



УТВЕРЖДАЮ:  
 заведующий МБДОУ  
 детским садом с. Пухово  
 Грудьева С.М.  
 01 марта 2023 г.

Менюготавливаемых блюд  
 возрастная категория питающихся с 1,5 до 3 лет.

1 день

приём пищи	наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
завтрак	каша пшенная молочная	125	3,9	5,8	20,4	149,4	189
	сыр (порциями)	6	1,404	1,8	0	21,816	14
	хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	24,85	118,65	3
	чай с сахаром	180	0	0	6,9	27,6	392
<b>итого</b>		<b>361</b>	<b>9,104</b>	<b>8,05</b>	<b>52,15</b>	<b>317,466</b>	
2 завтрак	сок фруктовый	150	0,8	0	34,1	82,5	442
<b>итого</b>		<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0</b>	<b>34,1</b>	<b>82,5</b>	
обед	суп картофельный с горохом и гречками	160	4,9	2,8	26,5	150,8	99
	рагу из овощей	110	2	11	12,9	158,6	141
	котлета мясная	50	4,7	6,9	14,4	138,5	272
	томаты соленые	30	0,3	0	0,7	4	20
	хлеб ржано-пшеничный	40	2,8	0,44	16,12	79,64	9
	кисель из кураги	150	0,8	0	20,4	84,8	397
<b>итого</b>		<b>540</b>	<b>15,5</b>	<b>21,14</b>	<b>91,02</b>	<b>616,34</b>	
полдник	Запеканка морковная с творогом, со сгущенным молоком	75	6,6	6,1	12,7	132,1	258
	какао с молоком	150	2,1	2,5	12,3	80,1	380
<b>итого</b>		<b>225</b>	<b>8,7</b>	<b>8,6</b>	<b>25</b>	<b>212,2</b>	
<b>всего за день</b>			<b>34,104</b>	<b>37,79</b>	<b>202,27</b>	<b>1228,506</b>	



УТВЕРЖДАЮ:  
 заведующий МБДОУ  
 детским садом с. Пухово  
 Грудьева С.М.  
 «01» марта 2023 г.

Меню приготавливаемых блюд  
 возрастная категория питающихся с 1,5 до 3 лет.  
 2 день

приём пищи	наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергетическа я ценность	№ рецептур ы
			белк и	жир ы	углевод ы		
завтрак	омлет натуральный	105	7,3	9,8	3,2	130,2	214
	масло (порциями)	5	0,03	4,125	0,045	37,425	13
	хлеб пшеничный	60	4,56	0,54	29,82	142,38	3
	кофейный напиток с молоком	180	1,8	2,2	13,6	81,4	395
<b>итого</b>		<b>350</b>	<b>13,69</b>	<b>16,67</b>	<b>46,67</b>	<b>391,41</b>	
2завтрак	яблоко свежее	100	0,4	0	11,3	46,8	6
<b>итого</b>		<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>11,3</b>	<b>46,8</b>	
обед	борщ с говядиной и сметаной	150/8/3	1,9	3,3	7,5	67,3	75
	рис отварной	110	2,7	4,4	28,3	163,6	315
	биточки рыбные с овощами запечеными	50	5	4,4	6,9	87,2	259
	салат витаминный	30	0,5	1	4,6	29,4	41
	хлеб ржано-пшеничный	30	2,1	0,33	12,09	59,73	9
	компот из сухофруктов	150	0,5	0	22,4	91,6	402
<b>итого</b>		<b>520</b>	<b>12,7</b>	<b>13,43</b>	<b>81,79</b>	<b>498,83</b>	
полдник	суп гречневый с курицей	150	3,5	4,7	10,2	97,1	94
	хлеб ржано-пшеничный	30	2,1	0,33	12,09	59,73	3
	снежок	150	4,35	3,75	6	75,15	435
<b>итого</b>		<b>330</b>	<b>9,95</b>	<b>8,78</b>	<b>28,29</b>	<b>231,98</b>	
<b>всего за день</b>			<b>36,74</b>	<b>38,88</b>	<b>168,05</b>	<b>1169,02</b>	



УТВЕРЖДАЮ:  
заведующий МБДОУ  
детским садом с. Пухово  
Грудьева С.М.  
«01» марта 2023г.

