чай с сахаром	37,90000	0,00000	0,00000	0,00908	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	72,40000	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Вафли 20 гр	70,00000	0,00064	0,00056	0,01618	0,02
Итого:	396,77000	0,00858	0,00733	0,07475	0,44
Всего:	1381,14950	37,80667	43,88500	207,08333	1,74



Меню-раскладка

ТРЕБ. дети ДЕНЬ 2, 1.ДОУ 53 АУ, Дети (безмол. меню), Возрастная категория: от 3 лет до 7 лет


Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Каша пшеничная безмолочная с маслом растит 200г	232,52833	0,00432	0,00556	0,02784	0,2
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Батон 35 гр	82,25000	0,00270	0,00105	0,01866	0,035
Кофейный напиток	56,87000	0,00017	0,00000	0,01259	0,2
Итого:	409,04833	0,00722	0,01073	0,05913	0,44
Завтрак второй					
Сок фруктовый 200 гр	107,33333	0,00100	0,00020	0,02020	0,2
Итого:	107,33333	0,00100	0,00020	0,02020	0,2
Обед					
Салат из моркови с растительным маслом 60г.	11,45000	0,00015	0,00054	0,00131	0,06
Щи из свежей капусты (вегетарианские) 180гр	55,79167	0,00130	0,00169	0,00715	0,18
Рыба отварная 70 гр	209,23000	0,02408	0,00752	0,00000	0,07
Рис припущенный с овощами	163,48167	0,00295	0,00574	0,02339	0,13
Компот из сухофруктов и шиповника 180 гр.	71,64000	0,00036	0,00000	0,01742	0,18
Хлеб пшеничный 25 гр	67,37500	0,00190	0,00023	0,01253	0,025
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	578,96833	0,03075	0,01571	0,06179	0,65
Полдник					
Макаронные изделия отварные 150г	244,14833	0,00533	0,00469	0,03824	0,15
Чай с сахаром	37,90000	0,00000	0,00000	0,00908	0,2
Хлеб ржаной 38 гр	80,24333	0,00251	0,00046	0,01588	0,038
Манник (68 гр)	313,52667	0,00776	0,00953	0,04385	0,068
Итого:	675,81833	0,01559	0,01468	0,10705	0,456
Всего:	1573,36117	53,95500	41,19500	236,05167	1,746


 Утверждаю
 Заведующий МАДОУ
 детский сад № 53
 Гусева / Н.И.
 Приложение № 8
 к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети ДЕНЬ 3, 1.ДОУ 53 АУ, Дети (безмол. меню), Возрастная категория: от 3 лет до 7 лет

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Каша ячневая безмолочная с маслом растит 200г	225,90000	0,00376	0,00398	0,02973	0,2
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Батон 35 гр	82,25000	0,00270	0,00105	0,01866	0,035
Кофейный напиток	56,87000	0,00017	0,00000	0,01259	0,2
Итого:	402,42000	0,00665	0,00915	0,06102	0,44
Завтрак второй					
Апельсин	79,20000	0,00070	0,00070	0,02077	0,2
Итого:	79,20000	0,00070	0,00070	0,02077	0,2
Обед					
Салат из свежих огурцов с растительным маслом 50 гр.	64,72750	0,00037	0,00504	0,00177	0,05
Рассольник "Ленинградский"	84,94000	0,00182	0,00211	0,01387	0,2
Жаркое по - домашнему 200г	298,38250	0,02008	0,01977	0,02281	0,2
Компот из изюма 180г	68,11250	0,00015	0,00000	0,01654	0,18
Хлеб ржаной 18 гр	45,25000	0,00165	0,00030	0,01045	0,018
Хлеб пшеничный 25 гр	72,18750	0,00190	0,00023	0,01253	0,025
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	633,60000	0,02598	0,02745	0,07797	0,678
Полдник					
Картофель, запеченный с яйцом 200 г	503,18000	0,01323	0,01423	0,07296	0,2
Чай с сахаром	37,90000	0,00000	0,00000	0,00908	0,2
Печенье 30 гр	137,40000	0,00312	0,00156	0,02304	0,03
Хлеб ржаной 20 гр.	36,20000	0,00132	0,00024	0,00836	0,02
Итого:	714,68000	0,01767	0,01603	0,11345	0,45
Всего:	1833,18925	51,02000	53,02500	269,94750	1,768


