Приложение Nº8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Муниципальное бубджетное другимодьное образовательное учреждение Собинского сац № 3 "Улыбка"

муниципального округа детск о з з медо

УТВЕРЖДАЮ

МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД (10-ти дневное) с 01.02.2025 года 2025-2026 гт

Главный специалист Е.Ю.

Дети 3-7 (ДОУ 2025-2026)

Категория: Сезон:

333 Макароны с сыром 685 Чай с сахаром 0001 Печенье Всего Завтрак Всего Завтрак Вблоки Всего Второй завтран О008 Яблоки Всего Второй завтрак Обед Суп картофельный с мясом 639 Компот из смеси Сухофрометов	2 Завтрак ром						5	Витамины (мг)	Ē.			Минеральные	Минеральные вещества (мг)			
Макароны с сы Чай с сахаром Печенье Всего Завтр Яблоки Всего Вторк Суп картофель Капуста тушен Компот из смеч	2 Завтрак		۵	×	>	KKA1	A (per.3	B1	٥	¥	3	Mg	4	-Fe	Н	S.
Макароны с сы Чай с сахаром Печенье Всего Завтр Яблоки Всего Вторы Суп картофель Капуста тушен Компот из смеч	Завтрак	3	4	2	9	7	KB)	0		Ç	ç	,				
Макароны с сы Чай с сахаром Печенье Всего Завту Яблоки Всего Вторк Суп картофель Капуста тушен Компот из смеч	ode par			•	,		•		11 01	13	17	14	13	15	18	19 20
Чай с сахаром Печенье Всего Завтр Яблоки Всего Втори Суп картофель Капуста тушен		120/6/14	8 44	12.25	20.00	3	8									-
чаи с сахаром Печенье Всего Завті Яблоки Всего Втори Суп картофель Капуста тушен:		+T/0/0CT		77,77	20,00	107	8	000	0,42	55,190	167,470	6,920	121,010	869'0		_
Всего Завтр Яблоки Всего Втори Суп картофель Капуста тушен: Компот из смеч		180	0,10	0,02	13,64	55			0,02	0,374	2.408	1.901	3 560	0 300		
Всего Завта Яблоки Всего Втори Суп картофель Капуста тушен: Компот из смеч		35	2,63	4,13	8,26	81					10 150	2000 2	21 500	בכביט		
Яблоки Всего Втори Суп картофель Капуста тушен: Компот из смеч		365	11,17	16,4	51,97	400	80	0,07	0.44	55.564	180.028	15 831	155 070	CC/10		+
	Второй завтрак											- Aller	DAD'DOT	1,032		+
Всего Второй з Суп картофельный Капуста тушеная с Компот из смеси с		82	0,34	0,34	8,33	38		0,03	140,25	236,300	13,600	7,650	9.350	1 870		
Суп картофельный Капуста тушеная с Компот из смеси с	автрак	82	0,34	0,34	8,33	38		0,03	140,25	236.300	13.600	7.650	0 350	0 0 0		+
Суп картофельный Капуста тушеная с Компот из смеси с	Обед								-			2001	DCC/C	1,0/0		1
Капуста тушеная с	С МЯСОМ	200/20	4,7	6,46	16,09	152	10	0,11	8,48	579,137	21.392	29 935	100 366	1 640		43
Компот из смеси с	МЯСОМ	160/60	16,84	34,31	15,07	436	310	0.14	32.42	569 122	88 731	47,000	200	1,010		
2	хофруктов	180	0,97		38,57	158		0.00	0.65	0.374	42 710	000,00	674,661	2,048	900'0	90,0
Хлеб ржаной		37.5	2,47	0,45	12.79	65		200	3	1000	12,75	20,120	45,448	1,615		
Хлеб пшеничный		1,5	1 28	0.24	2 20	90		200		27,073	571,51	579/1	29,250	1,463		_
Braro Ofen		CT	2000	770	CC'C	0				36,450	6,450	11,550	39,600	0,750	1	
T-DOO		6/7/2	23,00	41,40	88,07	840	320	0,38	41,55	1276,957	172,916	126,320	451,138	8,115	900'0	90'0
65/1 Салат рыбный	Полдник	115	10'6	22,20	11,02	280		0,12	6.53	409.643	40 583	33 880	177 003	1 366	~	
Яйца вареные		40	5,10	4,60	0,30	8	10	0.03		26,000	22,000	4 800	206,121	1,300		9
648/2 Кисель из концентр	Кисель из концентрата(плодово-ягодный)	180	0,41		25,76	104				0 247	0 170	1,000	008'0/	1,000		_
Хлеб пшеничный		20	1,70	0,32	7,40	39		0,05		48.600	8,600	15,400	52 800	1,000		-
Всего Полдник	Tar.	375	16,22	27,12	44,48	486	10	0,20	6,53	514,490	71.362	54.089	257 502	3 303		4
Всего в день			56,73	85,32	192,85	1764	410	89'0	188,77	2083,311	437,906	203.879	874.059	15 210	9000	900
Итого			56,73	85,32	192,85	1764	410		188,77	2083,311	437.906	203 879	874.050	45.240	2000	5
Содержание белков, жиров, угл	Содержание белков, жиров, углеводов в меню		12,86	43,53	43,73								cools so	OTTO	200	8

Категория: Дети 3-7 (ДОУ 2025-2026)