Менюготавливаемых блюд  
возрастная категория питающихся с 1,5 до 3 лет.

3 день

приём пищи	наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
завтрак	каша молочная из пшена и риса «Дружба»	180	4,24	6,58	13,13	148,04	190
	хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	94,92	3
	сыр (порциями)	5	1,17	1,5	0	18,18	14
	чай с лимоном	197	0,2	0	10	40,8	393
<b>итого</b>		<b>422</b>	<b>8,65</b>	<b>8,44</b>	<b>43,01</b>	<b>301,94</b>	
2завтрак	сок фруктовый	170	0,9	0	38,6	93,5	442
<b>итого</b>		<b>170</b>	<b>0,9</b>	<b>0</b>	<b>38,6</b>	<b>93,5</b>	
обед	суп картофельный с фрикадельками	150	5	4,6	10,8	104,6	83
	макаронные изделия отварные	110	3,32	3,83	23,46	141,59	335
	мясной гуляш	50	3,2	6,3	2,3	78,7	259
	огурец соленый	30	0,84	0	0,39	4,92	
	хлеб ржано-пшеничный	30	2,1	0,33	12,09	59,73	9
	кисель из сушеных яблок	150	0,2	0	24,3	98	379
<b>итого</b>		<b>520</b>	<b>14,66</b>	<b>15,06</b>	<b>73,34</b>	<b>487,54</b>	
полдник	запеканка картофельная с курицей	80	3,9	8,2	14	145,4	299
	йогурт питьевой	150	4,1	3,7	6,6	82,3	401
<b>итого</b>		<b>230</b>	<b>8</b>	<b>11,9</b>	<b>20,6</b>	<b>227,7</b>	
<b>всего за день</b>			<b>32,21</b>	<b>35,4</b>	<b>175,55</b>	<b>1110,68</b>	



УТВЕРЖДАЮ:  
заведующий МБДОУ  
детским садом с. Пухово  
Грудьева С.М.  
«11» декабря 2013г.

Меню приготавливаемых блюд  
возрастная категория питающихся с 1,5 до 3 лет.

4 день

приём пищи	наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
завтрак	каша манная молочная	160	3,82	4,35	16,19	125,58	189
	хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	24,85	118,65	3
	какао с молоком	150	2,1	2,5	12,3	80,1	397
<b>итого</b>		<b>360</b>	<b>9,72</b>	<b>7,3</b>	<b>53,34</b>	<b>324,33</b>	
2 завтрак	снежок	150	4,35	3,75	6	75,15	435
	вафли	17	0,54	0,48	13,6	60,88	493
<b>итого</b>		<b>167</b>	<b>4,89</b>	<b>4,23</b>	<b>19,6</b>	<b>136,03</b>	
обед	свекольник с говядиной и сметаной	150	3,3	3,1	13	93,1	62
	капуста тушеная с мясом	160	6,1	8,27	25,12	132,23	131
	томаты соленые	30	0,3	0	0,7	4	20
	хлеб ржано-пшеничный	40	2,8	0,44	16,12	79,64	9
	компот из смеси сухофруктов	150	0,5	0	10,7	44,8	402
<b>итого</b>		<b>530</b>	<b>13</b>	<b>11,81</b>	<b>65,64</b>	<b>353,77</b>	
полдник	сырники с морковью	65	6,6	6,5	13,8	140,1	233
	кисель из кураги	150	0,8	0	18,4	76,8	380
	яблоко свежее	95	0,38	0	10,735	44,46	6
<b>итого</b>		<b>310</b>	<b>7,78</b>	<b>6,5</b>	<b>42,935</b>	<b>261,36</b>	
<b>всего за день</b>			<b>35,39</b>	<b>29,84</b>	<b>181,515</b>	<b>1075,49</b>	



УТВЕРЖДАЮ:  
 заведующий МБДОУ  
 детским садом с. Пухово  
 Грудьева С.М.  
 «11» марта 2013г.