 Утверждаю
 Заведующий МАДОУ
 детский сад № 53
 Гусева / Н.И.
 Гусева
 Приложение № 8
 к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети ДЕНЬ 4, 1.ДОУ 53 АУ, Дети (безмол. меню), Возрастная категория: от 3 лет до 7 лет

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Омлет безмолочный запеченный или паровой 150г	236,27200	0,01152	0,01353	0,00069	0,15
Батон 35 гр	82,25000	0,00270	0,00105	0,01866	0,035
Кофейный напиток	56,87000	0,00017	0,00000	0,01259	0,2
Итого:	412,79200	0,01441	0,01871	0,03197	0,39
Завтрак второй					
Сок фруктовый 200 гр	107,33333	0,00100	0,00020	0,02020	0,2
Итого:	107,33333	0,00100	0,00020	0,02020	0,2
Обед					
Салат из моркови с растительным маслом	38,77000	0,00065	0,00205	0,00565	0,05
Суп картофельный с зеленым горошком 180г	56,02400	0,00136	0,00174	0,00794	0,18
Гуляш из мяса кури 70 г.	191,43800	0,01229	0,01260	0,00245	0,07
Макаронные изделия отварные 130 гр	172,89000	0,00434	0,00279	0,03015	0,13
Компот из сухофруктов и шиповника 180 гр.	72,47400	0,00036	0,00000	0,01742	0,18
Хлеб ржаной 18 гр	45,25000	0,00165	0,00030	0,01045	0,018
Хлеб пшеничный 25 гр	69,30000	0,00190	0,00023	0,01253	0,025
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	646,14600	0,02255	0,01971	0,08659	0,658
Полдник					
Запеканка картофельная с овощами	182,79200	0,00422	0,00597	0,02561	0,15
Чай с сахаром	37,90000	0,00000	0,00000	0,00908	0,2
Хлеб ржаной 20 гр.	36,20000	0,00132	0,00024	0,00836	0,02
Сдоба обыкновенная 80 гр	277,42600	0,00707	0,00508	0,04503	0,08
Итого:	534,31800	0,01261	0,01129	0,08808	0,45
Всего:	1595,81800	50,53800	49,91200	221,12800	1,698




Утверждаю
Заведующий МАДОУ
детский сад № 53
Гусева / Н.И.
Приложение № 8
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети ДЕНЬ 5 , 1.ДОУ 53 АУ, Дети (безмол. меню), Возрастная категория: от 3 лет до 7 лет

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Каша безмолочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом раст. 200 гр	138,80000	0,00218	0,00505	0,02005	0,2
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Батон 35 гр	82,25000	0,00270	0,00105	0,01866	0,035
Кофейный напиток	56,87000	0,00017	0,00000	0,01259	0,2
Итого:	315,32000	0,00507	0,01022	0,05134	0,44
Завтрак второй					
Банан	79,20000	0,00070	0,00070	0,02077	0,2
Итого:	79,20000	0,00070	0,00070	0,02077	0,2
Обед					
Борщ (безмолочное меню) 200г	90,31500	0,00181	0,00370	0,01227	0,2
Салат из морской капусты с яйцом и растительным маслом 50 гр.	79,81667	0,00105	0,00776	0,00145	0,05
Сосиски отварные 75 гр	199,50000	0,00776	0,01577	0,00109	0,075
Картофельное пюре (без молока) 130г	151,66833	0,00248	0,00288	0,02174	0,13
Компот из сухофруктов 180 г	72,81000	0,00088	0,00005	0,01604	0,18
Хлеб ржаной 18 гр	45,25000	0,00165	0,00030	0,01045	0,018
Хлеб пшеничный 25 гр	67,37500	0,00190	0,00023	0,01253	0,025
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	706,73500	0,01753	0,03069	0,07556	0,683
Полдник					
Запеканка морковная 200г	385,04500	0,00507	0,00783	0,04272	0,2
Чай с сахаром	37,90000	0,00000	0,00000	0,00908	0,2
Пряник 30 гр	105,00000	0,00144	0,00084	0,02331	0,03
Хлеб ржаной 20 гр.	36,20000	0,00132	0,00024	0,00836	0,02
Итого:	564,14500	0,00783	0,00891	0,08347	0,45
Всего:	1474,58800	31,15000	50,22167	227,88667	1,773


