



МЕНЮ

« _____ » _____ 2023г

Первая неделя (первый день)

Детский сад с 1х до 3х лет

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углево ды	Калори йность
Завтрак:						
1.	Каша манная молочная	150	4,65	5,6	23,15	161,55
2.	Бутерброд с маслом	30	0,8	8,35	5	98,5
3.	Чай с молоком (1-й вариант)	180	1,35	1,17	9,82	56,07
	Итого		6,8	15,12	37,97	316,12
Второй завтрак:						
1.	Напиток из шиповника	180	0,63	0,27	20,52	87,3
	Итого		0,63	0,27	20,52	87,3
Обед:						
1.	Икра кабачковая	30	0,57	2,67	2,31	35,7
2.	Щи со свежей капустой и картофелем	180	1,26	3,59	5,62	59,76
3.	Котлета рыбная	60	8,34	1,26	5,76	55,8
4.	Пюре картофельное	120	2,52	5,28	13,08	110,4
5.	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94
6.	Компот из свежих плодов	180	0,45	0,18	20,79	86,4
	Итого		16,18	13,3	67,24	442,06
Полдник:						
1.	Молоко кипяченое	180	5,22	4,5	8,64	95,4
2.	Пряники	40	2,36	1,88	30	146,4
	Итого		7,58	6,38	38,64	241,8

Повар _____



СОГЛАСОВАНО:
Хохловский филиал МАОУ
«Кондратовская средняя школа»
С.Н.Кошкина
« » 2023г



УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО «ГРАПЕЗА»
В. Л. Мочалов
« » 2023г

МЕНЮ

« » 2023г

Первая неделя (второй день)

Детский сад с 1х до 3х лет

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углево ды	Калори йность
Завтрак:						
1.	Омлет с зеленым горошком	65	4,33	5,11	2,34	72,8
2.	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94
3.	Какао с молоком сгущенным	180	3,33	3,42	22,05	117,6
	Итого	10,7	8,85	44,07	284,4	
Второй завтрак:						
1.	Яблоки	100	0,4	0,25	9,9	47
	Итого	0,4	0,25	9,9	47	
Обед:						
1.	Помидоры свежие	40	0	0,08	1,52	9,6
2.	Рассольник Ленинградский	180	1,48	3,78	11,7	87,3
3.	Гуляш из говядины	50/20	12,02	12,83	8,28	173,25
4.	Капуста тушеная	120	4,04	4,32	4,68	75,6
5.	Компот из сухофруктов	180	0,45	0	24,3	99
6.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6
	Итого	20,63	21,49	63,84	514,35	
Полдник:						
1.	Кефир	180	5,22	4,5	7,2	90
2.	Булочка "вкусняшка"	50	3,92	3,08	28,5	149,19
	Итого	9,14	7,58	35,7	239,17	

Повар _____



МЕНЮ

« _____ » _____ 2023г

Первая неделя (третий день)

Детский сад с 1х до 3х лет

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак:						
1.	Сырники из творога	120	10,8	17,44	24,08	284
2.	Кофейный напиток с молоком	180	2,88	2,43	14,31	71,1
3.	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94
	Итого		16,72	20,19	58,07	449,1
Второй завтрак:						
1.	Сок абрикосовый	180	0,9	0	22,86	99
	Итого		0,9	0	22,86	99
Обед:						
1.	Огурцы свежие	40	0,32	0,04	1	5,6
2.	Суп с макаронными изделиями	180	1,73	3,65	11,81	86,94
3.	Птица отварная	60	14,14	9,77	0,34	145,71
4.	Рис отварной	120	2,95	4,86	27,05	139,68
5.	Соус молочный к блюдам (1 вар.)	25	0,925	1,74	2,2	27,93
6.	Чай с лимоном (2 вар.)	180	0,09	0	9,45	38,07
7.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6
	Итого		22,8	20,54	65,21	513,53
Полдник:						
1.	Пряники	40	2,95	2,35	37,5	153
2.	Молоко кипяченое	180	5,22	4,5	8,64	95,4
	Итого		8,17	6,85	46,14	248,4

Повар _____

СОГЛАСОВАНО:

Хохловский филиал МАОУ

«Кондратовская средняя школа»

С.Н.Кошкина

2023г



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «ТРАПЕЗА»

В. Л. Мочалов

2023г



МЕНЮ

« _____ » _____ 2022г

Первая неделя (четвертый день)

