



Утверждаю  
Директор МАОУ «СОШ№4»  
О.А.Исянгулова

Основное двухнедельное меню на весенне-летний период  
в структурном подразделении МАОУ «СОШ№4» детский сад «Улыбка»  
На 2024-2025 учебный год

Г.Мегион 2024г

День: понедельник

Неделя: первая

Сезон: весенне -летний

| Наименование блюд                           |           | Выход (гр/мл) |        | От 1 года до 3-х лет/ясли |       |        |                   | От 3-х до 7-ми лет/сад |       |        |                    |
|---------------------------------------------|-----------|---------------|--------|---------------------------|-------|--------|-------------------|------------------------|-------|--------|--------------------|
|                                             |           | Ясли          | Сад    | Б                         | Ж     | У      | ЗЦ (ккал)         | Б                      | Ж     | У      | ЗЦ (ккал)          |
| Завтрак                                     |           |               |        |                           |       |        |                   |                        |       |        |                    |
| Каша молочная кукурузная                    | TK №16193 | 150/5         | 200/5  | 2,25                      | 2,16  | 11,28  | 80,57             | 3,0                    | 3,89  | 15,04  | 107,43             |
| Батон с маслом                              | TK №16081 | 30/10         | 40/10  | 4,58                      | 2,51  | 13,2   | 106,88            | 6,11                   | 3,35  | 17,6   | 142,5              |
| Какао с молоком                             | TK №15921 | 180           | 200    | 3,39                      | 3,53  | 23,35  | 138,52            | 3,77                   | 3,93  | 25,95  | 153,92             |
|                                             |           | 375гр.        | 455гр. | 10,22                     | 18,42 | 47,83  | 325,97(23)        | 12,88                  | 11,17 | 58,59  | 403,85(22)         |
| Завтрак 2-й                                 |           |               |        |                           |       |        |                   |                        |       |        |                    |
| Фрукты в ассортименте(яблоки)               | TK №15823 | 95            | 100    | 0,28                      | 0,0   | 9,69   | 39,33(2,8)        | 0,3                    | 0,0   | 10,2   | 41,4(2,3)          |
| Обед                                        |           |               |        |                           |       |        |                   |                        |       |        |                    |
| Томаты в собственном соку                   | TK №16912 | 40            | 50     | 0,44                      | 0,04  | 0,0    | 8,0               | 0,55                   | 0,05  | 0,0    | 10,0               |
| Щи из свежей капусты с картофелем           | TK №14760 | 180           | 200    | 1,39                      | 4,22  | 9,06   | 82,97             | 1,54                   | 4,69  | 10,07  | 92,19              |
| Плов из отварной говядины                   | TK №15922 | 180           | 200    | 21,89                     | 18,61 | 30,33  | 376,53            | 24,33                  | 20,69 | 33,71  | 418,37             |
| Напиток лимонный                            | TK №15829 | 180           | 200    | 0,0                       | 0,0   | 20,16  | 81,0              | 0,0                    | 0,0   | 22,4   | 90,0               |
| Хлеб дарницкий                              | TK №15831 | 40            | 50     | 3,2                       | 0,32  | 27,46  | 74,3              | 4,0                    | 0,4   | 34,32  | 92,87              |
|                                             |           | 620гр.        | 700гр. | 26,92                     | 23,19 | 87,0   | 622,8(44)         | 27,42                  | 25,83 | 100,5  | 703,43(39)         |
| Уплотнённый полдник с включением блюд ужина |           |               |        |                           |       |        |                   |                        |       |        |                    |
| Салат витаминный                            | TK №15372 | 40            | 60     | 1,6                       | 4,0   | 8,8    | 64,53             | 2,4                    | 6,0   | 13,2   | 96,8               |
| Макароны, запеченные с сыром                | TK №16918 | 120           | 150    | 3,97                      | 11,87 | 25,16  | 223,36            | 4,96                   | 14,84 | 31,45  | 279,2              |
| Булочка творожная                           | TK №17725 | 50            | 50     | 6,65                      | 1,8   | 27,8   | 147,5             | 6,65                   | 1,8   | 27,8   | 147,5              |
| Компот из изюма                             | TK №16156 | 180           | 200    | 0.06                      | 0.01  | 10.83  | 43.77             | 0.07                   | 0.01  | 12.04  | 48.64              |
| Хлеб пшеничный                              | TK №15832 | 40            | 50     | 3,2                       | 0,32  | 27,46  | 74,3              | 4,0                    | 0,4   | 34,32  | 92,87              |
|                                             |           | 430гр.        | 510гр. | 15,48                     | 18,0  | 100,0  | 553,46(39)        | 18,08                  | 23,05 | 118,81 | 665,01(37)         |
| Итого:                                      |           |               |        | 52,9                      | 59,61 | 244,52 | 1541,56<br>(110%) | 58,68                  | 60,05 | 288,1  | 18136,69<br>(100%) |