20 1-ая меделя/Вторник u_ 19 Se 18 0.030 14.195 0.500 1,445 2.540 1.463 0.750 0.150 1,000 0.326 0.073 1.870 0.420 2.250 8,898 1.920 14,195 1.870 1.507 15 P 427.900 1053.371 1053.371 204.614 411,508 Минеральные вещества (мг) 9.350 59,250 228.100 52.800 108.004 26,400 83.579 5.968 169,410 16,500 39,600 36,450 9.350 37.200 147.000 13 22.500 9.000 11.550 26,000 63,900 22.944 5.670 7,700 45.586 7.650 7.650 21.103 0.854 41,941 17.625 15.400 231.809 114.672 231,809 14 Mg 13.600 38.214 8.050 18,000 13.125 6.450 8.600 48,924 13.600 21.291 344,400 102,026 161,850 117.131 180,000 636,981 536,981 12 S 236.300 315.719 217.500 162,197 54.979 24.300 12.129 91.875 36,450 236,300 186,000 1690.259 135.100 48.500 401.200 2600,235 2600,235 272.476 1048,087 13 ¥ ۵ 11 1.20 1.45 0.72 140,25 140.25 12.51 28.25 0.25 170.67 0.48 0.24 0.01 170.67 10 Витамины (мг) U 90.0 0.18 0.02 0.03 0.03 0.07 0.05 0.73 0.73 0.04 0.03 0.12 0.07 0.04 0.40 0.05 0.02 0.07 0.03 81 0 30 10 40 9 30 90 200 200 8 20 10 20 A (per. 3KB) 328 1481 1481 124 22 2 65 29 282 83 39 404 182 95 20 38 24 377 KKA1 25.09 12.79 28.60 41.70 18.59 8.33 5.18 16,95 47.02 25.87 0.92 71.38 174.09 174.09 52.68 Пищевые вещества (г) 9 > 0.34 0.12 8.02 1.83 0.45 0.24 30.45 11.00 4.80 0.32 16.12 61.97 37.66 0.16 0.34 61.97 1.66 15.06 6.81 X 2 16.39 56.09 15.15 0.85 0.34 0.34 0.54 12.38 25.82 22.29 56.09 1.49 1.86 69.9 0.60 2.47 4.20 1.08 4.22 7.64 ы 4 37.5 742.5 150/50 180 100/20 180 175/5 10 390 85 9 200/20/10 20 180 иипдоп Содержание белков, жиров, углеводов в меню Запеканка картофельная с печенью Каша жидкая пшенная на молоке Сырники из творога с джемом наименование блюда **Кофейный** напиток с молоком Второй завтрак за период в % от калорийности Приём пищи, Зсего в Второй завтрак Полдник Завтрак Борщ с мясом и сметаной Бутерброды с маслом Всего в Полдник Всего в Завтрак улеб пшеничный Сок абрикосовый Акра кабачковая хлеб пшеничный хлеб пшеничный Соус сметанный Всего в день Всего в Обед хлеб ржаной Апельсины Эяженка Nº peu. 698/3 600/2 311/1 000 109 478 707 002 692 005

Категория: Дети 3-7 (ДОУ 2025-2026)

1-ая неделя/Сре,

19 Se 20 0.399 0.750 1.378 0.120 0.456 1.615 1.463 7.558 1.160 0.553 2.862 15,066 15,066 0.500 0.702 1.825 1.955 1.955 0.943 0.639 2.690 15 P 3.560 39,600 67,686 53,597 853,469 52,819 164,443 853,469 13,600 13.600 21.548 119.812 5.560 43.448 59,250 123.515 104.580 26.400 121.077 33.760 87.171 251.911 Минеральные вещества (мг) 13 ۵ 11,550 9.087 45.968 237.757 25.874 19,688 14.157 20.120 23.431 1.901 237.757 2.880 17.625 10.200 11.025 111.369 19.476 70.219 10,200 33.771 14 Mg 43.718 22.949 29.965 2.408 6.450 1.183 13.125 136,436 61,772 351,283 351,283 16,500 22.778 32,906 3.970 15,686 110.340 16.500 4.300 136,926 12 Ö 36,450 0.374 131.750 122,685 166,500 31,368 35,165 0.374 91,875 88,887 502.907 558.098 1558,098 61.543 377.197 192,744 165,888 513.854 24,300 31,000 131.750 309.587 13 ¥ 11 0 0.10 6.52 16.23 16.23 6.40 0.02 4.25 4.29 4.25 0.11 0.63 09.0 0.65 1.17 1.17 10 U Витамины (мг) 0.02 0.07 0.17 69.0 69'0 0.04 0.29 90.0 0.04 90.0 90.0 0.02 0.07 0.11 0.02 0.01 0.01 0.03 0.02 0.21 6 B1 180 10 0 10 20 10 8 180 20 80 (рет.3 (8) 8 A 1605 1605 169 55 29 368 19 58 65 115 36 36 43 48 509 182 824 140 377 80 137 KKAJ 66.55 59.70 239.53 239.53 13.64 5.55 12.63 31.79 38.57 12.79 112.57 80.8 10.01 20.55 23.56 52.33 8.08 2.01 4.52 Пищевые вещества (г) 9 > 51.16 51.16 28.69 2.19 7.18 3.18 12.33 1.05 0.45 28.92 0.02 0.24 0.26 0.26 4.66 0.16 14.80 3.51 × S 0.10 1.28 9.67 46.81 46.81 11.67 0.29 28.23 3.20 5.09 0.34 11.85 3.16 2.47 0.34 8,68 0.97 1.08 3,25 3.39 0.85 8.57 0.81 9 4 200/15 37.5 722.5 60 15 15 130 180 380 85 15/5 180 10 9 390 Масса Содержание белков, жиров, углеводов в меню Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят Қаша жидкая геркулесовая на молоке Бульон из птицы с гренками и яйцом Салат"Степной"из разных овощей наименование блюда Второй завтрак Компот из смеси сухофруктов за период в % от калорийности Полдник Приём пищи, Завтрак Всего в Второй завтрак Бутерброды с маслом Сдоба обыкновенная Всего в Полдник Всего в Завтрак хлеб пшеничный Хлеб пшениный Салат из свеклы Какао с молоком Всего в день Всего в Обед -{ай с сахаром Соус томатный Рис отварной хлеб ржаной Груши No peu. 0005 25/1 766 685 002 587 508 639 004 577 499 1 311 693 002

Дети 3-7 (ДОУ 2025- 2026)