Детский сад с 1х до 3х лет

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак :						
1.	Каша молочная пшеничная жидкая	150	5,55	5,61	27,38	182,25
2.	Какао с молоком	180	4,5	3,96	24,04	150,57
3.	Хлеб пшеничный	40	3,42	0,36	22,14	105,75
	Итого	13,47	9,93	73,56	438,57	
Второй полдник:						
1.	Напиток из шиповника	180	0,63	0,27	20,52	87,3
	Итого	0,63	0,27	20,52	87,3	
Обед:						
1.	Помидоры свежие	40	0	0,08	1,52	9,6
2.	Борщ с капустой и картофелем	180	1,3	3,6	7,67	68,4
3.	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	200	13,33	7,42	18,92	195,83
4.	Чай с лимоном (2 вар.)	180	0,9	0	9,18	38,24
5.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6
	Итого	18,14	11,58	50,65	381,67	
Полдник:						
1.	Булочка розовая	50	4	1,42	26,75	135,83
2.	Йогурт	180	9	5,76	15,3	156,6
	Итого	13	7,18	42,05	292,43	

Повар _____

СОГЛАСОВАНО:
Хохловский филиал МАОУ
«Кондратовская средняя школа»
С.Н.Кошкина
«___» _____ 2023г

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО «ТРАПЕЗА»
В.Л.Мочалов
«___» _____ 2023г

МЕНЮ

«___» _____ 2023г

Первая неделя (пятый день)

Детский сад с 1х до 3х лет

№ п/ п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углево ды	Калори йность
Завтрак:						
1.	Омлет натуральный	75	6,45	10,5	1,73	122,25
2.	Кофейный напиток с молоком	180	2,88	2,43	14,31	71,1
3.	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94
	Итого	12,37	13,25	35,72	287,35	
Второй завтрак:						
1.	Груши	100	0,4	0,3	10,3	47
	Итого	0,4	0,3	10,3	47	
Обед:						
1.	Салат из свеклы с сыром	50	1,4	6,05	3,55	74
2.	Суп крестьянский с крупой	180	1,51	3,67	11,92	81
3.	Запеканка капустная с говядиной	120	14,7	13,8	6,32	208,2
4.	Чай с молоком (1-й вар.)	180	1,35	1,17	9,82	56,07
5.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6
	Итого	21,6	25,17	44,97	488,87	
Полдник:						
1.	Ватрушка с повидлом	50	3,08	1,42	34,08	153,33
2.	Кефир	180	5,22	4,5	7,2	90
	Итого	8,3	5,92	41,28	243,33	

Повар _____



МЕНЮ

« _____ » _____ 2023г

Вторая неделя (шестой день)

Детский сад с 1х до 3х лет

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак:						
1.	Каша молочная кукурузная жидкая	150	4,65	5,6	27,75	180
2.	Какао с молоком	180	4,5	3,96	24,04	150,57
3.	Бутерброд с сыром	35	5,21	7,39	7,7	119
	Итого	14,36	16,95	59,49	449,57	
Второй завтрак:						
1.	Сок яблочный	180	0,9	0,18	18,18	82,8
	Итого	0,9	0,18	18,18	82,8	
Обед:						
1.	Огурцы свежие	40	0,32	0,04	1	5,6
2.	Суп -поре из разных овощей	180	2,09	3,62	9,58	79,38
3.	Рыба, припущенная в молоке	60	8,04	4,32	1,86	77,4
4.	Макаронные изделия отварные	120	4,53	0,54	23,23	115,92
5.	Чай с лимоном (2-й вар.)	180	0,09	0	9,18	38,24
6.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6
	Итого	17,71	9	58,21	386,14	
Полдник:						
1.	Печенье сахарное	20	1,5	1,96	14,88	83,4
2.	Молоко кипяченое	180	5,22	4,5	8,64	95,4
	Итого	6,72	6,46	23,52	178,8	

Повар _____

СОГЛАСОВАНО:

Хохловский филиал МАОУ
«Колдратовская средняя школа»
С.Н.Кошкина
« _____ » _____ 2023г

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО «ТРАПЕЗА»
В. Л. Мочалов
« _____ » _____ 2023г

МЕНЮ

« _____ » _____ 2023г

Вторая неделя (седьмой день)

Детский сад с 1х до 3х лет

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углево ды	Калори йность
Завтрак:						
1.	Сырники из творога	120	10,88	17,44	24,08	284
2.	Соус молочный сладкий	30	0,78	4,91	4,74	37,35
3.	Кофейный напиток с молоком	180	2,88	2,43	14,31	71,1
	Итого	14,54	14,54	24,78	43,13	392,45
Второй завтрак:						
1.	Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	43
	Итого	0,9	0,2	8,1	43	
Обед:						
1.	Помидор свежий	40	0	0,08	1,52	9,6
2.	Суп с рыбными консервами	180	6,65	5,21	11,56	119,7
3.	Капуста тушеная	120	4,04	4,32	4,68	75,6
4.	Тефтели из говядины с рисом	60	8,14	11,4	9,77	132,6
5.	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	1,26	0	26,1	109,8
6.	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94
	Итого	23,13	23,13	21,33	73,31	541,3
Полдник:						
1.	Йогурт	180	9	5,76	15,3	129,6
2.	Булочка молочная	50	4,8	1,7	32,1	142
	Итого	13,8	13,8	7,46	47,4	271,6