День: вторник

Неделя: первая

Сезон: весенне -летний

| Наименование блюд                                      | Выход (гр/мл) |               | От 1 года до 3-х лет/ясли |              |               |                   | От 3-х до 7-ми лет/сад |              |               |                   |
|--------------------------------------------------------|---------------|---------------|---------------------------|--------------|---------------|-------------------|------------------------|--------------|---------------|-------------------|
|                                                        | Ясли          | Сад           | Б                         | Ж            | У             | ЗЦ (ккал)         | Б                      | Ж            | У             | ЗЦ (ккал)         |
| <b>Завтрак</b>                                         |               |               |                           |              |               |                   |                        |              |               |                   |
| Каша молочная манная ТК №16193                         | 150/5         | 200/5         | 2,25                      | 2,16         | 11,28         | 80,57             | 3,0                    | 3,89         | 15,04         | 107,43            |
| Батон с маслом ТК №15140                               | 30/5          | 40/5          | 2,31                      | 2,94         | 17,75         | 95,29             | 3,08                   | 3,92         | 23,66         | 127,05            |
| Быстрорастворимый шоколадный напиток Несквик ТК №15822 | 180           | 200           | 5,9                       | 6,46         | 16,45         | 148,0             | 6,56                   | 7,18         | 18,28         | 164,45            |
|                                                        | 370гр.        | 650гр.        | 10,46                     | 11,56        | 45,48         | 323,86(23)        | 12,64                  | 14,99        | 56,98         | 398,93(22)        |
| <b>Завтрак№2</b>                                       |               |               |                           |              |               |                   |                        |              |               |                   |
| Фрукты в ассортименте(апельсины) ТК № 15142            | 95            | 100           | 0,66                      | 0,0          | 5,98          | 27,07(1,9%)       | 0,7                    | 0,0          | 6,3           | 28,5(1,58%)       |
| <b>Обед</b>                                            |               |               |                           |              |               |                   |                        |              |               |                   |
| Салат из свеклы с чесноком ТК №15835                   | 40            | 60            | 1,4                       | 4,66         | 2,53          | 58,0              | 0,84                   | 6,05         | 5,53          | 79,97             |
| Суп крестьянский ТК №15775                             | 180           | 200           | 1,5                       | 4,55         | 7,65          | 77,63             | 1,67                   | 5,06         | 8,51          | 86,26             |
| Тефтели рыбные ТК № 15836                              | 70            | 80            | 8,95                      | 5,48         | 9,16          | 121,07            | 10,23                  | 6,26         | 10,47         | 138,36            |
| Пюре картофельное ТК №15377                            | 100           | 120           | 3,54                      | 3,81         | 11,36         | 101,81            | 4,25                   | 4,58         | 13,63         | 122,18            |
| Компот из свежих груш ТК №13518                        | 180           | 200           | 0,14                      | 0,0          | 13,49         | 54,58             | 0,16                   | 0,0          | 14,96         | 60,64             |
| Хлеб 8 злаков ТК №16024                                | 40            | 50            | 2,88                      | 0,4          | 18,32         | 91,2              | 3,6                    | 0,5          | 22,9          | 114               |
| <b>Уплотнённый полдник с включением блюд ужина</b>     | <b>610гр.</b> | <b>710гр.</b> | <b>18,41</b>              | <b>18,9</b>  | <b>62,51</b>  | <b>504,29(36)</b> | <b>20,75</b>           | <b>22,45</b> | <b>76,0</b>   | <b>601,41(33)</b> |
| Салат картофельный с зелёным горошком ТК №18134        | 40            | 60            | 1,21                      | 4,55         | 4,3           | 62,8              | 1,82                   | 6,82         | 6,45          | 94,2              |
| Голубцы ленивые, соус томатный ТК №16139               | 140/50        | 150/50        | 9,56                      | 10,72        | 6,31          | 144,37            | 10,93                  | 12,3         | 7,2           | 165,0             |
| Хачапури ТК №18536                                     | 50            | 50            | 6,75                      | 5,75         | 17,75         | 149,55            | 6,75                   | 5,75         | 17,75         | 149,55            |
| Компот из кураги ТК №14043                             | 180           | 200           | 0,29                      | 0,0          | 20,39         | 82,78             | 0,33                   | 0,0          | 22,66         | 91,98             |
| Хлеб пшеничный ТК №15832                               | 30            | 40            | 2,97                      | 0,54         | 15,39         | 81,45             | 3,96                   | 0,72         | 20,52         | 108,6             |
|                                                        | <b>490гр.</b> | <b>550гр.</b> | <b>20,78</b>              | <b>21,56</b> | <b>64,14</b>  | <b>356,72(25)</b> | <b>23,79</b>           | <b>25,59</b> | <b>74,58</b>  | <b>609,33(34)</b> |
| <b>Итого:</b>                                          |               |               | <b>50,31</b>              | <b>52,02</b> | <b>178,11</b> | <b>1211,94</b>    | <b>57,88</b>           | <b>63,03</b> | <b>213,86</b> | <b>1638,17</b>    |