 Утверждаю
 Заведующий МАДОУ
 детский сад № 53
 Гусева / Н.И.
 Приложение № 8
 к СанПин 2.3/2.4.3590-20

ТРЕБ. дети ДЕНЬ 6 1.ДОУ 53 АУ, Дети (безмол. меню), Возрастная категория: от 3 лет до 7 лет

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Каша рисовая рассыпчатая 180г	246,38714	0,00451	0,00494	0,03655	0,18
Батон 35 гр	82,25000	0,00270	0,00105	0,01866	0,035
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Кофейный напиток	56,87000	0,00017	0,00000	0,01259	0,2
Итого:	422,90714	0,00740	0,01012	0,06784	0,42
Завтрак второй					
Сок фруктовый 200 гр	107,33333	0,00100	0,00020	0,02020	0,2
Итого:	107,33333	0,00100	0,00020	0,02020	0,2
Обед					
Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом	35,71429	0,00085	0,00205	0,00457	0,05
Рассольник "Ленинградский"	85,18714	0,00182	0,00211	0,01387	0,2
Гуляш из мяса говядины 70 гр.	193,94571	0,01030	0,01047	0,00325	0,07
Каша гречневая рассыпчатая	187,17286	0,00529	0,00482	0,03259	0,15
Компот из яблок 180г.	75,51000	0,00035	0,00032	0,01806	0,18
Хлеб пшеничный 25 гр	66,00000	0,00190	0,00023	0,01253	0,025
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	643,53000	0,02050	0,01999	0,08487	0,68
Полдник					
Запеканка капустная с говядиной 200г	370,91714	0,01880	0,01879	0,01402	0,2
Чай с сахаром	37,90000	0,00000	0,00000	0,00908	0,2
Хлеб ржаной 38 гр	78,60571	0,00251	0,00046	0,01588	0,038
Вафли 20 гр	70,00000	0,00064	0,00056	0,01618	0,02
Итого:	557,42286	0,02195	0,01981	0,05517	0,458
Всего:	1571,27771	50,57571	50,31714	225,39429	1,758

Утверждаю
 Заведующий МАДОУ
 детский сад № 53
 Гусева *Гусева* / Н.И.
 Приложение № 8
 к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети ДЕНЬ 7, 1.ДОУ 53 АУ, Дети (безмол. меню), Возрастная категория: от 3 лет до 7 лет