Меню приготавливаемых блюд  
 возрастная категория питающихся с 1,5 до 3 лет.

5 день

приём пищи	наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
завтрак	каша геркулесовая	125	3,1	5,5	17,4	131,5	413
	масло (порциями)	5	0,03	4,125	0,045	37,425	13
	хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	94,92	3
	чай с сахаром	180	0	0	8,2	32,8	392
<b>итого</b>		<b>350</b>	<b>6,17</b>	<b>9,985</b>	<b>45,525</b>	<b>296,645</b>	
2 завтрак	груша свежая	100	0,4	0	10,7	44,4	7
<b>итого</b>		<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>10,7</b>	<b>44,4</b>	
обед	рассольник на мясном бульоне	150	5,1	7,6	8,1	121,2	74
	каша гречневая рассыпчатая	110	2,65	3,39	27,79	152,27	323
	биточки куриные	50	6,95	7,23	1,69	99,63	289
	икра кабачковая	30	0,4	1,6	2,3	25,2	53
	хлеб ржано-пшеничный	40	2,8	0,44	16,12	79,64	9
	компот из изюма	150	0,3	0	21,3	86,4	376
<b>итого</b>		<b>530</b>	<b>18,2</b>	<b>20,26</b>	<b>77,3</b>	<b>564,34</b>	
полдник	ватрушка с повидлом	60	4,4	2,1	44,1	221,1	458
	напиток лимонный	150	0,1	0	19,9	82,3	436
<b>итого</b>		<b>210</b>	<b>4,5</b>	<b>2,1</b>	<b>64</b>	<b>303,4</b>	
<b>всего за день</b>			<b>29,27</b>	<b>32,345</b>	<b>197,525</b>	<b>1208,785</b>	



УТВЕРЖДАЮ:  
заведующий МБДОУ  
детским садом с. Пухово  
Грудьева С.М.  
«01» марта 20 13г.

Меню приготавливаемых блюд  
возрастная категория питающихся с 1,5 до 3 лет.

6 день

приём пищи	наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
завтрак	каша гречневая молочная	130	3,4	5,3	15,6	123,7	184
	сыр (порциями)	6	1,404	1,8	0	21,816	14
	хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	94,92	3
	какао с молоком	150	2,1	2,5	9,4	68,5	397
<b>итого</b>		<b>356</b>	<b>9,944</b>	<b>9,96</b>	<b>44,88</b>	<b>308,936</b>	
2 завтрак	йогурт питьевой	150	4,1	3,7	6,6	82,3	401
	вафли	10	0,3	0,7	5,7	35,4	
<b>итого</b>		<b>100</b>	<b>4,4</b>	<b>4,4</b>	<b>12,3</b>	<b>117,7</b>	
обед	суп с рыбными консервами	150	5,4	2	9,9	79,2	87
	мясо тушеное с овощами в соусе	180	9	13,1	14,9	213,5	274
	салат "Свеколка"	30	0,7	1,2	5,8	36,8	50
	хлеб ржано-пшеничный	40	2,8	0,44	16,12	79,64	9
	компот из кураги	150	0,5	0	12,1	50,4	
<b>итого</b>		<b>550</b>	<b>18,4</b>	<b>16,74</b>	<b>58,82</b>	<b>459,54</b>	
полдник	Запеканка рисовая с творогом с повидлом	100/25	12,75	7,39	44,55	343,45	193
	чай с сахаром	150	0	0	5	20	392
<b>итого</b>		<b>275</b>	<b>12,75</b>	<b>7,39</b>	<b>49,5</b>	<b>363,45</b>	
<b>всего за день</b>			<b>45,494</b>	<b>38,49</b>	<b>165,5</b>	<b>1249,626</b>	



УТВЕРЖДАЮ:  
заведующий МБДОУ  
детским садом с. Пухово  
Грудьева С.М.  
«01» марта 2023г.