День: среда

Неделя: первая

Сезон : весенне- летний

| Наименование блюд                           |            | Выход (гр/мл) |        | От 1 года до 3-х лет/ясли |       |        |            | От 3-х до 7-ми лет/сад |       |        |            |
|---------------------------------------------|------------|---------------|--------|---------------------------|-------|--------|------------|------------------------|-------|--------|------------|
|                                             |            | Ясли          | Сад    | Б                         | Ж     | У      | ЗЦ (ккал)  | Б                      | Ж     | У      | ЗЦ (ккал)  |
| Завтрак                                     |            |               |        |                           |       |        |            |                        |       |        |            |
| Каша молочная овсянная из геркулес          | TK №15889  | 150/5         | 200/5  | 2,89                      | 3,0   | 23,62  | 97,5       | 3,86                   | 4,0   | 31,5   | 130,0      |
| Батон с маслом                              | TK №15140  | 30/5          | 40/5   | 2,31                      | 2,94  | 17,75  | 95,29      | 3,08                   | 3,92  | 23,66  | 127,05     |
| Кисломолочный продукт                       | TK №16005  | 180           | 200    | 5,04                      | 5,74  | 7,36   | 101,26     | 5,6                    | 6,38  | 8,18   | 112,52     |
|                                             |            | 370гр.        | 495гр. | 10,24                     | 11,68 | 48,73  | 294,05(21) | 12,54                  | 14,3  | 63,34  | 369,57(20) |
| Завтрак 2-й                                 |            |               |        |                           |       |        |            |                        |       |        |            |
| Фрукты в ассортименте(черешня)              | TK №17696  | 100           | 100    | 0,94                      | 0,34  | 9,01   | 43,0(3)    | 0,94                   | 0,34  | 9,01   | 43,0(2,3)  |
| Обед                                        |            |               |        |                           |       |        |            |                        |       |        |            |
| Свежий огурец порционно                     | TK № 16184 | 40            | 60     | 0,28                      | 0,0   | 1,12   | 5,56       | 0,42                   | 0,0   | 1,68   | 8,34       |
| Рассольник ленинградский                    | TK №14966  | 180           | 200    | 3,61                      | 8,13  | 23,31  | 107,71     | 4,02                   | 9,04  | 25,9   | 119,68     |
| Котлета из мяса птицы                       | TK№16174   | 60/5          | 80/5   | 9,54                      | 8,65  | 9,6    | 156,6      | 12,72                  | 11,52 | 12,8   | 208,8      |
| Овощи по-карпатски                          | TK №15377  | 100           | 120    | 3,54                      | 3,81  | 11,36  | 101,81     | 4,25                   | 4,58  | 13,63  | 122,18     |
| Напиток яблочно –апельсиновый               | TK №16571  | 180           | 200    | 0,13                      | 0,06  | 12,33  | 53,25      | 0,15                   | 0,08  | 13,7   | 59,17      |
| Хлеб дарницкий                              | TK №16024  | 40            | 50     | 2,88                      | 0,4   | 18,32  | 91,2       | 3,6                    | 0,5   | 22,9   | 114        |
|                                             |            | 605гр.        | 715гр. | 20,3                      | 20,97 | 85,18  | 499,23(35) | 25,56                  | 25,62 | 102,03 | 611,04(34) |
| Уплотнённый полдник с включением блюд ужина |            |               |        |                           |       |        |            |                        |       |        |            |
| Сырники с морковью                          | TK №16206  | 120           | 150    | 23,37                     | 9,68  | 23,28  | 273,78     | 29,22                  | 12,11 | 29,1   | 342,23     |
| Молоко сгущённое                            | TK №15157  | 40            | 40     | 3,02                      | 3,57  | 23,52  | 134,4      | 3,02                   | 3,57  | 23,52  | 134,4      |
| Сдоба обыкновенная                          | TK №16190  | 50            | 50     | 7,1                       | 14,8  | 56,1   | 252,2      | 7,1                    | 14,8  | 56,1   | 252,2      |
| Кисель плодово –ягодный из концентрата      | TK №13520  | 180           | 200    | 0,0                       | 0,0   | 17,28  | 135,0      | 0,0                    | 0,0   | 19,2   | 150,0      |
| Хлеб пшеничный                              | TK №15832  | 30            | 40     | 2,28                      | 0,24  | 17,7   | 70,5       | 3,04                   | 0,32  | 23,6   | 94,0       |
|                                             |            | 420гр.        | 480гр. | 35,77                     | 28,29 | 137,98 | 865,88(62) | 42,38                  | 30,8  | 151,52 | 672,83(54) |
| Итого:                                      |            |               |        | 67,25                     | 61,28 | 280,8  | 1702,16    | 81,42                  | 71,06 | 325,9  | 1696,46    |
|                                             |            |               |        |                           |       |        | (121)      |                        |       |        | (104)      |

День: четверг

Неделя: первая

Сезон: весенне -летний

| Наименование блюд                                  |            | Выход (гр/мл) |               | От 1 года до 3-х лет/ясли |              |               |                      | От 3-х до 7-ми лет/сад |              |               |                     |
|----------------------------------------------------|------------|---------------|---------------|---------------------------|--------------|---------------|----------------------|------------------------|--------------|---------------|---------------------|
|                                                    |            | Ясли          | Сад           | Б                         | Ж            | У             | ЗЦ (ккал)            | Б                      | Ж            | У             | ЗЦ (ккал)           |
| <b>Завтрак</b>                                     |            |               |               |                           |              |               |                      |                        |              |               |                     |
| Суп молочный с макаронными изделиями               | TK №13549  | 180           | 200           | 2,61                      | 5,4          | 16,75         | 133,68               | 2,9                    | 6,0          | 18,62         | 148,54              |
| Батон с сыром                                      | TK №16081  | 30/10         | 40/10         | 4,58                      | 2,51         | 13,2          | 106,88               | 6,11                   | 3,35         | 17,6          | 142,5               |
| Кисломолочный продукт                              | TK №16005  | 180           | 200           | 5,04                      | 5,74         | 7,36          | 101,26               | 5,6                    | 6,38         | 8,18          | 112,52              |
|                                                    |            | <b>400гр.</b> | <b>450гр.</b> | <b>12,23</b>              | <b>13,65</b> | <b>37,31</b>  | <b>341,82(24)</b>    | <b>14,61</b>           | <b>15,73</b> | <b>44,4</b>   | <b>403,56(22)</b>   |
| <b>Завтрак 2-й</b>                                 |            |               |               |                           |              |               |                      |                        |              |               |                     |
| Фрукты в ассортименте(черешня)                     | TK №17696  | 100           | 100           | 0,94                      | 0,34         | 9,01          | 43,0(3)              | 0,94                   | 0,34         | 9,01          | 43,0(2,3)           |
| <b>Обед</b>                                        |            |               |               |                           |              |               |                      |                        |              |               |                     |
| Помидор свежий                                     | TK № 15935 | 40            | 60            | 0,36                      | 0,06         | 1,26          | 8,0                  | 0,55                   | 0,1          | 1,9           | 12,0                |
| Суп картофельный с клёцками                        | TK №14743  | 180           | 200           | 2,7                       | 2,36         | 12,12         | 80,59                | 3,0                    | 2,63         | 13,47         | 89,55               |
| Перец сладкий , фаршированный мясом и рисом, соус  | TK №17699  | 90/30         | 100/30        | 13,58                     | 9,94         | 11,76         | 193,20               | 15,52                  | 11,36        | 13,44         | 220,8               |
| Картофель тушеный                                  | TK №15377  | 90            | 100           | 3,54                      | 3,81         | 11,36         | 101,81               | 4,25                   | 4,58         | 13,63         | 122,18              |
| Напиток лимонный                                   | TK №16161  | 180           | 200           | 0,61                      | 0,0          | 18,91         | 42,18                | 0,68                   | 0,0          | 21,01         | 46,87               |
| Хлеб 8 злаков                                      | TK №15831  | 40            | 50            | 3,2                       | 0,32         | 27,46         | 74,3                 | 4,0                    | 0,4          | 34,32         | 92,87               |
| <b>Уплотнённый полдник с включением блюд ужина</b> |            | <b>670гр.</b> | <b>780гр.</b> | <b>23,99</b>              | <b>16,49</b> | <b>82,87</b>  | <b>500,08(35)</b>    | <b>28,0</b>            | <b>19,07</b> | <b>97,77</b>  | <b>584,27(32)</b>   |
| Салат из свеклы с солёным огурцом                  | TK №15834  | 40            | 60            | 0,63                      | 5,04         | 3,88          | 63,40                | 0,63                   | 5,04         | 3,88          | 63,4                |
| Зразы картофельные с овощами                       | TK №16197  | 120           | 150           | 5,64                      | 8,49         | 27,25         | 208,08               | 7,06                   | 10,62        | 34,07         | 260,1               |
| Манник                                             | TK №16137  | 50            | 50            | 3,83                      | 5,0          | 19,33         | 138,08               | 4,59                   | 6,0          | 23,19         | 165,6               |
| Чай с молоком                                      | TK №16653  | 180           | 200           | 2,51                      | 3,17         | 11,92         | 78,53                | 2,79                   | 3,52         | 13,24         | 87,25               |
| Хлеб пшеничный                                     | TK №15832  | 30            | 40            | 2,28                      | 0,24         | 17,7          | 70,5                 | 3,04                   | 0,32         | 23,6          | 94,0                |
|                                                    |            | <b>430гр.</b> | <b>500гр.</b> | <b>14,89</b>              | <b>21,94</b> | <b>80,08</b>  | <b>558,59(40)</b>    | <b>18,11</b>           | <b>25,5</b>  | <b>97,98</b>  | <b>670,35(37)</b>   |
| <b>Итого:</b>                                      |            |               |               | <b>52,05</b>              | <b>52,42</b> | <b>209,27</b> | <b>1443,49 (103)</b> | <b>61,66</b>           | <b>60,64</b> | <b>249,16</b> | <b>1701,18 (95)</b> |

