



МЕНЮ

« » 2023г

Первая неделя (первый день)

Детский сад с 3х до 7 лет

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак:						
1.	Каша манная молочная	200	6,2	7,46	30,86	215,4
2.	Бутерброд с маслом	30	0,8	8,35	5	98,5
3.	Чай с молоком (1-й вариант)	200	1,5	1,3	10,91	62,3
		Итого	8,5	17,11	46,77	376,2
Второй завтрак:						
1.	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	22,8	97
		Итого	0,7	0,3	22,8	97
Обед:						
1.	Икра кабачковая	30	0,57	2,67	2,31	35,7
2.	Щи со свежей капустой и картофелем	250	1,75	4,98	7,8	83
3.	Котлета рыбная	100	13,9	2,1	9,6	93
4.	Пюре картофельное	150	3,15	6,6	16,35	138
5.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5
6.	Компот из свежих плодов	200	0,5	0,2	23,1	96
		Итого	23,67	16,95	83,76	563,2
Полдник:						
1.	Молоко кипяченое	200	5,8	5	9,6	106
2.	Пряники	50	2,95	2,35	37,5	183
		Итого	8,75	7,35	47,1	289

Повар _____



МЕНЮ

« ____ » _____ 2023г

Первая неделя (второй день)

Детский сад с 3х до 7 лет

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углево ды	Калори йность
Завтрак:						
1.	Омлет с зеленым горошком	75	5	5,9	2,7	84
2.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5
3.	Какао с молоком сгущенным	200	3,7	3,8	24,5	147
		Итого	12,5	10,1	51,8	348,5
Второй завтрак:						
1.	Яблоки	200	0,8	0,5	19,8	94
		Итого	0,8	0,5	19,8	94
Обед:						
1,	Помидоры свежие	50	0	0,1	1,9	12
2.	Рассольник Ленинградский	250	2,05	5,25	16,25	121,25
3.	Гуляш из говядины	70/50	20,6	22	14,2	297
4.	Капуста тушеная	150	5,05	5,4	5,85	94,5
5.	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	27	110
6.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87
		Итого	31,5	33,35	81,9	721,75
Полдник:						
1.	Кефир	200	5,8	5	8	100
2.	Булочка "вкусняшка"	60	4,7	3,7	34,2	179
		Итого	10,5	8,7	42,2	279

Повар _____



МЕНЮ

«___» _____ 2023г

Первая неделя (третий день)

Детский сад с 3х до 7 лет

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углево ды	Калори йность
Завтрак:						
1.	Сырники из творога	150	13,6	21,8	30,1	355
2.	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	15,9	79
3.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5
	Итого	20,6	24,9	70,6	551,5	
Второй завтрак:						
1.	Сок абрикосовый	200	1	0	25,4	110
	Итого	1	0	25,4	110	
Обед:						
1.	Огурцы свежие	50	0,4	0,05	1,25	7
2.	Суп с макаронными изделиями	250	2,4	5,075	16,4	120,75
3.	Птица отварная	70	16,5	11,4	0,4	170
4.	Рис отварной	150	3,69	6,08	33,81	174,6
5.	Соус молочный к блюдам (1 вар.)	25	0,925	1,74	2,2	27,93
6.	Чай с лимоном (2 вар.)	200	0,1	0	10,5	42,3
7.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87
	Итого	27,32	24,94	81,26	629,58	
Полдник:						
1.	Пряники	40	2,95	2,35	37,5	153
2.	Молоко кипяченое	200	5,8	5	9,6	106
	Итого	8,75	7,35	47,1	259	

Повар _____

СОГЛАСОВАНО:

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

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «ТРАПЕЗА»
В. П. Мочалов
2023г

МЕНЮ

« _____ » _____ 2022г

Первая неделя (четвертый день)