No pert.	Прифи пищи,	Macca	Пищев	Пищевые вещества	rва (r)			Витами	Витамины (мг.)			MIN	Минеральные вещества (мг)	зщества (мг)		Ĺ
	наименование блюда	иитооц	iD-	×	>	KKA-1	A (per.	B1	U	Q	×	Ca	Mg	۵	ъ. Г	Se
+	2	m	+	22	9	7	3KB)	6	10	11	13	12	14	13	15 18	8 19
	Завтрак															
	Бутерброды с маслом	15/5	1.08	6.43	4.52	80	8	0.03			31.000	9.600	9.272	33,760	0,608	
160/1	Вермишель молочная	175/5	3.79	3.66	14.31	105	20	0.04	0.47		149.504	98,349	13.011	81.695	0.262	
685/1	Най с молоком	180	2.40	2.54	10.21	73	10	0.02	0.48		113,353	96,888	11.728	71.906	0.200	
002	Хлеб пшеничный	10	0.85	0.16	3.70	20		0.03			24.300	4,300	7.700	26.400	0.500	
	Всего в Завтрак	390	8.12	12.79	32,74	278	70	0.12	0.95		318,158	206.137	41.711	213.761	1.570	1
	Второй завтрак															-
8000	Яблоки	82	0.34	0.34	8.33	38		0.03	140.25		236.300	13,600	7.650	9.350	1.870	
	Всего в Второй завтрак	85	0.34	0.34	8,33	38		0.03	140.25		236,300	13,600	7.650	9.350	1.870	-
	Обед															-
142/3	Суп картофельный с рыбой	8.00	90.9	1.92	11.88	63	10	0.1	6.38		450.690	23,451	25,966	99,152	0.872	
486	Голубцы(ленивые)	190	12.23	26.15	12.44	334	30	0.06	18.10		459.856	81,309	33.758	153.962	2.131	
707	Сок фруктово-ягодный	180	9.0		16.95	70		0.02	3.00		136,000	18.000	9.000	16.500	2.250	
-500	Хлеб ржаной	37,5	2.47	0.45	12.79	65		0.07			91.875	13.125	17.625	59.250	1.463	
200	Хлеб пшеничный	15	1.28	0.24	5.55	29		0.04			36.450	6,450	11.550	39.600	0.750	
	Всего в Обед	647,5	22.64	28.76	59,61	587	40	0.29	27.48		1224.872	142.335	97.899	368.463	7.465	-
	Полдник															
77	Икра кабачковая	09	1.22	5.75	4.97	77						26,445	9.675	23.365	0.452	
733/1	Оладьи (с маслом)	35	6.71	10,45	38.14	273	20	0.08	0.26		148.550	65,724	14.187	87.547	0.682	
685	Най с сахаром	180	0.10	0.02	13.64	22			0.05		0.374	2,408	1.901	3.560	0.399	
0002	Пастила	20	0.10		15,36	62						2,200		1.000		
	Всего в Полдник	355	8.13	16.22	72,11	467	20	0.08	0.28		148.924	96.778	25.763	115.972	1.533	
	Всего в день		39.23	58.11	172,79	1370	130	0.52	168,96		1928.253	458,849	173.023	707.546	12.438	-
	Итого		39.23	58.11	172,79	1370	130	0.52	168,96		1928.253	458,849	173.023	707.546	12,438	
	Содержание белков, жиров, углеводов в меню		11.45	38.17	50,45											-

Сезон: **сезон** Категория: **Дети 3-7 (ДОУ 2025-2026)**

														1-9	1-ая неделя/Патница	П/К	MILE	elila
No peu.	Приём пищи,	Macca	Пищев	Пицевые вещест	rea (r)			Витамины (мг)	ol (MI)			2	Іинеральные	Минеральные вещества (мг)	(L)			
	наименование блюда	иипфоси	9	×	>	KKA2	A (per.3	ß1	U	۵	<u>~</u>	3	δ	۵	ъ.	н	S	ட
-	2.	e	4	N.	9	7	8	6	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак																	
e	Бутерброды с сыром	15/5/10,5	4,47	96.9	8.4	100	20	0.03	0.36		32.229	141.300	9.917	104.486	0.652			
311/6	Каша жидкая рисовая на молоке	175/5	3,92	2.65	34.84	179	10	0.04	0.45		151.462	95.184	21.535	100.224	0.332			
692	Кофейный напиток с молоком	180	1.49	1.66	13.59	95	10	0.02	0.24		54.979	48.924	5,670	36.450	0.073			
002	Хлеб пшеничный	10	0,85	0.16	3.70	20		0.03			24.300	4.300	7.700	26.400	0.500			
	Всего в Завтрак	400.5	10.73	11.43	61.93	394	20	0,12	1.05		262.970	289.708	44.822	267.560	1.557			
	Второй завтрак						5			_								
800'0	Яблоки	85	0,34	0.34	8.33	38		0.03	140.25		236.300	13.600	7.650	9.350	1.870			
	Всего в Второй завтрак	85	0.34	0.34	8.33	38		0.03	140,25		236.300	13.600	7,650	9.350	1.870			
	Обед													-				
45/2	Салат из квашеной капусты	52	0,88	2.75	3.91	4		0.05	15.02		96.74\$	\$6.939	8,118	15.240	0.336			
155	Суп с клецками на курином бульоне	200	12.93	10.65	14.17	204	10	0.03	0.67	0.01	89.031	47.039	11.310	55.221	0.490	0.004	0.002	0.019
216	Картофель тушенный с цыпленком	150/50	23,68	24.53	19.62	394	20	0.13	9.93		975.632	37.664	48.812	241.867	2.466			
	бройлера		0			Ļ		ć	0		0 374	42 710	30.130	42 448	1 615			
638	Компот из смеси сухофруктов	180	0.97		33.37	100		0.02	0.00		0.574	13.7.4	77.07	2	270.7			
900	хлеб ржаной	37.5	2.47	0.45	12.79	65		0.07			91.87\$	13.125	17.625	59.250	1.463			
005	хлеб пшеничный	10	0,85	0.16	3.70	20		0.03			24.300	4.300	7,700	26.400	0.500		- 17	1
	Всего в Обед	682.5	41.78	38.54	92.76	885	90	0.35	26.27	00.00	1277.957	172.785	113,686	441.427	6.869	0.004	0.002	0.019
	Полдник													17				
366	Запеканка из творога с молоком	100/20	17,54	12.05	17.15	247	2	0.02	0.24		124.600	147.300	22.200	210.300	0.690			
869	Кисломолочный напиток "Снежок"	180	5,04	5.76	7.37	105					262.800	216.000	25.200	171.000	0.180			
005	хлеб пшеничный	20	1.7	0.32	7.40	39		0.05			48.600	8,600	15,400	52.800	1.000			
	Всего в Полдник	320	24.28	18.13	31.92	391	70	0.10	0.24		173.200	155.900	37,600	263.100	1.690			- 3
	Всего в день		77.13	68.44	194.94	1708	200	09.0	167.81	0.01	1950.427	631.993	203,758	981,436	11.986	0.004		- 1
	Итого		77.13	68.44	194.94	1708	200	09.0	167.81	0.03	1950.427	631.993	203,758	98:1,436	11.986	0.004	0.002	0.019
	Содержание белкоз, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	0	13,06	36.06	45.65													
	and the second s									-	-							