День: пятница

Неделя: первая

Сезон: весенне- летний

| Наименование блюд                           |           | Выход (гр/мл) |        | От 1 года до 3-х лет/ясли |       |        |                  | От 3-х до 7-ми лет/сад |       |        |                  |
|---------------------------------------------|-----------|---------------|--------|---------------------------|-------|--------|------------------|------------------------|-------|--------|------------------|
|                                             |           | Ясли          | Сад    | Б                         | Ж     | У      | ЗЦ (ккал)        | Б                      | Ж     | У      | ЗЦ (ккал)        |
| Завтрак                                     |           |               |        |                           |       |        |                  |                        |       |        |                  |
| Каша молочная ячневая                       | TK №15889 | 150/5         | 200/5  | 2,89                      | 3,0   | 23,62  | 97,5             | 3,86                   | 4,0   | 31,5   | 130,0            |
| Батон с джемом                              | TK№16123  | 30/20         | 40/30  | 2,28                      | 0,24  | 13,2   | 94,2             | 3,04                   | 0,32  | 17,6   | 117,7            |
| Молоко кипяченое                            | TK№ 13523 | 180           | 200    | 5,03                      | 5,74  | 8,44   | 105,58           | 5,59                   | 6,38  | 9,38   | 117,31           |
|                                             |           | 385гр.        | 475гр. | 10,2                      | 8,98  | 45,26  | 297,28(21)       | 12,49                  | 10,7  | 58,38  | 365,01(20)       |
| Завтрак 2-й                                 |           |               |        |                           |       |        |                  |                        |       |        |                  |
| Фрукты в ассортименте(яблоки)               | TK №15823 | 95            | 100    | 0,28                      | 0,0   | 9,69   | 39,33(2,8)       | 0,3                    | 0,0   | 10,2   | 41,4(2,3)        |
| Обед                                        |           |               |        |                           |       |        |                  |                        |       |        |                  |
| Огурец консервированный                     | TK №15145 | 40            | 40     | 0,44                      | 0,04  | 0,0    | 8,0              | 0,44                   | 0,04  | 0,0    | 8,0              |
| Суп картофельный с рыбными фрикад.          | TK №14732 | 180/35        | 200/35 | 5,76                      | 2,47  | 14,27  | 108,74           | 6,4                    | 2,74  | 15,86  | 120,82           |
| Тефтели из говядины паровые                 | TK №15837 | 60            | 80     | 11,02                     | 12,52 | 7,49   | 186,71           | 14,69                  | 16,69 | 9,99   | 248,95           |
| Капуста тушеная                             | TK№16204  | 100           | 100    | 1,8                       | 9,3   | 10,4   | 136,0            | 1,8                    | 9,3   | 10,4   | 136,0            |
| Компот из кураги                            | TK №14043 | 180           | 200    | 0,29                      | 0,0   | 20,39  | 82,78            | 0,33                   | 0,0   | 22,66  | 91,96            |
| Хлеб 8 злаков                               | TK№15831  | 40            | 50     | 3,2                       | 0,32  | 27,46  | 74,3             | 4,0                    | 0,4   | 34,32  | 92,87            |
| Уплотнённый полдник с включением блюд ужина |           | 555гр.        | 705гр. | 22,51                     | 24,65 | 80,0   | 596,53(42)       | 26,0                   | 29,17 | 93,23  | 698,6(39)        |
| Сырники из творога запечённые               | TK №16112 | 120           | 150    | 22,94                     | 5,98  | 31,67  | 272,29           | 28,67                  | 7,45  | 39,58  | 340,36           |
| Молоко сгущённое                            | TK №15157 | 40            | 40     | 3,02                      | 3,57  | 23,52  | 134,4            | 3,02                   | 3,57  | 23,52  | 134,4            |
| Булочка ванильная                           | TK №15943 | 50            | 50     | 5,42                      | 2,69  | 21,32  | 173,34           | 5,42                   | 5,69  | 21,32  | 173,34           |
| Чай с сахаром                               | TK №16653 | 180           | 200    | 2,51                      | 3,17  | 11,92  | 78,53            | 2,79                   | 3,52  | 13,24  | 87,25            |
| Хлеб пшеничный                              | TK №15832 | 30            | 40     | 2,97                      | 0,54  | 15,39  | 81,45            | 3,96                   | 0,72  | 20,52  | 108,6            |
|                                             |           | 420гр.        | 480гр. | 36,86                     | 15,95 | 103,82 | 740,0(52)        | 43,86                  | 20,95 | 118,18 | 843,95(47)       |
| Итого:                                      |           |               |        | 69,85                     | 49,58 | 238,77 | 1673,14<br>(119) | 82,65                  | 60,82 | 279,99 | 1948,96<br>(108) |

