

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 27 с. Кленовское
(МКДОУ детский сад № 27)



Утверждаю

Заведующая МКДОУ детским садом № 27

/ Феденёва В.М./

2021 год

**Ежедневное меню основного питания
на период с 01.03.2021 г. по 31.05.2021 г.**

*Муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения
детского сада № 27 с. Кленовское*

Возрастная категория детей: 3-7 лет

Длительность пребывания в детском саду: 9 часов

День 1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Каша ячневая молочная вязкая	200	204
	Чай с сахаром	180	51,5
	Хлеб с маслом	40/5	139,5
Итого за завтрак		425	395
Второй завтрак	Сок фруктовый	130	64,5
Итого за второй завтрак		130	64,5
обед	Салат из отварной свеклы с соленным огурцом с раст. маслом	60	61,0
	Суп картофельный с клецками и говядиной со сметаной	180	118,8
	Котлеты рубленые из говядины	70	199,6
	Овощи тушеные	150	92,9
	Напиток витаминизированный	200	35
	Хлеб ржаной	37,5	97,1
Итого за обед		697,5	604,4
полдник	Булочка домашняя молочная	60	249,9
	Молоко кипяченое	180	101,3
Итого за полдник		240	351,2
Итого за день:		1492,5	1415,1

День 2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Каша манная молочная жидкая	200	202,9
	Чай с сахаром	180	51,5
	Хлеб с маслом	40/5	139,5
Итого за завтрак		425	393,9
Второй завтрак	Биоюгурт	100	60
Итого за второй завтрак		100	60
обед	Горошек зеленый, яйцо вареное	50/20	82,4
	Суп картофельный с рыбой	200	119,2
	Фрикадельки из говядины	70	121,8
	Рагу из овощей	150	97
	Компот из смеси сухофруктов	180	55,8
	Хлеб ржаной	37,5	97,1
Итого за обед		707,5	573,3
полдник	Винегрет	60	76,17
	Кисель с витаминами «Витошка»	200	95
	Фрукты свежие	100	52
Итого за полдник		360	223,17
Итого за день:		1592,5	1250,37

День 3

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	200	236,28
	Чай с сахаром	180	51,5
	Хлеб с маслом	40/5	139,5
Итого за завтрак		425	427,28
Второй завтрак	Сок фруктовый	130	62,4
Итого за второй завтрак		130	62,4
обед	Салат из отварной свеклы с яблоком	60	74
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	220	118,8
	Запеканка картофельная с печенью	160	237
	Кисель с витаминами «Витошка»	200	95
	Хлеб ржаной	37,5	97,1
Итого за обед		677,7	621,9
полдник	Омлет	100	189,28
	Какао с молоком.	180	138,9
Итого за полдник		280	328,18
Итого за день:		1512,7	1439,76

День 4

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Суп молочный с лапшой	220	143,16
	Какао с молоком	180	138,9
	Хлеб с сыром	40/10	142,8
Итого за завтрак		450	424,86
Второй завтрак	Биойогурт	100	60
Итого за второй завтрак		100	60
обед	Салат овощной	60	76
	Суп-пюре из разных овощей с гренками	200	106,64
	Плов с курицей	210	311,65
	Компот из свежих фруктов	180	100
	Хлеб ржаной	37,5	97,1
Итого за обед		687,5	691,39
полдник	Ватрушка со сметаной	65	223
	Кисель с витаминами «Витошка»	200	95
Итого за полдник		265	318
Итого за день:		1502,5	1494,25

День 5

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Каша овсяная «Геркулес» жидкая	200	210,3
	Кофейный напиток	180	123,3
	Хлеб с маслом	40/5	139,5
Итого за завтрак		425	473,1
Второй завтрак	Сок фруктовый	130	62,4
Итого за второй завтрак		130	62,4
обед	Салат картофельный с солен. огурцом	40	34,64
	Суп из овощей с курой и сметаной	200	103,6
	Гуляш из отварного мяса	95	258,24
	Вермишель с маслом	130	145,99
	Кисель с витаминами «Витошка»	200	95
	Хлеб ржаной	37,5	97,1
Итого за обед		702,5	734,57
полдник	Запеканка творожная с джемом	110	357,8
	Чай с сахаром	180	51,5
Итого за полдник		290	409,3
Итого за день:		1547,5	1679,37