Сезон: **Сезон** Катетория **Дети 3-7 (ДОУ 2025-::026**)

Note Particular Particula	Nº Dell.	Приём пищи,	Macca	Пищев	Пищевые зещества	3a (r)		m	Вътамины (мг)	(MIT)			Мине	рёльные в	Минеральные вещества (иг)			
Section Broppid asarpaek 37 110 0.20 5.60 2.90 0.01 2.90 0.01 0.20 0.02	<u>{</u>		порции	٩	×	>		A	31			2	2	Mg	d	æ	I	Se
Sector B Indigetive								(рет.э		118								
Newtypas chalk-base Netherperipose Huban 37 1.10 0.20 2.60 2.90 0.05 0.25 1.69 1.76 1.91 1.30 0.05 0.25 1.69 1.76 1.91 1.30 0.05 0.25 1.69 1.76 1.95 1.36 1.76 1.95 1.36 1	-1	2 :	8	4	2	9	7	8	6			12		14	133	15	18	19 20
Nykytyyyyyyyyyyyyyyyyyyyyyyyyyyyyyyyyyy		Завтран					1		i	9		(000	036.0		
Омиле натуральный и рабо сахаром 105 9.91 16.01 176 191 35 1.6.01 176 191 35 1.6.01 176 191 35 1.6.01 1.0.150 0.2.5 1.6.01 0.2.5 1.6.01 0.0.2 0.0.5 0.5.7 1.6.0150 0.0.2 1.0.150 0.0.2 0.0.2 1.0.150 0.0.150 0.0.25 1.6.0150 0.0.25 1.6.0150 0.0.25 1.6.0150 0.0.25 1.0.150 0.0.10 0.0.25 1.0.150	2015	Кукуруза сладкая консервированная	37	1.10	0.20	2.60	53		0.01	2.40			200		72.000	0.200		
Page Crass properties 130 0.10 0.02 13.64 5.5 0.102 0.02 0.02 13.64 0.02 0.0	340	OMINOT HATVOARHIN	105	9.91	16.01	1.76	191	30	0.05	05	1.49.8		954	11.474	151.057	1.650		
Всето в Завтрам в Всето в Завтрам в В В В В В В В В В В В В В В В В В В	200	Modern Carlo	130	0.10	0.02	13.64	52			0.02	0		408	1.901	3.560	0.359		
Всетов завтраж 357 13.74 20.36 29.26 136 136 26.26 136 140.25 22.63 15.60 81.012 Рестов Второй завтранс 35 0.34 0.34 8.33 38 0.03 140.25 226.30 13.60 Рестов Второй завтранс 35 0.34 0.34 8.33 38 0.03 140.25 226.30 13.60 Рестов Второй завтранс 36 0.34 8.33 38 0.03 140.25 226.30 13.60 Рестов Второй завтранс 0.36 0.34 8.33 38 0.03 140.25 226.30 13.60 Соут томятный 0.36 1.26 2.13 8.83 2.20 0.03 0.01 0.01 13.60 13.60 Соут томятный 1.25 2.24 0.24 35.70 26.3 10 0.15 27.36 13.60 13.26 13.60 13.26 13.60 13.27 13.61 13.25 13.25 2.41 12.	200	Teuente	35	2.63	4.13	8.26	81					10.	150	7.000	31.500	0.735		
Блорой завграм 85 0.34 0.34 8.33 38 0.03 140.25 236.300 136.00 Всето в Влорой завтрам (Обеда 85 0.34 0.34 8.33 38 10.03 140.25 236.300 11.600 Востольних ленинградский с мясом и победа 200/20/5 4.59 6.03 12.40 122 20 0.08 5.37 36.184 22.206 Соус томатный бытов интерниций бытов интер	1000	BCero B Salstjak	357	13.74	20.36	29.26	356	130	90.0	2.57	150.1			20.374	211.117	3.024		-
Всето в Второй завтранс 35 0.34 0.34 8.33 38 0.03 140.55 2.65.30 13.600 Всето в Второй завтранс 35 0.34 0.34 0.34 8.33 38 0.03 140.55 2.65.30 13.600 Рассольник ленинградский с мясом и Побра 200/20/5 4.59 6.03 12.40 122 20 0.09 0.03 0.01 2.15.60 31.360 34.126		Второй завграк											4		1	1		
Всето в Второй завтранс 35 0.34 0.34 8.33 38 10.03 140.25 215.300 13.40 13.2 20 30 30.12 20 30.12 20 30.12 20 30.12 20 30.12 20 30.12 20 30.02	2008		35	0.34	0.34	8.33	38		0.03	140.25	236.		009	7.650	6.350	1.8/0		-
Обед Ообед 200/20/5 4.59 6.03 12.40 122 20 0.08 5.37 361.844 22.206 Рассольник ленинградский с мясом и рассыпчатам (тречнавая) с маслом 75 15.66 21.30 8.83 290 0.09 0.09 0.00 27.1850 34.126 Битэчки соус томатный каша рассыпчатам (тречнавая) с маслом 125/5 7.30 9.40 35.70 263 10 0.01 0.60 31.386 3.90 34.126 32.24 35.70 263 10 0.01 0.60 31.386 3.90 37.25 3.00 31.386 3.90 37.26 3.00 31.386 3.90 3.00 31.386 3.90 3.00 31.386 3.90 3.00		00	35	0.34	0,34	8,33	38		0.03	140.25	235.3		200	7.650	9.350	1.870		
Рессольник ленииградский с муссом и рассольник ленииградский с муссом и рассольний рассыпчатая (тречнавая) с маслом 1135/5 7.30 9.40 35.70 263 10 0.18 0.01 0.03 31.388 3.51.84 22.20 0.00 0.00 0.00 0.00 0.00 0.00 0.		Обед													-			
Суметаной Суметаной 25 15.66 21.30 8 83 290 0.09 0.09 0.09 27.1.850 34.126 Битэчки 25 0.29 1.05 2 0.1 1.06 0.01 0.00 31.388 3.970 Соус томатный 125/5 7.30 9.40 35.70 263 10 0.01 0.00 185.00 18.224 Сок фруктово-эгодный 37.5 2.47 0.45 1.279 65 0.07 3.00 186.00 18.00 Сок фруктово-эгодный 37.5 2.47 0.45 1.279 65 0.07 3.00 18.00 18.00 Астов росьц 1.00 33.00 1.25 2.47 0.44 5.55 29 0.04 3.00 4.13.38 4.13.138 Винегрет с сельдью 1.25/25 6.08 1.0.65 8.90 1.56 0.05 0.05 4.13.38 4.13.138 0.01 0.05 6.63 4.13.13 4.13.13 4.0.70 0.05	132	Рассольник ленинградский с мясом и	200/20/5	4.59	6.03	12.40	122	20	0.08	5.37	361.		206	20.081	75.760	1.166		
Биточки 75 15.06 21.30 883 290 0.009 0.0		сметаной		1			000	8			3.74		136	127 30	181 047	2 476	0.032	0.017
Соус томатный каша рассыпчатая (тречнавая) с маслом (таша рассыправам (таша рассыправо (таша рассыправам (таша рас	451/1		75	15.66	21.30	8.83	067	3	0.09	0	7.77		770		10.101			
Каша рассыпчатая (тречнавая) с маслом 125/5 7.30 9.40 35.70 263 10 0.18 2.25.460 15.224 Сок фруктово-этодный 130 0.66 16.95 70 0.02 3.00 186.00 180.00 Хлеб ржаной Хлеб ржаной 15.24 12.79 65 29 0.07 9.67 13.125 13.125 Хлеб пшеничный 687.5 32.19 38.47 94.23 858 130 0.49 9.07 1204.847 113.101 1 Всего в Обед, 125/25 32.19 38.47 94.23 858 130 0.49 9.07 1204.847 113.101 1 Кисэп в Обед, 125/25 6.08 10.65 8.90 156 0.05 6.63 441.138 57.064 Кисэп в из концентичный 350 8.19 10.37 42.06 39 0.10 6.63 465.20 65.783 465.20 2051.541 275.497 275.497 375.497 375.497 375.497 <td>587</td> <td></td> <td>25</td> <td>0.29</td> <td>1.05</td> <td>2.01</td> <td>19</td> <td></td> <td>0.01</td> <td>0.60</td> <td>31.</td> <td></td> <td></td> <td>2.880</td> <td>5.560</td> <td>0.120</td> <td></td> <td></td>	587		25	0.29	1.05	2.01	19		0.01	0.60	31.			2.880	5.560	0.120		