День: понедельник

Неделя: вторая

Сезон: весенне -летний

| Наименование блюд                           |            | Выход (гр/мл) |        | От 1 года до 3-х лет/ясли |       |        |                  | От 3-х до 7-ми лет/сад |       |        |                  |
|---------------------------------------------|------------|---------------|--------|---------------------------|-------|--------|------------------|------------------------|-------|--------|------------------|
|                                             |            | Ясли          | Сад    | Б                         | Ж     | У      | ЗЦ (ккал)        | Б                      | Ж     | У      | ЗЦ (ккал)        |
| Завтрак                                     |            |               |        |                           |       |        |                  |                        |       |        |                  |
| Каша пшеничная молочная жидкая              | TK №15999  | 150/5         | 200/5  | 4,53                      | 5,45  | 25,72  | 170,37           | 6,04                   | 7,27  | 34,29  | 227,16           |
| Батон с маслом                              | TK №15140  | 30/5          | 40/5   | 2,31                      | 2,94  | 17,75  | 95,29            | 3,08                   | 3,92  | 23,66  | 127,05           |
| Кофейный напиток с молоком                  | TK №15141  | 180           | 200    | 2.51                      | 2.87  | 17.74  | 106.82           | 2.79                   | 3.19  | 19.71  | 118.69           |
| Завтрак 2-й                                 |            |               |        |                           |       |        |                  |                        |       |        |                  |
| Фрукты в ассортименте(абрикосы)             | TK № 17697 | 95            | 100    | 0,38                      | 0,04  | 3,87   | 17,5(1,25)       | 0,38                   | 0,04  | 3,87   | 17,5(1,0)        |
| Обед                                        |            |               |        |                           |       |        |                  |                        |       |        |                  |
| Помидор свежий                              | TK № 15935 | 40            | 60     | 0,36                      | 0,06  | 1,26   | 8,0              | 0,55                   | 0,1   | 1,9    | 12,0             |
| Суп картофельный с горохом                  | TK №14746  | 180           | 200    | 4,46                      | 4,03  | 16,05  | 120,24           | 4,96                   | 4,48  | 17,84  | 133,6            |
| Бигус с мясом отварным                      | TK №16182  | 180           | 200    | 22,71                     | 25,65 | 12,15  | 369,74           | 25,24                  | 28,51 | 13,51  | 410,83           |
| Компот из сухофруктов                       | TK №14043  | 180           | 200    | 1,93                      | 0,31  | 22,4   | 96,3             | 2,35                   | 0,35  | 24,9   | 107,0            |
| Хлеб дарницкий                              | TK №16024  | 40            | 50     | 2,88                      | 0,4   | 18,32  | 91,2             | 3,6                    | 0,5   | 22,9   | 114              |
| Уплотнённый полдник с включением блюд ужина |            |               |        |                           |       |        |                  |                        |       |        |                  |
| Икра свекольная с изюмом                    | TK №16174  | 40            | 60     | 0,46                      | 3,33  | 2,86   | 48,88            | 0,7                    | 5,0   | 4,3    | 73,33            |
| Макаронник                                  | TK №17717  | 150           | 180    | 8,25                      | 8,22  | 42,9   | 278,44           | 9,9                    | 9,86  | 51,48  | 334,13           |
| Булочка ванильная                           | TK №15943  | 50            | 50     | 5,42                      | 5,69  | 21,32  | 173,34           | 5,42                   | 5,69  | 21,32  | 173,34           |
| Чай с молоком                               | TK №16653  | 180           | 200    | 2,51                      | 3,17  | 11,92  | 78,53            | 2,79                   | 3,52  | 13,24  | 87,25            |
| Хлеб пшеничный                              | TK №15832  | 30            | 40     | 2,97                      | 0,54  | 15,39  | 81,45            | 3,96                   | 0,72  | 20,52  | 108,6            |
|                                             |            | 420гр.        | 480гр. | 35,77                     | 28,29 | 137,88 | 865,88(61)       | 42,38                  | 30,8  | 151,52 | 972,83(54)       |
| Итого:                                      |            |               |        | 66,69                     | 69,7  | 290,61 | 1714,53<br>(122) | 80,42                  | 70,56 | 334,65 | 2110,37<br>(117) |

|  |  |  |  |  |  |      |  |  |  |      |
|--|--|--|--|--|--|------|--|--|--|------|
|  |  |  |  |  |  | (86) |  |  |  | (91) |
|--|--|--|--|--|--|------|--|--|--|------|