День 6

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Каша пшенная молочная жидкая	200	240
	Чай с сахаром	180	51,5
	Хлеб с сыром	40/10	142,8
Итого за завтрак		430	434,3
Второй завтрак	Сок фруктовый	130	62,4
Итого за второй завтрак		130	62,4
обед	Винегрет	60	76,17
	Суп картофельный с макаронными изделиями и говядиной.	180	185,1
	Хлебцы рыбные	80	226
	Картофельное пюре	150	143,9
	Напиток витаминизированный	200	35
	Хлеб ржаной	37,5	97,1
Итого за обед		707,5	763,27
полдник	Пирожок с повидлом	70	214
	Молоко	180	101,3
Итого за полдник		250	315,3
Итого за день:		1517,5	1575,27

День 7

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая 20бценность
завтрак	Каша гречневая молочная	200	222,38
	Кофейный напиток	180	123,3
	Хлеб с маслом	40/5	139,5
Итого за завтрак		425	539,18
Второй завтрак	Биоюгурт	100	60
Итого за второй завтрак		100	60
обед	Салат из припущенной моркови с яблоком	60	41,3
	Свекольник со сметаной	200	104,12
	Макаронник с печенью	160	312
	Кисель с витаминами «Витошка»	200	95
	Хлеб ржаной	37,5	97,1
Итого за обед		657,5	649,52
полдник	Кондитерские изделия	40	166,8
	Чай с сахаром	180	51,5
	Фрукты свежие	100	52
Итого за полдник		320	270,3
Итого за день:		1502,5	1519

День 8

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Омлет, горошек зеленый отварной	150	208,68
	Кофейный напиток	180	123,3
	Хлеб с маслом	40/5	139,5
Итого за завтрак		375	471,48
Второй завтрак	Сок фруктовый	130	62,4
Итого за второй завтрак		130	62,4
обед	Салат из отварной свеклы с сыром	40	53,12
	Щи из свежей капусты со сметаной	200	56
	Тефтели из говядины	70	150,5
	Картофель отварной	130	75,92
	Компот из смеси сухофруктов	180	55,8
	Хлеб ржаной	37,5	97,1
Итого за обед		657,5	488,44
полдник	Сдоба обыкновенная	60	188
	Кисель с витаминами «Витошка»	200	95
	Фрукты свежие	100	52
Итого за полдник		360	335
Итого за день:		1522,5	1357,32

День 9

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Каша молочная из пшена и риса «Дружба»	200	215,28
	Какао с молоком	180	138,9
	Хлеб с сыром	40/10	142,8
Итого за завтрак		430	496,98
Второй завтрак	Биоюгурт	100	60
Итого за второй завтрак		100	60
обед	Салат из отварного картофеля с морковью и луком	60	67
	Суп картофельный с горохом с гренками	200	153,52
	Биточки (котлеты) куриные	80	223
	Капуста тушеная	130	97,5
	Кисель с витаминами «Витошка»	200	95
	Хлеб ржаной	37,5	97,1
Итого за обед		707,5	733,12
полдник	Сырники творожные запеченные со сгущ. молоком	150	498,3
	Молоко	180	101,3
Итого за полдник		330	599,6
Итого за день:		1567,5	1889,7

День 10

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Каша рисовая молочная	200	236,21
	Кофейный напиток	180	123,3
	Хлеб с сыром	40/10	142,8
Итого за завтрак		430	502,31
Второй завтрак	Сок фруктовый	130	62,4
Итого за второй завтрак		130	62,4
обед	Салат из соленых огурцов с луком	60	36,9
	Борщ с капустой, говядиной со сметаной	200	81,25
	Тефтели рыбные	80	147,8
	Картофельное пюре	150	143,9
	Компот из свежих фруктов	180	100
	Хлеб ржаной	37,5	97,1
Итого за обед		707,5	606,95
полдник	Суфле творожное	150	336
	Кисель с витаминами «Витошка»	200	95
Итого за полдник		350	431
Итого за день:		1620,2	1602,66

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 406075372527730394131178566018224477597821737442

Владелец Булатова Марина Сергеевна

Действителен с 21.05.2026 по 21.05.2027