



Чурилова И.М.
2025 г

Ежедневное меню

21 июля 2025 г.

Наименование блюд	На 1-го ребенка от 1 до 3-х лет	Энергетическая ценность (ккал.)	На 1-го ребенка от 3 до 7 лет	Энергетическ ая ценность (ккал.)
Завтрак				
Каша жидкая молочная из манной крупы	150	188,25	200	251,00
Хлеб пшеничный	30	64,33	30	64,33
Масло сливочное	10	66,00	10	66,00
Чай с лимоном	150	46,50	200	62,00
Итого:		365,08		443,33
Второй завтрак				
Сок фруктовый (яблочный)	150	63,60	200	84,80
итого:	150	63,60	200	84,80
Обед				
Икра морковная	40	46,66	50	58,33
Борщ с фасолью и картофелем	150	117,02	200	156,03
Биточки из мяса говядины	60	206,40	80	275,20
Соус красный основной	30	21,70	50	21,70
Каша гречневая рассыпчатая	120	172,67	150	215,84
Хлеб пшеничный	20	42,8	20	42,80
Хлеб ржаной	30	77,70	30	77,70
Компот из сухофруктов (С- витаминизация)	150/45 мг	99,60	200/50 мг	132,80
Итого:				980,40
Полдник				
Пирожки печеные с повидлом	1 шт/60	167,40	1 шт/80	223,21
Какао с молоком	150	88,95	200	118,60
Итого:		88,95		118,60
Итого за весь день		517,63		1627,13



Чурилова И.М.

Ежедневное меню 22 июля 2025 г.

Наименование блюд	На 1-го ребенка от 1 до 3-х лет	Энергетическая ценность (ккал.)	На 1-го ребенка от 3 до 7 лет	Энергетическая ценность (ккал.)
Завтрак				
Омлет натуральный	60	102,86	80	137,15
Икра кабачковая	80	62,4	83	62,4
Масло сливочное	10	66	11	66
Хлеб пшеничный	30	64,33	30	64,33
Сыр Российский	10	36	10	36
Чай с сахаром	150/8	21	200/15	28
Итого:		352,59		393,88
Второй завтрак				
Фрукты свежие по сезону (яблaки)	1 шт	94	1 шт	94
Итого:	200	94	200	94
Обед				
Овощи натуральные свежие (огурцы)	40	4,80	50	6
Щи из свежей капусты с картофелем	150	94,22	200	125,63
Плов из бройлера-цыпленка	-	-	250	325,88
Котлеты из птицы	60	159,00	-	-
Рис припущенный	120	196,32	-	-
Хлеб пшеничный	20	42,8	35	42,8
Хлеб ржаной	30	77,70	25	77,7
Кисель из сока (С-витаминизация)	150/45 мг	9,27	200/50 мг	123,60
итого:		584,11		695,61
Полдник				
Печенье весовое	60	250,26	60	250,26
Молоко м.д.ж. 2.5 %	150	81	200	108
Итого:		325,71		358,26
Итого за весь день		1439,75		1541,75

Утверждаю:

Заведующая

Чурилова И.М.

2025 г



Ежедневное меню

23 июля 2025 г.

Наименование блюд	На 1-го ребенка от 1 до 3-х лет	Энергетическая ценность (ккал.)	На 1-го ребенка от 3 до 7 лет	Энергетическа я ценность (ккал.)
Завтрак				
Каша вязкая молочная из крупы рисовой	150	132,75	200	177
Хлеб ржаной	40	85,77	40	85,77
Масло сливочное	10	66	10	66
Сыр Российский	10	36	10	36
Чай с сахаром	150/8	21	200/15	28
Итого:		341,52		392,77
Второй завтрак				
Сок фруктовый (яблочный)	150	63,60	200	84,80
итого:	150	63,60	200	84,80
Обед				
Овощи натуральные свежие (помидоры)	40	4,80	50	6
Суп картофельный с бобовыми	150	101,6	200	135,47
Зразы из кур, бройлеров – цыплят с омлетом и овощами	60	136	80	181,33
Каша пшеничная рассыпчатая	120	213,6	150	267
Хлеб пшеничный	20	42,8	20	42,8
Хлеб ржаной	30	77,7	30	77,7
Компот из сухофруктов (С- витаминизация)	150/45 мг	99,60	200/50 мг	132,80
Итого:		676,1		843,1
Полдник				
Ватрушка с творогом	60	156,3	80	208,4
Ряженка м.д.ж. 2.5%	150	88,50	200	118,00
Итого:	210	244,8	260	326,4
Итого за весь день	360	1326,02	460	1647,07

Утверждаю:

Заведующая

Чурилова И.М.

"27" июля 2025 г.



Ежедневное меню 24 июля 2025 год

Наименование блюд	На 1-го ребенка от 1 до 3-х лет	Энергетическая ценность (ккал.)	На 1-го ребенка от 3 до 7 лет	Энергетическая ценность (ккал.)
Завтрак				
Суп молочный с макаронными изделиями	150	132,75	200	177
Масло сливочное	10	66,00	10	66,00
Хлеб целебный йодообогаченный	40	85,77	40	85,77
Чай с сахаром	150/8	21	200/15	28
Итого:		305,52		356,77
Второй завтрак				
Фрукты свежие по сезону (яблоки)	1 шт	94	1 шт	94
Итого:	200	94	200	94
Обед				
Икра свекольная	40	48,88	50	61,10
Борщ с фасолью и картофелем	150	102,63	200	156,03
Котлеты рыбные	60	192,00	80	256
Картофельное пюре	120	159,00	150	181,5
Соус сметанный с томатом	30	42,50	50	70,8
Хлеб пшеничный	20	42,80	35	42,8
Хлеб ржаной	30	77,70	25	77,7
Кисель из сока (С-витаминизация)	150/45 мг	9,27	200/50 мг	123,60
итого:		674,78		969,53
Полдник				
Лапшевник с творогом со сметаной	60/10	126,6	80/20	223,21
Кофейный напиток с молоком	150	75,45	200	100,60
итого:		207,6		323,81
итого за весь день		1281,9		1744,11



Чурилова И.М.

2025 г

Ежедневное меню
25 июля 2025 год

Наименование блюд	На 1-го ребенка от 1 до 3-х лет	Энергетическая ценность (ккал.)	На 1-го ребенка от 3 до 7 лет	Энергетическая ценность (ккал.)
Завтрак				
Каша жидкая кукурузная с маслом сливочным	150	144,75	200	193,00
Хлеб пшеничный	40	85,77	40	85,77
Масло сливочное	10	66,00	10	66,00
Сыр Российский	10	36,00	10	36,00
Чай с лимоном	150/8	46,50	200	62,00
Итого:		379,02		442,77
Второй завтрак				
Фрукты свежие (бананы)	1 шт	94	1 шт	94,00
Итого:	200	94	200	94,00
Обед				
Овощи натуральные свежие (огурцы)	40	4,80	50	6
Щи из свежей капусты с картофелем	150	94,22	200	125,63
Шницель из мяса говядины	60	206,40	80	275,20
Соус красный основной	30	21,70	50	21,70
Макаронные изделия отварные с маслом	120	156,56	150	195,70
Хлеб пшеничный	20	42,8	20	42,80
Хлеб ржаной	30	77,70	30	77,70
Компот из сухофруктов (С- витаминизация)	150/45мг	99,60	200/50 мг	132,80
Итого:		703,78		877,53
Полдник				
Пряник весовой	60	201,48	80	201,48
Какао с молоком	150	88,95	200	118,60
Итого:		290,43		320,08
Итого энергетическая ценность за весь день		1467,23		1734,38