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Каша пшеничная безмолочная с маслом растит 200 гр	217,50857	0,00432	0,00468	0,02886	0,2
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Батон 35 гр	82,25000	0,00270	0,00105	0,01866	0,035
Кофейный напиток	56,87000	0,00017	0,00000	0,01259	0,2
Итого:	394,02857	0,00722	0,00985	0,06014	0,44
Завтрак второй					
Яблоко	79,20000	0,00070	0,00070	0,02077	0,2
Итого:	79,20000	0,00070	0,00070	0,02077	0,2
Обед					
Салат из моркови и яблок с растительным маслом	50,51143	0,00046	0,00210	0,00697	0,05
Суп гороховый 180г	122,49000	0,00366	0,00316	0,01540	0,18
Суфле из печени 70 гр	161,06571	0,01571	0,00561	0,00210	0,07
Картофельное пюре (без молока) 130г	148,94000	0,00248	0,00288	0,02174	0,13
Компот из сухофруктов 180 г	72,81000	0,00088	0,00005	0,01604	0,18
Хлеб ржаной 38 гр	78,60571	0,00251	0,00046	0,01588	0,038
Хлеб пшеничный 25 гр	66,00000	0,00190	0,00023	0,01253	0,025
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Итого:	700,42286	0,02761	0,01448	0,09065	0,678
Полдник					
Каша геркулесовая безмолочная с раст.маслом 200г	169,91000	0,00372	0,00636	0,02516	0,2
Чай с сахаром	37,90000	0,00000	0,00000	0,00908	0,2
Шанежка с картофелем 70 гр	245,96571	0,00550	0,00641	0,02981	0,07
Итого:	453,77571	0,00923	0,01277	0,06405	0,47
Всего:	1482,13400	44,76857	37,50857	232,36571	1,788




Утверждаю
Заведующий МАДОУ
детский сад № 53
/ Н.И.
Гусева

Приложение № 8
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети ДЕНЬ 8 , 1.ДОУ 53 АУ, Дети (безмол. меню), Возрастная категория: от 3 лет до 7 лет

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Каша гречневая безмолочная с маслом растительным 200г	178,11000	0,00406	0,00552	0,02871	0,2
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Батон 35 гр	82,25000	0,00270	0,00105	0,01866	0,035
Кофейный напиток	56,87000	0,00017	0,00000	0,01259	0,2
Итого:	354,63000	0,00695	0,01070	0,06000	0,44
Завтрак второй					
Сок фруктовый 200 гр	107,33333	0,00100	0,00020	0,02020	0,2
Итого:	107,33333	0,00100	0,00020	0,02020	0,2
Обед					
Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растител. маслом 50гр.	65,52625	0,00085	0,00308	0,00708	0,05
Суп овощной на вегетарианском бульоне	56,83000	0,00123	0,00191	0,00830	0,2
Котлета мясная 70 гр	212,57875	0,01374	0,01165	0,00245	0,07
Макаронные изделия отварные 130 гр	173,43250	0,00434	0,00279	0,03015	0,13
Компот из яблок и изюма 180 гр	64,58625	0,00009	0,00001	0,01560	0,18
Хлеб ржаной 18 гр	45,25000	0,00165	0,00030	0,01045	0,018
Хлеб пшеничный 25 гр	64,96875	0,00190	0,00023	0,01253	0,025
Итого:	683,17250	0,02379	0,01997	0,08656	0,673
Полдник					
Рагу из овощей 200г	140,23750	0,00341	0,00419	0,02550	0,2
Чай с сахаром	37,90000	0,00000	0,00000	0,00908	0,2
Пряник 30 гр	105,00000	0,00144	0,00084	0,02331	0,03
Хлеб ржаной 20 гр.	36,20000	0,00132	0,00024	0,00836	0,02
Итого:	319,33750	0,00617	0,00527	0,06625	0,45
Всего:	1432,29275	38,51875	36,09250	238,32875	1,763


 Утверждаю
 Заведующий МАДОУ
 детский сад № 53
 Гусева / Н.И.
 Приложение № 8
 к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети ДЕНЬ 9 , 1.ДОУ 53 АУ, Дети (безмол. меню), Возрастная категория: от 3 лет до 7 лет