Сок фруктово-этгодный 130 0.60 16.95 70 0.02 3.00 186.00 18.00	297/2		125/5	7.30	9.40	35.70	263	10	0.18		225.			102.921	154.094	3.460		
Соти фрути пости предилите в сысти в с	707		130	0.60		16.95	70		0.02	3.00	186.		000	000.5	16.500	2.250		
Алес располи Клеб пшеничный Алес располи В сего в Обед 15 1.28 0.24 5.55 29 0.04 9.07 1204.847 113.101 1 Всего в Обед Плодник 687.5 32.19 38.47 94.23 655 130 0.49 9.07 1204.847 113.101 1 Винегрет с сельдью Плодник 125/25 6.08 10.69 7.40 39 0.05 6.63 4:1.358 57.004 Кисэль из концентрата(плодово-ягодный) 130 0.41 25.76 104 39 0.05 6.63 460.205 6.61.78 Всего в Полдник 350 8.19 10.97 42.06 299 0.10 6.63 460.205 6.61.78 Всего в День 350 8.19 10.97 42.06 299 0.05 6.63 158.52 2051.541 275.497 2 Итого 36 36 0.68 1551 260 0.68 158.52 2051.541 275.497 2	2 6		37.5	2.47	0.45	12.79	65		0.07		91.		125	17.625	59.250	1.463		
Всего в Обед Пслдник 687.5 32.19 38.47 94.23 858 130 0.49 9.07 1204.847 113.101 1 Всего в Обед Пслдник 125/25 6.08 10.65 8.90 156 0.05 6.63 4.1.358 57.004 Винетрет с сельдью Кисэль из концентрата(плодово-ягодный) 20 1.70 0.32 7.40 39 0.05 48.600 8.600 Кисэль из концентрата(плодово-ягодный) 20 1.70 0.32 7.40 39 0.05 460.205 66.53 460.205 65.783 Всего в Полдини Всего в День 54.46 70.14 173.88 1551 260 0.68 158.52 2051.541 275.497 2 Итого Содаржжиние былков, жиров, углеводов в меню 14.05 40.70 44.84 3 6.43 6.63 158.52 2051.541 275.497 2	5 6	X DOS DIRECTIONS AND A STORY OF THE STORY OF	15	1.28	0.24	5,55	29		0.04		36.		450	11.550	39.600	0.75.0		
Винегрет с сельдью 125/25 6.08 10.65 8.90 156 0.05 6.63 4:1.358 57.004 Кисэль из концентрата(плодово-ягодный) 130 0.41 25.76 104 39 0.05 6.63 4:1.358 57.004 Кисэль из концентрата(плодово-ягодный) 20 1.70 0.32 7.40 39 0.05 46.02 8.600 8.600 Кисэль из концентрата(плодово-ягодный) 350 8.19 10.37 42.06 299 0.10 6.63 460.205 68.783 Всего в Полдник Всего в день 54.46 70.14 173.88 1551 260 0.68 158.52 2051.541 275.497 2 Итого Содаржание былков, жиров, углеводов в ленно 14.05 40.70 44.84 3 6.63 158.52 2051.541 275.497 2	200	Beero B Ofea	687.5	32.19	38.47	94.23	858		0.49	9.07	1204.8			192 828	531.811	11.704	0.002	0.017
Винегрет с сельдью 125/25 6.08 10.65 8.90 156 0.05 6.63 4.1.358 57.004 Кисель из концентрата(плодово-ягодный) 130 0.41 25.76 104 39 0.05 48.600 8.600 Кисель из концентрата(плодово-ягодный) 20 1.70 0.32 7.40 39 0.05 48.600 8.600 Всего в Полдник 350 8.19 10.37 42.06 299 0.10 6.63 460.205 64.78 Всего в День 54.46 70.14 173.88 1151 260 0.68 158.52 2051.541 275.497																		
Кисэль из концентрата(плодово-ягодный) 180 0.41 25.76 104 0.05 46.00 0.247 0.179 Хлеб пшеничный 20 1.70 0.32 7.40 39 0.05 460.205 66.78 Всего в Полдник 350 8.19 10.37 42.06 299 0.10 6.63 460.205 61.783 Всего в Денто 350 8.19 70.14 1.73.88 11551 260 0.68 158.52 2051.541 275.497 2 Итого Оодаржание былков, жиров, углеводов в меню 14.05 40.70 44.84 48.48 46.70 48.84 48.84	72	Винегрет с сельдью	125/25	6.08		8.90	156	14	0.05	6.63	4:1.		.004	34.406	43.554	0.970		
Хлеб пшеничный 20 1.70 0.32 7.40 39 0.05 48.600 8.600 Всего в Полдник 350 8.19 10.37 42.06 299 0.10 6.63 460.205 68.783 Всего в Доли в мень 42.06 299 0.10 6.63 460.205 68.783 Всего в день 40.00 42.06 70.14 1.73.88 1551 260 0.68 158.52 2051.541 275.497 275.497 2 Итого 40.70 44.84 48.48 46.70 44.84 46.70 44.84 46.70 44.84 46.70 44.84 46.70 46.70 46.70 46.70 46.70 46.70 46.70 46.70 46.70 46.70 46.70 46.70 46.70 46.84 46.70 46.70 46.70 46.84 46.70 46.70 46.70 46.70 46.84 46.70 46.84 46.84 46.84 46.84 46.84 46.84 46.84 46.84 46.84 <td>548/7</td> <td></td> <td>130</td> <td>0.41</td> <td></td> <td>25.76</td> <td>104</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>o.</td> <td></td> <td>179</td> <td></td> <td></td> <td>0.027</td> <td></td> <td></td>	548/7		130	0.41		25.76	104				o.		179			0.027		
Всегов Полдник 350 8.19 10,37 42.06 299 0.10 6.63 460.205 61;783 Всегов Полдник Всегов День 54.46 70.14 1.73.88 11551 260 0.68 158.52 2051.541 275.497 2 Итого Оодяржание былков, жиров, углеводов в меню 14.05 40.70 44.84 48.84 1551 260 0.68 158.52 2051.541 275.497 2	203		20	1.70		7.40	39	was.	0.05		.84			15.400	52.800	1.000		
54.46 70.14 1.73.88 1.651 260 0.68 158.52 2051.541 275.497 54.46 70.14 1.73.88 1.651 260 0.68 158.52 2051.541 275.497 14.05 40.70 44.84	3	Всего в Полдник	350	8.19		42.06	299		0.10	6.63	460.			49.806	96,354	1.997		
54.46 70.14 1,73.88 1!51 260 0.68 158.52 2051.541 275.497 14.05 40.70 44.84		Всего в день		54.46			1551		0.68	158.52	2051.			270.659	848.632	18.595	0.002	0.017
14.05 40.70		1		54.46			1551		0.63	158.52	2051.			270.659	848.532	18.595	0.002	0.017
TI DO COL KADODNÁHOCTU		Содержание белков, жиров, углеводов в иеню		14.05														