Детский сад с 3х до 7 лет

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углево ды	Калори йность
Завтрак :						
1.	Каша молочная пшеничная жидкая	200	7,4	7,48	36,5	243
2.	Какао с молоком	200	5	4,4	26,71	167,3
3.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5
		Итого	16,2	12,28	87,81	527,8
Второй полдник:						
1.	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	22,8	97
		Итого	0,7	0,3	22,8	97
Обед:						
1.	Помидоры свежие	50	0	0,1	1,9	12
2.	Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	5	10,65	95
3.	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	240	16	8,9	22,7	235
4.	Чай с лимоном (2 вар.)	200	0,1	0	10,2	42,49
5.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87
		Итого	21,2	14,6	62,15	471,49
Полдник:						
1.	Булочка розовая	60	4,8	1,7	32,1	163
2.	Йогурт	200	10	6,4	17	174
		Итого	14,8	8,1	49,1	337

Повар _____



МЕНЮ

« _____ » _____ 2023г

Первая неделя (пятый день)

Детский сад с 3х до 7 лет

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углево ды	Калори йность
Завтрак:						
1.	Омлет натуральный	100	8,6	13,4	2,3	163
2.	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	15,9	79
3.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5
	Итого		15,6	16,5	42,8	359,5
Второй завтрак:						
1.	Груши	200	0,8	0,6	20,6	94
	Итого		0,8	0,6	20,6	94
Обед:						
1.	Салат из свеклы с сыром	100	2,8	12,1	7,1	148
2.	Суп крестьянский с крупой	250	2,1	5,1	16,55	112,5
3.	Запеканка капустная с говядиной	150	18,38	17,25	7,9	260,25
4.	Чай с молоком (1-й вар.)	200	1,5	1,3	10,91	62,3
5.	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,7	87
	Итого		28,08	36,35	59,16	670,05
Полдник:						
1.	Ватрушка с повидлом	60	3,7	1,7	40,9	184
2.	Кефир	200	5,8	5	8	100
	Итого		9,5	6,7	48,9	284

Повар _____



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



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

МЕНЮ

«___» _____ 2023г

Вторая неделя (шестой день)

Детский сад с 3х до 7 лет

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак:						
1.	Каша молочная кукурузная жидкая	200	6,2	7,46	37	240
2.	Какао с молоком	200	5	4,4	26,71	167,3
3.	Бутерброд с сыром	45	6,7	9,5	9,9	153
	Итого	17,9	17,9	21,36	73,61	560,3
Второй завтрак:						
1.	Сок яблочный	200	1	0,2	20,2	92
	Итого	1	1	0,2	20,2	92
Обед:						
1.	Огурцы свежие	50	0,4	0,05	1,25	7
2.	Суп -пюре из разных овощей	250	2,9	5,03	13,3	110,25
3.	Рыба, припущенная в молоке	100	13,4	7,2	3,1	129
4.	Макаронные изделия отварные	150	5,66	0,68	29,04	144,9
5.	Чай с лимоном (2-й вар.)	200	0,1	0	10,2	42,49
6.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87
	Итого	25,76	25,76	13,56	73,59	520,64
Полдник:						
1.	Печенье сахарное	20	1,5	1,96	14,88	83,4
2.	Молоко кипяченое	200	5,8	5	9,6	106
	Итого	7,3	7,3	6,96	24,48	189,4

Повар _____



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



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

МЕНЮ

« _____ » _____ 2023г

Вторая неделя (седьмой день)

Детский сад с 3х до 7 лет

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углево ды	Калори йность
Завтрак:						
1.	Сырники из творога	150	13,6	21,8	30,1	355
2.	Соус молочный сладкий	50	1,3	8,18	7,9	62,25
3.	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	15,9	79
	Итого	18,1	32,68	53,9	499,25	
Второй завтрак:						
1.	Апельсин	200	1,8	0,4	16,2	86
	Итого	1,8	0,4	16,2	86	
Обед:						
1.	Помидор свежий	50	0	0,1	1,9	12
2.	Суп с рыбными консервами	250	9,23	7,24	16,05	166,25
3.	Капуста тушеная	150	5,05	5,4	5,85	94,5
4.	Тефтели из говядины с рисом	70	9,5	13,3	11,4	154,7
5.	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,4	0	29	122
6.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5
	Итого	28,98	26,44	88,8	666,95	
Полдник:						
1.	Йогурт	200	10	6,4	17	144
2.	Булочка молочная	50	4,8	1,7	32,1	142
	Итого	14,8	8,1	49,1	286	

Повар _____

СОГЛАСОВАНО:

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



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «ТРАПЕЗА»
В.Л. Мочалов
2023г

МЕНЮ

« ____ » _____ 2023г

Вторая неделя (восьмой день)

Детский сад с 3х до 7 лет

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
Завтрак:						
1.	Омлет натуральный	100	8,6	13,4	2,3	163
2.	Чай с молоком (2-й вар.)	200	1,5	1,3	12,41	68,3
3.	Сыр сычужный	20	5,12	5,22	0	68,6
4.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5
		Итого	19,02	20,32	39,31	417,4
Полдник:						
1.	Сок абрикосовый	200	1	0	25,4	110
		Итого	1	0	25,4	110
Обед:						
1.	Огурцы свежие	50	0,4	0,05	1,25	7
1.	Свекольник	250	2,18	4,45	12,03	97
2.	Картофельная запеканка с мясом	150	17,47	15,6	14,18	285
3.	Соус томатный	50	0,54	1,9	3,47	32,8
4.	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,4	0	29	122
5.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5
		Итого	25,79	22,4	84,53	661,3
Полдник:						
1.	Вафли с фруктово-ягодными начинками	30	0,84	1	23,19	105
2.	Кефир	200	5,8	5	8	100
			6,64	6	31,19	205

Повар _____



МЕНЮ

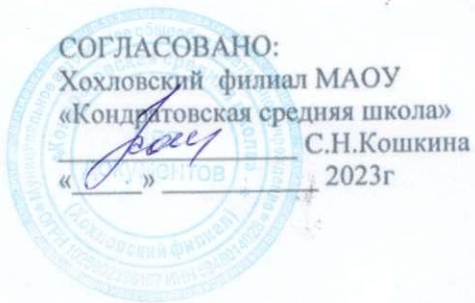
« _____ » _____ 2023г

Вторая неделя (девятый день)

Детский сад с 3х до 7 лет

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углево ды	Калори йность
Завтрак:						
1.	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	200	7,16	9,4	28,8	228,4
2.	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	15,9	79
3.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5
		Итого	14,16	12,5	69,3	424,9
Полдник:						
1.	Яблоки	150	0,6	0,38	14,85	70,5
		Итого	0,6	0,38	14,85	70,5
Обед:						
1.	Помидоры свежие	50	0	0,1	1,9	12
1.	Рассольник домашний	250	2,08	5,2	12,8	106,25
2.	Суфле из кур с рисом	80/5	11,68	8,44	4,24	162,4
3.	Рагу из овощей	200	4	10,7	17	180
4.	Компот из свежих плодов	200	0,5	0,2	23,1	96
5.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,2	23,1	96
		Итого	21,56	25,14	73,84	631,65
Полдник:						
1.	Коржик молочный	60	4,1	7,3	39,3	239
2.	Молоко кипяченое	200	5,8	5	9,6	106
		Итого	9,9	12,3	48,9	345

Повар _____



МЕНЮ

« _____ » _____ 2023г

Вторая неделя (десятый день)

Детский сад с 3х до 7 лет

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углево ды	Калори йность
Завтрак:						
1.	Запеканка морковная с творогом	150	8,1	15,6	27,3	250
2.	Молоко сгущенное	30	2,16	2,55	16,65	98,4
3.	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	15,9	79
4.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,5
		Итого	17,26	21,25	84,45	544,9
Полдник:						
1.	Сок абрикосовый	200	1	0	25,4	110
		Итого	1	0	25,4	110
Обед:						
1.	Огурцы соленые	50	0,4	0,05	0,85	7,5
2.	Уха с крупой	250	6,5	2,5	14,4	105,75
3.	Пюре картофельное	150	3,15	6,6	16,35	138
4.	Котлета мясная	100	17,8	11,5	14,3	236
5.	Чай с молоком (1-й вар.)	200	1,5	1,3	10,91	62,3
6.	Хлеб ржаной	50	3,3	0,2	23,1	96
		Итого	32,65	22,15	79,91	645,55
Полдник:						
1.	Пряники	40	2,95	2,35	37,5	153
2.	Кефир	200	5,8	5	8	100
		Итого	8,75	7,35	45,5	253

Повар _____