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Каша пшеничная безмолочная с маслом растит 200 гр	222,04000	0,00432	0,00468	0,02886	0,2
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Батон 35 гр	82,25000	0,00270	0,00105	0,01866	0,035
Чай с сахаром	37,90000	0,00000	0,00000	0,00908	0,2
Итого:	379,59000	0,00704	0,00985	0,05664	0,44
Завтрак второй					
Яблоко	79,20000	0,00070	0,00070	0,02077	0,2
Итого:	79,20000	0,00070	0,00070	0,02077	0,2
Обед					
Салат из отварной свеклы с растительным маслом 50гр.	58,10833	0,00069	0,00371	0,00528	0,05
Суп картофельный с макаронными изделиями 0,18	59,33000	0,00141	0,00097	0,01066	0,18
Плов из отварной кури 200г	440,01667	0,02087	0,02416	0,02654	0,2
Компот из яблок и кураги 180 гр	74,36333	0,00023	0,00001	0,01535	0,18
Хлеб ржаной 18 гр	45,25000	0,00165	0,00030	0,01045	0,018
Хлеб пшеничный 25 гр	67,37500	0,00190	0,00023	0,01253	0,025
Итого:	744,44333	0,02675	0,02937	0,08080	0,653
Полдник					
Каша пшеничная безмолочная с маслом растительным 150г	150,23167	0,00324	0,00417	0,02088	0,15
Чай с сахаром	37,90000	0,00000	0,00000	0,00908	0,2
Плюшка с маком.	281,95000	0,00622	0,00695	0,04276	0,08
Хлеб ржаной 20 гр.	36,20000	0,00132	0,00024	0,00836	0,02
Итого:	506,28167	0,01079	0,01136	0,08108	0,45
Всего:	1650,95850	45,29833	50,98500	236,03667	1,743

Утверждаю
 Заведующий МАДОУ
 детский сад № 53

 Н.И. Гусева
 Приложение № 8
 к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Меню-раскладка

ТРЕБ. дети ДЕНЬ 10 , 1.ДОУ 53 АУ, Дети (безмол. меню), Возрастная категория: от 3 лет до 7 лет

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
Завтрак					
Каша безмолочная ассорти (рис, пшено) с маслом растительным 200 гр	138,80000	0,00217	0,00505	0,02005	0,2
Масло сливочное 5гр	37,40000	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Батон 35 гр	82,25000	0,00270	0,00105	0,01866	0,035
Кофейный напиток	56,87000	0,00017	0,00000	0,01259	0,2
Итого:	315,32000	0,00507	0,01022	0,05134	0,44
Завтрак второй					
Сок фруктовый 200 гр	107,33333	0,00100	0,00020	0,02020	0,2
Итого:	107,33333	0,00100	0,00020	0,02020	0,2
Обед					
Салат из свежих помидор с растительным маслом 50 гр.	63,59429	0,00050	0,00509	0,00229	0,05
Свекольник вегетарианский	90,94143	0,00163	0,00327	0,01360	0,2
Суфле рыбное 70 гр	159,67571	0,01441	0,00606	0,00190	0,07
Картофельное пюре (без молока) 130г	148,94000	0,00248	0,00288	0,02174	0,13
Компот из сухофруктов 180 г	72,81000	0,00088	0,00005	0,01604	0,18
Хлеб ржаной 18 гр	45,25000	0,00165	0,00030	0,01045	0,018
Хлеб пшеничный 25 гр	66,00000	0,00190	0,00023	0,01253	0,025
Итого:	647,21143	0,02346	0,01787	0,07854	0,673
Полдник					
Морковь тушеная 60г	53,67429	0,00097	0,00225	0,00763	0,06
Омлет безмолочный запеченный или паровой 150г	224,30857	0,01166	0,01365	0,00069	0,15
Чай с сахаром	37,90000	0,00000	0,00000	0,00908	0,2
Хлеб ржаной 20 гр.	36,20000	0,00132	0,00024	0,00836	0,02
Печенье 20 гр	91,60000	0,00208	0,00104	0,01536	0,02
Итого:	443,68286	0,01602	0,01718	0,04113	0,45
Всего:	1384,13529	45,27286	45,67286	188,52571	1,763

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 305635189186826168010400438383193104950455390186

Владелец Гусева Наталья Ивановна

Действителен с 04.04.2024 по 04.04.2025