Сезон Сезон:

Категория:

Дети 3-7 (ДОУ 2025-2026)

Nº peų.	Приём пици,	Масса	Пищев	Пищевые вещества (г)	Ba (r)			Витамины (мг)	ML)			Mz	Минеральные вещества (мг)	цества (мг)		
	наименование блюда	порции	٩	×	7	KK47	А (рет.эк	B1	U	٥	¥	B	Mg	۵	e I	S
-	2	3	4	2	9		8 8	6	10	11	13	12	14	13	15 18	19
	Завтрак															
	Бутерброды с маслом	15/5	1.08	6 43	4.5.2	08	8	0.03			31.000	0.99	9.272	33.760	0.608	
311/1	Каша жидкая пшенная на молоке	175/5	4.22	6 81	25.87	182	20	0.04	0.48	6	162.197	102.026	22.944	108.004	0.326	
592	Кофейный напиток с молоком	130	1.49	1 66	18.59	95	10	0.02	C.24	4	54.979	48.924	5.670	36.450	0.073	
202	Хлеб пшеничный	10	0.85	0 16	3.70	20		0.03			24.300	4.300	7.70	26.400	0.500	
	Всего в Завтрак	390	7.64	15.06	52,68	377	70	0.12	0.72	~	272.476	161,850	45.586	204.614	1.507	
	Второй завтрек															
200	Алельсины	35	0.34	0 34	8.33	88		0.03	140.25	10	236.300	13.600	7.650	9.350	1.870	
	Всего в Второй завтрак	85	0.34	0 34	8.33	38		0.03	140.25	2	236.300	13.600	7,650	9.350	1.870	
	реэрс 26ед															
243	Сэлат из белокочанной капусты	(50	0.93	3 05	5.43	53		0.02	23.13	m	103,334	29.364	8.697	16.254	0.358	
110	Борщ с капустой и картофелем, мясом и	200/20/10	6.83	8 12	9.25	137	20	0.06	5.93	m	350.462	31.289	21.506	86.770	1.459	
	сметаной															
401/1	Пудинг рыбный	75.00	12.46	5 16	4.57	115	30	0.07	C.51	-	238,907	46.702	27,083	177.872	1.201	
520/3	Картофельное пюре	150	3.27	5 37	22.05	150	20	0.16	25.96	10	764.340	45.160	33.020	92.090	1.190	
539	Компот из смеси сухофруктов	130	0.97		38.57	158		0.02	0.65	10	0.374	43.718	20.120	43.448	1.615	
204	Хлеб ржаной	37.5	2.47	0 45	12.79	65		0.07			91.875	13,125	17.625	59.250	1.463	
202	Хлеб пшеничный	15	1.28	0 24	5.55	29		0.04			36,450	6,450	11.550	39.600	0.750	
	Всего в Обед	747.5	28.21	22.39	98,22	707	70	0.44	56.18	m	1585.761	215.808	139.602	520.284	8.035	
	Полдник															
	Сэлат из соленых эгурцэв с луком	45	0.39	2 30	1.17	27		0.02	2.51	1	63.207	10.476	8-0.9	12.708	0.273	
337	Яйца вареные	.40	5.10	4 60	0.30	63	10	0.03			26,000	22.000	4.800	76.800	1.000	
202	Хлеб пшеничный	15	1.28	0 24	5.55	59		0.04			36.450	6.450	11.550	39.600	0.750	
775/1	Булочка российская	90	4.22	4 81	33.31	193		0.07	C.01	1	63.40	16,400	15.100	43.700	0.740	
586	Чэй с лимоном	180/4	0.18	0 05	12.39	20			06.3	9	8,405	5.412	3.460	6.276	0.577	
1	Всего в Полдник	3,44	11.17	12.00	52.72	362	1.0	0,16	3.48	00	227,462	60.738	40.958	179.084	3,340	
	Всего в день		47.36	49.79	211.95	1484	150	0.75	200.63	m	2321.999	451,996	233.796	913.332	1.4.753	
	Итого		47.36	49.79	211.95	1484	150	0.75	200.63	m	2321.999	451,996	233.796	913,332	1.4.753	
	Содержание белков, жиров, углезодов в меню		12.77	30.20	57.13											