День: вторник  
 Неделя: вторая  
 Сезон: весенне- летний

| Наименование блюд                           |            | Выход (гр/мл) |        | От 1 года до 3-х лет/ясли |       |        |                  | От 3-х до 7-ми лет/сад |       |        |                  |
|---------------------------------------------|------------|---------------|--------|---------------------------|-------|--------|------------------|------------------------|-------|--------|------------------|
|                                             |            | Ясли          | Сад    | Б                         | Ж     | У      | ЗЦ (ккал)        | Б                      | Ж     | У      | ЗЦ (ккал)        |
| Завтрак                                     |            |               |        |                           |       |        |                  |                        |       |        |                  |
| Суп молочный с макаронами                   | TK №16913  | 180           | 200    | 14,6                      | 6,05  | 14,55  | 171,11           | 18,98                  | 7,87  | 18,92  | 222,45           |
| Батон с сыром                               | TK №15919  | 30/5          | 40/5   | 2,28                      | 0,24  | 13,2   | 70,5             | 3,04                   | 0,32  | 17,6   | 94,0             |
| Кофейный напиток с молоком                  | TK №15141  | 180           | 200    | 2.51                      | 2.87  | 17.74  | 106.82           | 2.79                   | 3.19  | 19.71  | 118.69           |
|                                             |            | 210гр.        | 370гр. | 19,39                     | 9,16  | 45,49  | 348,43(25)       | 24,81                  | 11,38 | 56,23  | 435,14(24)       |
| Завтрак№2                                   |            |               |        |                           |       |        |                  |                        |       |        |                  |
| Фрукты в ассортименте(абрикосы)             | TK № 17697 | 95            | 100    | 0,38                      | 0,04  | 3,87   | 17,5(1,25)       | 0,38                   | 0,04  | 3,87   | 17,5(1,0)        |
| Обед                                        |            |               |        |                           |       |        |                  |                        |       |        |                  |
| Икра овощная с кабачками                    | TK №16946  | 40            | 60     | 0,58                      | 2,34  | 4,05   | 39,57            | 0,87                   | 3,51  | 6,07   | 59,35            |
| Уха рыбацкая с крупой                       | TK №17899  | 180           | 200    | 4,82                      | 2,45  | 8,18   | 76,9             | 5,36                   | 2,73  | 9,09   | 85,45            |
| Котлета по – хлыновски                      | TK №15375  | 60            | 80     | 10,02                     | 13,24 | 5,32   | 180,24           | 13,36                  | 17,62 | 7,09   | 240,32           |
| Картофель запечённый из отварного           | TK №16570  | 100           | 120    | 1,08                      | 6,07  | 10,72  | 102,35           | 1,3                    | 7,29  | 12,87  | 122,83           |
| Компот из сухофруктов                       | TK №14043  | 180           | 200    | 1,93                      | 0,31  | 22,4   | 96,3             | 2,35                   | 0,35  | 24,9   | 107,0            |
| Хлеб 8 злаков                               | TK№15831   | 40            | 50     | 3,2                       | 0,32  | 27,46  | 74,3             | 4,0                    | 0,4   | 34,32  | 92,87            |
| Уплотнённый полдник с включением блюд ужина |            | 600гр.        | 710гр. | 21,63                     | 24,73 | 78,13  | 569,66(40)       | 27,24                  | 31,9  | 94,34  | 707,82(39)       |
| Салат « Степной»                            | TK №16109  | 40            | 60     | 0,84                      | 6,76  | 5,54   | 86,17            | 1,26                   | 10,14 | 8,32   | 129,26           |
| Голубцы овощные , соус томатный             | TK №16976  | 125/50        | 150/50 | 6,56                      | 11,76 | 22,5   | 222,08           | 7,87                   | 14,11 | 27,0   | 266,5            |
| Булочка российская                          | TK №16171  | 50            | 50     | 3,54                      | 2,42  | 32,67  | 166,5            | 3,54                   | 2,42  | 32,67  | 166,5            |
| Чай с сахаром , лимоном                     | TK №16156  | 180           | 200    | 0,06                      | 0,01  | 10,83  | 43,77            | 0,07                   | 0,01  | 12,04  | 48,64            |
| Хлеб пшеничный                              | TK №15832  | 30            | 40     | 2,97                      | 0,54  | 15,39  | 81,45            | 3,96                   | 0,72  | 20,52  | 108,6            |
|                                             |            | 475гр.        | 550гр. | 13,97                     | 21,49 | 86,93  | 599,97(42)       | 16,7                   | 27,4  | 100,55 | 719,5(40)        |
| Итого:                                      |            |               |        | 55,37                     | 55,42 | 214,42 | 1535,56<br>(109) | 69,13                  | 70,72 | 254,99 | 1879,96<br>(104) |

День : среда

Неделя: вторая

Сезон: весенне -летний

| Наименование блюд                                  |            | Выход (гр/мл) |               | От 1 года до 3-х лет/ясли |              |               |                      | От 3-х до 7-ми лет/сад |              |               |                       |
|----------------------------------------------------|------------|---------------|---------------|---------------------------|--------------|---------------|----------------------|------------------------|--------------|---------------|-----------------------|
|                                                    |            | Ясли          | Сад           | Б                         | Ж            | У             | ЗЦ (ккал)            | Б                      | Ж            | У             | ЗЦ (ккал)             |
| <b>Завтрак</b>                                     |            |               |               |                           |              |               |                      |                        |              |               |                       |
| Каша молочная овсяная «Геркулес»                   | TK № 15889 | 150/5         | 200/5         | 2,89                      | 3,0          | 23,62         | 97,5                 | 3,86                   | 4,0          | 31,5          | 130,0                 |
| Батон с сыром                                      | TK №15140  | 30/5          | 40/5          | 2,31                      | 2,94         | 17,75         | 95,29                | 3,08                   | 3,92         | 23,66         | 127,05                |
| Кофейный напиток с молоком                         | TK №15141  | 180           | 200           | 5,9                       | 6,46         | 16,45         | 148,0                | 6,56                   | 7,18         | 18,28         | 164,45                |
|                                                    |            | <b>370гр.</b> | <b>450гр.</b> | <b>11,1</b>               | <b>12,4</b>  | <b>57,82</b>  | <b>340,79(24)</b>    | <b>13,5</b>            | <b>15,1</b>  | <b>73,44</b>  | <b>421,5(23)</b>      |
| <b>Завтрак№2</b>                                   |            |               |               |                           |              |               |                      |                        |              |               |                       |
| Фрукты в ассортименте (бананы)                     | TK № 15823 | <b>95</b>     | <b>100</b>    | <b>0,28</b>               | <b>0,0</b>   | <b>9,69</b>   | <b>39,33(2,8)</b>    | <b>0,3</b>             | <b>0,0</b>   | <b>10,2</b>   | <b>41,4(2,3)</b>      |
| <b>Обед</b>                                        |            |               |               |                           |              |               |                      |                        |              |               |                       |
| Огурец свежий                                      | TK№16184   | 40            | 60            | 0,28                      | 0,0          | 1,12          | 5,56                 | 0,42                   | 0,0          | 1,68          | 8,34                  |
| Суп картофельный с клёцками                        | TK №14743  | 180/30        | 200/30        | 2,7                       | 2,36         | 12,12         | 80,59                | 3,0                    | 2,63         | 13,47         | 89,55                 |
| Рагу из овощей                                     | TK№ 16085  | 100           | 120           | 5,2                       | 3,09         | 8,11          | 104,53               | 6,24                   | 3,71         | 9,73          | 125,44                |
| Птица отварная с маслом                            | TK №16623  | 60/5          | 80/5          | 9,12                      | 7,68         | 4,0           | 158,4                | 12,16                  | 10,24        | 5,34          | 211,2                 |
| Компот из свежих ягод                              | TK№14043   | 180           | 200           | 0,29                      | 0,0          | 20,39         | 82,78                | 0,33                   | 0,0          | 22,66         | 91,98                 |
| Хлеб 8 злаков                                      | TK №15831  | 40            | 50            | 3,2                       | 0,32         | 27,46         | 74,3                 | 4,0                    | 0,4          | 34,32         | 92,87                 |
|                                                    |            | <b>635гр.</b> | <b>745гр.</b> | <b>20,79</b>              | <b>13,45</b> | <b>73,2</b>   | <b>506,16(35)</b>    | <b>26,15</b>           | <b>16,98</b> | <b>87,2</b>   | <b>619,38(34)</b>     |
| <b>Уплотнённый полдник с включением блюд ужина</b> |            |               |               |                           |              |               |                      |                        |              |               |                       |
| Пудинг творожный запечённый                        | TK №15940  | 120           | 150           | 19,4                      | 6,64         | 31,8          | 264,6                | 24,26                  | 8,31         | 39,75         | 330,81                |
| Соус молочный сладкий                              | TK №16208  | 50            | 50            | 1,27                      | 2,67         | 8,16          | 61,75                | 1,27                   | 2,67         | 8,16          | 61,75                 |
| Кисломолочный продукт                              | TK №16005  | 180           | 200           | 5,04                      | 5,74         | 7,36          | 101,26               | 5,6                    | 6,38         | 8,18          | 180,0                 |
| Пирожок печёный с повидлом                         | TK №16955  | 50            | 50            | 2,26                      | 2,29         | 24,37         | 131,02               | 2,26                   | 2,29         | 24,37         | 131,02                |
| Хлеб пшеничный                                     | TK №15832  | 30            | 40            | 2,97                      | 0,54         | 15,39         | 81,45                | 3,96                   | 0,72         | 20,52         | 108,6                 |
|                                                    |            | <b>430гр.</b> | <b>40гр.</b>  | <b>30,94</b>              | <b>17,8</b>  | <b>87,08</b>  | <b>640,08(45)</b>    | <b>37,35</b>           | <b>20,37</b> | <b>100,98</b> | <b>812,18(45)</b>     |
| <b>Итого:</b>                                      |            |               |               | <b>62,83</b>              | <b>43,65</b> | <b>226,67</b> | <b>1520,34 (108)</b> | <b>76,8</b>            | <b>52,45</b> | <b>270,14</b> | <b>1886,12 (104%)</b> |