Менюготавливаемых блюд  
возрастная категория питающихся с 1,5 до 3 лет.  
7 день

приём пищи	наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
завтрак	каша рисовая молочная	125	2,5	4,3	17,4	118,3	189
	масло (порциями)	5	0,03	4,125	0,045	37,425	13
	хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	94,92	
	кофейный напиток	150	1,1	0,98	14,5	71,22	432
<b>итого</b>		<b>320</b>	<b>6,67</b>	<b>9,765</b>	<b>51,825</b>	<b>321,865</b>	
2завтрак	снежок	150	5,22	4,5	7,2	90,18	435
	печенье	10	1,07	1,562	3,47	32,218	52
<b>итого</b>		<b>160</b>	<b>6,29</b>	<b>6,062</b>	<b>10,67</b>	<b>122,398</b>	
обед	щи с квашенной капусты с картофелем и сметаной	153	2,6	4,2	4,1	64,6	88
	пюре картофельное	110	1,8	3,4	14,8	97	335
	печеночные оладьи	60	4,2	11,2	10,1	158	290
	соус сметанный	20	0,28	0,79	1,27	13,31	371
	томаты соленые	30	0,3	0	0,7	4	20
	хлеб ржано-пшеничный	40	2,8	0,44	16,12	79,64	9
	компот из смеси сухофруктов	150	0,5	0	9,8	41,2	432
<b>итого</b>		<b>563</b>	<b>12,48</b>	<b>20,03</b>	<b>56,89</b>	<b>457,75</b>	
полдник	суп овощной с вермишелью и с курицей	150	2,1	2,1	10,9	70,9	82
	помпушки с чесноком	20	2,3	2,4	14,7	89,6	471
	чай с лимоном	150	0,2	0	5,2	21,6	393
<b>итого</b>		<b>415</b>	<b>4,6</b>	<b>4,5</b>	<b>30,8</b>	<b>182,1</b>	
<b>всего за день</b>			<b>30,04</b>	<b>40,357</b>	<b>150,185</b>	<b>1084,113</b>	

УТВЕРЖДАЮ:

заведующий МБДОУ

детским садом с. Пухово

Грудьева С.М.

20 23 г.



Меню приготовляемых блюд  
возрастная категория питающихся с 1,5 до 3 лет.

8 день

приём пищи	наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
завтрак	макароны с сыром	150	8,1	8,3	32,1	235,5	210
	хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	чай с сахаром	180	0	0	6,9	27,6	392
<b>итого</b>		<b>350</b>	<b>9,62</b>	<b>8,48</b>	<b>48,94</b>	<b>310,56</b>	
2завтрак	сок фруктовый	150	0,8	0	31,4	82,5	442
<b>итого</b>		<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0</b>	<b>31,4</b>	<b>82,5</b>	
обед	борщ	165	3,2	5	7,8	89	56
	плов по-узбекски	160	8,1	22,4	31,7	360,8	266
	винегрет овощной	30	0,4	2,5	2,2	32,9	51
	хлеб ржано-пшеничный	40	2,8	0,44	16,12	79,64	
	напиток из свежих яблок	150	0,3	0,1	20,6	84,5	438
<b>итого</b>		<b>545</b>	<b>14,8</b>	<b>30,44</b>	<b>78,42</b>	<b>646,84</b>	
полдник	суп овощной с курой и сметаной	130	2,9	5	17,9	128,2	95
	хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	
	какао с молоком	150	2,1	2,5	12,3	80,1	397
<b>итого</b>		<b>310</b>	<b>7,28</b>	<b>7,77</b>	<b>45,11</b>	<b>279,49</b>	
<b>всего за день</b>			<b>32,5</b>	<b>46,69</b>	<b>203,87</b>	<b>1319,39</b>	





УТВЕРЖДАЮ:  
 заведующий МБДОУ  
 детским садом с. Пухово  
 Грудьева С.М.  
 2023г.