Категория: Дети 3-7 (ДОУ 2025-2026)

2-ая неделя/Среда 23 4 19 Se 0.510 1.238 3.213 1.453 0.539 0.130 1.000 1.719 0.510 0.335 2.250 0.750 0.639 0.500 9.299 13.580 13.580 0.652 0.252 2.052 P 15 391.171 16.500 171.000 15.240 85.309 59,250 39,500 52.300 1195.111 23,300 1195.111 81,595 104.580 26.400 23.300 162,979 157.371 247.1380 317.161 104,486 Минеральные вещества (мг) 0 35,700 3.118 20,610 9.000 17.625 11.550 25.200 256,005 256.005 35.700 44.637 13.051 15.4)0 19.476 7.710 111.540 58,661 9.917 13.011 50.104 Mg 14 8.630 125.740 834,532 834,532 6.830 26.939 24.639 18.000 13.125 6.450 123.133 6.830 36.527 216.030 347,703 98.349 110,340 4.300 141.330 354,239 12 8 119.770 35.450 48,61)0 149.504 192.7-14 96.745 185,000 91.875 2295,549 2295,549 32.23 24.300 295.810 348.225 262.8/30 431,170 295.810 410.507 1169.802 1777.368 13 ¥ ٥ 11 1.27 1.44 41.21 9,61 29.27 0.17 41.21 15.02 1.64 00. 1.17 2.00 8.50 8.50 0.36 0.47 10 Зитамины (мг) 0.05 0.13 0.59 90.0 0.02 0.07 0.03 0.05 0.59 0.02 0.08 0.04 0.03 0.04 0.03 0.14 0.03 0.04 B1 6 20 50 8 8 200 200 20 20 20 9 А (рет.э S (B) 1.544 1.544 4 128 405 20 65 29 217 101 357 365 741 140 20 8 8 105 8 KKAJ 17.85 6.64 32.00 16.95 12.79 5.55 15.39 7.37 30,16 172.22 44.52 3.70 17.85 172.22 23.56 46.37 14.31 3.91 Пищевые вещества (г) 0 11.15 0.32 2.75 0.45 0.24 17.23 64.52 64.52 37.61 0.16 0.43 0.43 8,15 20.58 32.57 3.66 14.29 3.51 X 2 13.75 20.49 68.45 0.88 6.94 0.60 2.47 1.28 5.04 1.70 68,45 3.39 1.28 22.01 3.79 0.85 1.28 4.47 12.50 9 4 130/55 180 37.5 15 702.5 1.00/20 180 20 320 175/5 180 85 200/20/10 15/5/10,5 10 55 Macca импроп . Ци из свежей капусты с картофелем, мясом Содержание белков, жиров, углеводов в меню Пудинг из творога (запеченный) наименование блюда Второй завтрак за период в % от калорийности Салат из квашеной капусты Приём пищи, Всего в Второй завтрак PULLETION Завтрак 2 Еермишель молочная Бутерброды с сыром Всего в Полдник Всего в Завтрак хлеб пшеничный хлеб пшеничный хлеб пшеничный Можелом с обяв'я Всего в день Ecero B Ofea Сок яблочный клеб ржаной и сметаной Бананы VIOLYDI JUOB Nº peu. 598/3 160/1 45/2 362 593 202 443 707 304 302 386 124