День: четверг  
 Неделя: вторая  
 Сезон: весенне- летний

| Наименование блюд                                      | Выход (гр/мл) |               | От 1 года до 3-х лет/ясли |              |               |                      | От 3-х до 7-ми лет/сад |              |               |                      |
|--------------------------------------------------------|---------------|---------------|---------------------------|--------------|---------------|----------------------|------------------------|--------------|---------------|----------------------|
|                                                        | Ясли          | Сад           | Б                         | Ж            | У             | ЗЦ (ккал)            | Б                      | Ж            | У             | ЗЦ (ккал)            |
| <b>Завтрак</b>                                         |               |               |                           |              |               |                      |                        |              |               |                      |
| Каша пшённая молочная жидкая ТК №15999                 | 150/5         | 200/5         | 4,53                      | 5,45         | 25,72         | 170,37               | 6,04                   | 7,27         | 34,29         | 227,16               |
| Батон с сыром ТК №15140                                | 30/5          | 40/5          | 2,31                      | 2,94         | 17,75         | 95,29                | 3,08                   | 3,92         | 23,66         | 127,05               |
| Быстрорастворимый шоколадный напиток Несквик ТК №15822 | 180           | 200           | 5,9                       | 6,46         | 16,45         | 148,0                | 6,56                   | 7,18         | 18,28         | 164,45               |
|                                                        | <b>370гр.</b> | <b>450гр.</b> | <b>12,74</b>              | <b>14,85</b> | <b>29,92</b>  | <b>413,66(29)</b>    | <b>15,68</b>           | <b>18,37</b> | <b>76,23</b>  | <b>518,66(29)</b>    |
| <b>Завтрак 2 -й</b>                                    |               |               |                           |              |               |                      |                        |              |               |                      |
| Фрукты в ассортименте(груши) ТК№16142                  | 95            | 100           | 0,28                      | 0,0          | 9,69          | 39,33(2,8)           | 0,3                    | 0,0          | 10,2          | 41,4(2,3)            |
| <b>Обед</b>                                            |               |               |                           |              |               |                      |                        |              |               |                      |
| Свежий огурец порционно ТК№ 16184                      | 40            | 60            | 0,28                      | 0,0          | 1,12          | 5,56                 | 0,42                   | 0,0          | 1,68          | 8,34                 |
| Суп лапша домашняя ТК №14700                           | 180           | 200           | 1,76                      | 3,51         | 10,0          | 78,75                | 1,96                   | 3,91         | 11,13         | 87,5                 |
| Тефтели из говядины ТК №18180                          | 120           | 120           | 14,35                     | 18,15        | 26,67         | 198,0                | 14,35                  | 18,15        | 26,67         | 198,0                |
| Пюре картофельное ТК №15377                            | 100           | 120           | 3,54                      | 3,81         | 11,36         | 101,81               | 4,25                   | 4,58         | 13,63         | 122,18               |
| Сок в ассортименте ТК №15829                           | 180           | 200           | 0,0                       | 0,0          | 20,16         | 81,0                 | 0,0                    | 0,0          | 22,4          | 90,0                 |
| Хлеб дарницкий ТК№16024                                | 40            | 50            | 2,88                      | 0,4          | 18,32         | 91,2                 | 3,6                    | 0,5          | 22,9          | 114                  |
| <b>Уплотнённый полдник с включением блюд ужина</b>     | <b>660гр.</b> | <b>750гр.</b> | <b>22,81</b>              | <b>25,87</b> | <b>87,63</b>  | <b>556,32(39)</b>    | <b>24,58</b>           | <b>27,14</b> | <b>98,41</b>  | <b>620,02(34)</b>    |
| Манник ТК №16137                                       | 50            | 60            | 3,83                      | 5,0          | 19,33         | 138,08               | 4,59                   | 6,0          | 23,19         | 165,6                |
| Икра морковная ТК №16174                               | 40            | 60            | 0,46                      | 3,33         | 2,86          | 48,88                | 0,7                    | 5,0          | 4,3           | 73,33                |
| Омлет натуральный ТК №16155                            | 100           | 130           | 8,95                      | 13,87        | 2,33          | 170,0                | 11,64                  | 18,04        | 3,04          | 221,08               |
| Напиток из плодов шиповника ТК №16037                  | 180           | 200           | 0,36                      | 0,0          | 21,24         | 84,6                 | 0,4                    | 0,0          | 23,06         | 94,0                 |
| Хлеб пшеничный ТК №15832                               | 40            | 50            | 3,2                       | 0,32         | 27,46         | 74,3                 | 4,0                    | 0,4          | 34,32         | 92,87                |
|                                                        | <b>410гр.</b> | <b>500гр.</b> | <b>16,8</b>               | <b>22,52</b> | <b>73,22</b>  | <b>515,86(36)</b>    | <b>21,33</b>           | <b>29,44</b> | <b>87,91</b>  | <b>646,88(36)</b>    |
| <b>Итого:</b>                                          |               |               | <b>52,63</b>              | <b>63,24</b> | <b>200,46</b> | <b>1525,17 (109)</b> | <b>61,89</b>           | <b>74,95</b> | <b>272,75</b> | <b>1826,96 (101)</b> |