Повар _____



МЕНЮ

« _____ » _____ 2023г

Вторая неделя (восьмой день)

Детский сад с 1х до 3х лет

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак:						
1.	Омлет натуральный	75	6,45	10,05	1,73	122,25
2.	Чай с молоком (2-й вар.)	180	1,35	1,17	11,17	61,47
3.	Сыр сычужный	10	2,56	2,61	0	34,3
4.	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94
	Итого		13,4	14,15	32,58	312,02
Полдник:						
1.	Сок абрикосовый	180	0,9	0	22,86	99
	Итого		0,9	0	22,86	99
Обед:						
1.	Огурцы свежие	40	0,32	0,04	1	5,6
1.	Свекольник	180	1,57	3,20	8,66	69,84
2.	Картофельная запеканка с мясом	120	13,98	12,48	10,21	228
3.	Соус томатный	30	0,32	1,14	2,08	19,68
4.	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	1,26	0	26,1	109,8
5.	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94
	Итого		20,49	17,18	67,73	526,92
Полдник:						
1.	Вафли с фруктово-ягодными начинками	30	0,84	1	23,19	105
2.	Кефир	180	5,22	4,5	7,2	90
	Итого		6,06	5,5	30,39	195

Повар _____



МЕНЮ

« » 2023г

Вторая неделя (девятый день)

Детский сад с 1х до 3х лет

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак:						
1.	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	150	5,37	7,05	21,6	171,3
2.	Кофейный напиток с молоком	180	2,88	2,43	14,31	71,1
3.	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94
	Итого	11,29	9,8	55,59	336,4	
Полдник:						
1.	Яблоки	100	0,4	0,25	9,9	47
	Итого	0,4	0,25	9,9	47	
Обед:						
1.	Помидоры свежие	40	0	0,08	1,52	9,6
1.	Рассольник домашний	180	1,5	3,74	9,22	76,5
2.	Суфле из кур с рисом	60/5	8,93	6,45	2,24	124,19
3.	Рагу из овощей	150	3	8,03	12,75	135
4.	Компот из свежих плодов	180	0,45	0,18	20,79	86,4
5.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,16	18,48	76,8
	Итого	16,52	18,64	65	508,49	
Полдник:						
1.	Коржик молочный	50	3,42	6,08	32,75	199,17
2.	Молоко кипяченое	180	5,22	4,5	8,64	95,4
	Итого	8,64	10,58	41,39	294,57	

Повар _____

СОГЛАСОВАНО:

Хохловский филиал МАОУ
«Кондратовская средняя школа»
С.Н.Кошкина
«___» _____ 2023г

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО «ГРАПЕЗА»
В.Л.Мочалов
«___» _____ 2023г

МЕНЮ

«___» _____ 2023г

Вторая неделя (десятый день)

Детский сад с 1х до 3х лет

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углево ды	Калори йность
Завтрак:						
1.	Запеканка морковная с творогом	120	6,48	12,48	21,84	200
2.	Молоко сгущенное	30	2,16	2,55	16,65	98,4
3.	Кофейный напиток с молоком	180	2,88	2,43	14,31	71,1
4.	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94
	Итого	14,56	17,78	72,48	463,5	
Полдник:						
1.	Сок абрикосовый	180	0,9	0	22,86	99
	Итого	0,9	0	22,86	99	
Обед:						
1.	Огурцы соленые	40	0,32	0,04	0,68	6
2.	Уха с крупой	180	4,68	1,8	10,37	76,14
3.	Пюре картофельное	120	2,52	5,28	13,08	110,4
4.	Котлета мясная	60	10,68	6,9	8,58	35,4
5.	Чай с молоком (1-й вар.)	180	1,35	1,17	9,82	56,07
6.	Хлеб ржаной	40	2,64	0,16	18,48	76,8
	Итого	22,19	15,35	61,01	360,81	
Полдник:						
1.	Пряники	40	2,95	2,35	37,5	153
2.	Кефир	180	5,22	4,5	7,2	90
	Итого	8,17	6,85	44,7	243	

Повар _____