Сезон: **Сезон** Категория: **Дети 3-7 (ДОУ 202!5-202!6)**

Nº peu.	Приём пищи,	Macca	Пищевь	Пищевые вещества (г)	8a (r)		Вигами	Витамины (мг.)			MZ	неральные вк	Минеральные вещества (мг)			
	ь аименс вание. Юпода	инфои	ш	×	>	KKAJI A (per.3	18	υ	Ω	×	3	δ _N	۵	e)	I Se	ட
H	.2	m	4	ın	9	7 8	6	1.0	==	13	12	14	.:3	15 1	18 19	20
	Зевтран															
+	Еутерброды с маслом	15/5	1.08	6.43	4.52	8	40 0.03	~		31.000	0.999	9.272	33.760	0.608		
311/3	Каша экидкая манная на молоке	175/5	3.92	2.65	34.84	179	10 0.04	4 0.45	10	151.462	95.184	21.535	100.224	0.332		
585/1	Чай с иолоком	180	2.40	2.54	10.21	73 1	10 0.02	2 0.48	~	113.353	838.96	11.728	71.906	0.200		
302	Хлеб пшеничный	10	0.85	0.16	3.70	20	0.03	~		24.300	4.300	7.700	26.400	0.500		
	Есего Завтрак	390	8.25	11.78	53.27	352 6	60 0.12	2 0.93	_	320.115	202.972	50.234	232,290	1.640		
	Второй завграк															
8000	У 6локи	85	0.34	0.34	8.33	38	0.03		10	236.300	13.600	7.650	9,350	1.870	-	
	Есего Второй завтрак	82	0.34	0.34	8.33	38	0.03	3 140.25	10	236.300	13.600	7.650	9.350	1.870		
	Обед												*			
140	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5.83	4.92	15.29	129	10 0.09	9 2.28	~	430.887	20.216	20.504	73.971	0.964		
499	на оульоне из цылленка особилера Котлеты русленые из бройлеров-сыплят	75	11.85	12.33	12.63	500	50 0.08	8 0.63	~	166.500	32.906	19,688	119,812	1.378		
541	Рагу овощное	150	3.08	3.15	16.49	106	0.09	1.9.25	10	607.569	56,283	34.974	75.981	1.222		
539	Kominor us ciaeca (syxodijokrtois	180	0.97		38.57	158	0.02	2 0.65	10	0.374	43.718	20.120	43.448	1.615		
900	X I I I I I I I I I I I I I I I I I I I	37.5	2.47	0.45	12.79	9	0.07	7		91.875	13,125	17.625	59.250	1.463		
302	Хлеб пшеничный	15	1.28	0.24	5.55	53	0.04	4		36.450	6.450	11.550	39.600	0.750	-	
	Есего Обед	657.5	25.48	21.09	101.32	969	60 0.33	9 25.81		1.333,655	172.698	124.461	412.063	7.392	-	
	Псотдник															
382/1	Рыба,запеченная с яйцэм	115	14.0	5.0	0.56	103	40 0.05	5 0.34	+	245.544	38,802	22.785	179.934	0.928		
585	Гай с сахаром	180	0.10	0.02	13.64	55		0.02	2	0.374	2.408	1.901	3.560	0.399		
203	хлеб пшеничный	20	1.70	0.32	7.40	39	0.05	2		48.600	8.600	15.400	52.800	1.000	-	
	Всего Полдник	315	15.82	5.33	21.60	197	40 0.10	0.36	10	294.518	49.810	40.086	236,294	2.328	-	
	Ексего в день		68'61	38.54	184.52	1283 16	160 0.64	4 167.35	10	2184,538	439.081	222.431	889,997	13,230		
	Итого		68.61	38.54	184.52	1283 10	160 0.64	4 167.35	10	2184,538	439.081	222.431	889,997	13.230		
	Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности		15.55	27.04	57.53											

Сезон: **Сезон** Категория: **Дети 3-7 (ДОУ :2025-2026**)

													KP-7	2-ам неделя/пятница	MELEN
Nº peu.	Приём пищи,	Macca	Пищев	Пищевые вещества (г)	'Ba (r)			Зитамины (мг)	(Mr)		5	Чинеральные вещества (мг)	ещества (мг)		
	המיויכי טוועאם	импорти	۵	×	>	KIGA-	A (per.ak	18	U	×	S	Mg	0	Ü	
1	2	m	4	2	9	7	00	6	10	11 13	12	1.4	13	15	18 19
	Завтрак														
~	Бутерброды с сыром	15/5/10,5	4.47	96.9	7.80	100	20	0.03	0.36	32.229	141.300	9.917	104,486	0.652	
311/6	Каша жидкая рисовая на молове	175/5	3.92	2.65	34.84	179	10	0.04	0.45	151.462	95.184	21.535	100.324	1).332	
592	Кофейный напиток с молоком	180	1,49	1.66	18,59	95	10	0.02	C.24	54.979	48.924	5.670	36.450	0.073	
200	Хлеб пшеничный	10	0.85	0.16	3.7	20		0.03		24.300	4.300	7.700	26,400	0).500	
	Всего в Завтрак	400.5	10.73	11.43	61.93	394	70	0.12	1.05	262.970	289.708	44.822	267.560	1.557	
	Второй зактрак														ŀ
3000	Яблоки	85	0.34	0.34	8.33	33		0.03	140.25	236.300	13.600	7,650	9.350	1.870	
2.0	Всего в Второй завтрак	85	0.34	0.34	8.33	38		0.03	140.25	236.300	13.600	7.650	9.350	1.870	
	Обед											-			
77	Икра кабачковая	09	1.86	0.12	3.90	24		0.07	6.00		12.000	12.600	37200	0.420	
123/1	Ц\и с мясом и сметаной	200/20/:10	05'9	8.10	6.88	120	20	0.05	11.17	284.105	41.833	19,536	81.298	1.242	
431	Печень по-строгановски	75/35	16.89	8.40	2.14	152	4790	0.21	12.83	283.428	17.735	16,432	272.674	5,895	
520/3	Картофельное пюре	150	3.27	5.37	22.06	150	20	0.16	25.96	764.340	45.160	33,020	97.090	1.190	
707	Сок фруктово-ягодный	180	0,60		16.95	2		0.02	3.00	186.000	18.000	9.000	16,500	2.250	- 11
204	Хлеб ржаной	37.5	2.47	0.45	12.79	9		0.07		91.875	13.125	17,625	59,250	1.463	
202	Хлеб пшеничный	15	1.28	0.24	5.55	29		0.04		36.450	6.450	11.550	39,600	0.750	
	Всего в Обед	782.5	33.27	22.68	68.27	610	4830	0.62	58.96	1546.193	1.54,304	119.762	603.612	13.209	
	Голднык														
337	Яйца вареные	40	5.10	4.60	0.30	63	10	0.03		26.000	22.000	4.800	76.800	1.000	
200	Хлеб піценичный	10	0.85	0.16	3.7	20		60.03		24.300	4.300	7.700	26.400	0).500	
786	Булочка "Творожная"	09	7.98	2.16	33.36	176	10	0.05	C.05	77.040	21,109	7.736	50.143).574	
598/3	Йогурт	180	5.04	5.76	7.37	101	40	0.05	1.27	262.800	216.000	25.200	171.000	0.180	
	Всего в Полдник	230	18.97	12.68	44.73	360	09	0.16	1.32	420.140	263,409	45.436	324.343	2.254	
	Всего в день		63.31	47.13	183.26	1402	4960	0.93	201.58	2565.603	721.021	217.670	1204.865	18.890	
	Итого		63.31	47.13	183.26	1402	4960	0.93	201.58	2565.603	721.021	217.670	1204.865	18.890	
	Содержание белков, жиров, углевадов в меню за период в % от калорийнести		18.06	30.25	52.29										
															_