День: Пятница

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

| Наименование блюд                           |            | Выход (гр/мл) |         | От 1 года до 3-х лет/ясли |       |       |              | От 3-х до 7-ми лет/сад |       |        |            |
|---------------------------------------------|------------|---------------|---------|---------------------------|-------|-------|--------------|------------------------|-------|--------|------------|
|                                             |            | Ясли          | Сад     | Б                         | Ж     | У     | ЗЦ (ккал)    | Б                      | Ж     | У      | ЗЦ (ккал)  |
| Завтрак                                     |            |               |         |                           |       |       |              |                        |       |        |            |
| Каша молочная «Дружба»                      | TK №16108  | 150/5         | 200/5   | 4,91                      | 6,24  | 26,31 | 180,83       | 6,55                   | 8,33  | 35,09  | 241,11     |
| Батон с маслом                              | TK №15140  | 30/5          | 40/5    | 2,31                      | 2,94  | 17,75 | 95,29        | 3,08                   | 3,92  | 23,66  | 127,05     |
| Какао с молоком                             | TK №15921  | 180           | 200     | 3,39                      | 3,53  | 23,35 | 138,52       | 3,77                   | 3,93  | 25,95  | 153,92     |
|                                             |            | 340гр.        | 400гр.  | 28,98                     | 17,26 | 58,46 | 504,0(36)    | 36,12                  | 19,74 | 73,8   | 599,11(33) |
| Завтрак№2                                   |            |               |         |                           |       |       |              |                        |       |        |            |
| Фрукты в ассортименте ( апельсин)           | TK №15142  | 95            | 100     | 0,9                       | 0,2   | 9,1   | 39,33(2,8)   | 1,04                   | 0,23  | 9,35   | 49,4(2,3)  |
| Обед                                        |            |               |         |                           |       |       |              |                        |       |        |            |
| Свежий огурец порционно                     | TK№16184   | 40            | 60      | 0,28                      | 0,0   | 1,12  | 5,56         | 0,42                   | 0,0   | 1,68   | 8,34       |
| Солянка рыбная по – домашнему               | TK №16185  | 180           | 200     | 9,51                      | 2,95  | 4,82  | 83,69        | 10,56                  | 3,28  | 5,36   | 92,99      |
| Жаркое по – домашнему                       | TK№16186   | 180           | 200     | 20,25                     | 16,34 | 23,14 | 147,27       | 22,5                   | 18,16 | 25,71  | 356,38     |
| Компот из изюма                             | TK №16187  | 180           | 200     | 0,29                      | 0,0   | 20,39 | 82,78        | 0,33                   | 0,0   | 22,66  | 91,98      |
| Хлеб дарницкий                              | TK№16024   | 40            | 50      | 2,88                      | 0,4   | 18,32 | 91,2         | 3,6                    | 0,5   | 22,9   | 114        |
|                                             |            | 620 гр.       | 710 гр. | 33,21                     | 19,69 | 67,79 | 410,5(29)    | 37,41                  | 19,96 | 78,31  | 663,69(36) |
| Уплотнённый полдник с включением блюд ужина |            |               |         |                           |       |       |              |                        |       |        |            |
|                                             |            |               |         | 5,1                       | 4,6   | 0,3   | 57           | 5,1                    | 4,6   | 0,3    | 57         |
| Вареники ленивые с маслом                   | TK №16127  | 150/5         | 180/5   | 24,37                     | 7,37  | 24,99 | 263,42       | 29,23                  | 8,8   | 29,89  | 316,09     |
| Рогалик с курагой                           | TK №16945  | 180           | 200     | 5,04                      | 5,74  | 7,36  | 101,26       | 5,6                    | 6,38  | 8,18   | 112,52     |
| Снежок                                      | TK №16005  | 50            | 50      | 4,61                      | 4,41  | 35,3  | 199,3        | 4,61                   | 4,41  | 35,3   | 199,3      |
| Хлеб пшеничный                              | TK № 15380 | 30            | 40      | 2,97                      | 0,54  | 15,39 | 81,45        | 3,96                   | 0,72  | 20,52  | 108,6      |
|                                             |            | 415гр.        | 475гр.  | 36,99                     | 18,06 | 83,04 | 645,43(46)   | 43,4                   | 20,31 | 93,89  | 736,61(41) |
| Итого:                                      |            |               |         | 86,66                     | 61,53 | 246,0 | 1605,85(114) | 103,71                 | 66,38 | 282,84 | 2026(112)  |