Меню приготавливаемых блюд  
 возрастная категория питающихся с 1,5 до 3 лет.

9 день

приём пищи	наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
завтрак	каша ячневая жидкая	130	2,8	5	14,6	114,6	189
	масло (порциями)	5	0,03	4,125	0,045	37,425	13
	хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	94,92	3
	кофейный напиток с молоком	180	1,3	1,5	9,9	58,3	395
<b>итого</b>		<b>355</b>	<b>7,17</b>	<b>10,985</b>	<b>44,425</b>	<b>305,245</b>	
2 завтрак	йогурт питьевой	150	4,35	3,75	6,15	75,75	435
	пряник	17	0,54	0,48	13,6	60,88	50
<b>итого</b>		<b>167</b>	<b>4,89</b>	<b>4,23</b>	<b>19,75</b>	<b>136,63</b>	
обед	суп по-дальневосточному	150	4,9	5,2	5,2	87,2	95
	каша гречневая рассыпчатая	110	6,2	3,2	28,1	166	181
	мясо тушеное	50	3,95	8,2	3,1	102	257
	огурец соленый	30	0,84	0	0,39	4,92	21
	хлеб ржано-пшеничный	40	2,8	0,44	16,12	79,64	9
	компот из изюма	150	0,3	0	15,5	63,2	376
<b>итого</b>		<b>530</b>	<b>18,99</b>	<b>17,04</b>	<b>68,41</b>	<b>502,96</b>	
полдник	вареники ленивые	80	9,5	3,3	19,8	146,9	229
	кисель из кураги	150	0,8	0	17	71,2	406
	яблоко свежее	95	0,38	0	10,735	44,46	6
<b>итого</b>		<b>325</b>	<b>10,68</b>	<b>3,3</b>	<b>47,535</b>	<b>262,56</b>	
<b>всего за день</b>			<b>41,73</b>	<b>35,555</b>	<b>180,12</b>	<b>1207,395</b>	

УТВЕРЖДАЮ:  
 заведующий МБДОУ  
 детским садом с. Пухово  
 Грудьева С.М.  
 2023 г.



Менюготавливаемых блюд  
 возрастная категория питающихся с 1,5 до 3 лет.  
 10 день

приём пищи	наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
завтрак	суп с рыбными консервами	140	5,1	1,8	9,3	73,8	87
	сыр (порциями)	5	1,17	1,5	0	18,18	14
	хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	24,85	18,18	
	чай с лимоном	155	0	0	7	28	393
<b>итого</b>		<b>350</b>	<b>10,07</b>	<b>3,75</b>	<b>41,15</b>	<b>238,63</b>	
2завтрак	сок фруктовый	150	0,9	0	34,1	82,5	442
<b>итого</b>		<b>150</b>	<b>0,9</b>	<b>0</b>	<b>34,1</b>	<b>82,5</b>	
обед	борщ с капустой и картофелем	180	2,09	2,95	8,42	68,59	76
	пюре гороховое	110	7,6	1,6	15,8	108	335
	котлета мясная	50	4,5	8	7,5	120	272
	хлеб ржано-пшеничный	40	2,8	0,44	16,12	79,64	9
	салат витаминный	40	0,5	1,3	6,1	38,1	41
	чай с сахаром	150	0	0	6,9	27,6	397
<b>итого</b>		<b>570</b>	<b>17,49</b>	<b>14,29</b>	<b>60,84</b>	<b>441,93</b>	
полдник	солянка сборная с курицей	110	2,7	6,6	14,4	127,8	131
	хлеб ржано-пшеничный	30	2,1	0,33	12,09	59,73	9
	какао с молоком	150	2,1	2,5	12,3	80,1	392
<b>итого</b>		<b>290</b>	<b>6,9</b>	<b>9,43</b>	<b>38,79</b>	<b>267,63</b>	
<b>всего за день</b>			<b>35,36</b>	<b>27,47</b>	<b>174,88</b>	<b>1030,69</b>	