

МЕНЮ воспитанников на «16» апреля 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ
заведующий МДОУ
«ЦРР – детский сад №255»
Н.П. Гусева

Прием пищи		Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	N рецеп туры
				Белки	Жиры	Угле воды		
Неделя 1 День 3		(для детей 1-3 лет)						
Завтрак		Каша гречневая молочная жидкая	150	4,2	5,7	14,5	123,7	99
		Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	253
Итого за завтрак:		Бутерброд с маслом	20/4	1,4	3,0	9,8	73,3	49
			35/4	5,6	11,11	24,3	288,0	
Второй завтрак		Кисломолочный напиток (снежок)	130	3,9	3,25	5,85	65	251
Итого за второй завтрак:			130	3,9	3,25	5,85	65	
Обед		Салат из соленых огурцов с растительным маслом	30	0,0	1,0	0,9	12,5	
		Суп гороховый на мясном бульоне	180	4,9	4,5	7,8	111,83	36
		Гречки	5	0,38	0,28	2,55	14,0	58
		Гуляш из говядины	60	7,71	6,2	1,98	94,5	152
		Картофельное пюре	110	2,3	3,67	14,67	97,97	206
		Компот из сухофруктов	150	0,3	0,02	20,85	84,75	241
		Хлеб ржаной	40	3,5	0,5	22,0	105,0	
		Хлеб пшеничный	20	2,8	0,4	17,6	84,0	
Итого за обед:			595	21,89	16,57	88,35	604,55	
Упомянутый полдник		Пудинг творожный со сметаной сок фруктовый (яблоко-виноград)	120/5	15,46	11,42	16,73	248,6	127
			200	0	0	23,4	94,0	
		Батон	20	1,5	1,1	10,2	56	
Итого за упомянутый полдник:		Фрукты (апельсин)	150	1,2	0,22	11,25	64,68	
			495	18,16	12,74	61,18	463,28	
Итого за день:								
			1574	49,55	43,67	179,68	1420,83	
Рекомендации по питанию дома								

Медицинская сестра
Повар, выполняющий
обязанности шеф-повара
Н.П. Былинкина
А.О. Писарева

МЕНЮ воспитанников на «16» апреля 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ
заведующий МДОУ
«ЦРР – детский сад №255»
Н.П. Гусева

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	N рецепт уры
			Белки	Жиры	Угле воды			
Неделя 1 День 3	(для детей 3-6 лет)							
Завтрак	Каша гречневая молочная жидкая	200	4,6	7,59	26,5	192	99	
	Кофейный напиток с молоком	200	3,03	2,65	15,7	100	253	
	Бутерброд с маслом	30/5	2,2	4,5	14,8	110	49	
		435	9,83	14,74	57,0	402		
Итого за завтрак:		150	4,5	3,75	6,75	75	251	
Второй завтрак	Кисломолочный напиток (снежок)	150	4,5	3,75	6,75	75		
Итого за второй завтрак:		150	4,5	3,75	6,75	75		
Обед	Салат из соленых огурцов с растительным маслом	50	0,0	1,6	1,5	20,8		
	Суп гороховый на мясном бульоне	200	6,5	6,0	10,4	149,1	36	
	Гречки	7	0,52	0,38	3,57	19,6	58	
	Гуляш из говядины	70	80,9	7,2	2,31	110,0	152	
	Картофельное пюре	130	2,7	4,3	17,3	115,7	206	
	Напиток с витаминами «Виттошка» для детей дошкольного и школьного возраста	200	0,0	0,0	19,0	75,0	241	
	Хлеб ржаной	50	3,25	0,5	20,5	95,0		
	Хлеб пшеничный	20	1,62	0,24	9,28	44,0		
Итого за обед:		727	24,67	20,38	92,18	669,2		
Удвоенный подник	Пудинг творожный со сметаной	150/7	19,34	14,39	20,94	313,53	127	
	Сок фруктовый (яблоко-виноград)	200	0,0	0,0	24,3	94,0		
	Батон	30	2,25	1,65	15,3	84		
	Фрукты (апельсин)	200	1,7	0,3	15,0	86,25		
Итого за удвоенный подник:		587	23,29	16,34	75,54	577,78		
Итого за день:		1899	62,29	55,21	231,47	1723,98		
Рекомендации по питанию дома								
Блюда из овощей								

Медицинская сестра
Шеф-повар
В.Н. Петрова
Н.Г. Пархоменко

УТВЕРЖДАЮ
заведующий МДОУ
«ЦРР – детский сад № 255»
Н.П. Гусева

МЕНЮ воспитанников на «16» апреля 2025 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетич еская ценность	N рецепт уры
			Белки	Жиры	Угле воды			
Неделя 1 День 3 (для детей 7-11 лет)								
Завтрак	Каша гречневая	200	4,6	7,59	26,5	192	99	
	Молочная жидкая							
	Кофейный напиток с молоком	200	3,03	2,65	15,7	100,0	253	
	Бутерброд с маслом	40/7	3,0	6,0	19,7	145,0	49	
Итого за завтрак:		447	10,63	16,24	61,9	437,0		
Второй завтрак	Кисломолочный напиток (снежок)	180	5,4	4,5	8,1	90	251	
Итого за второй завтрак:		180	5,4	4,5	8,1	90		
Обед	Салат из соевых оружцов с растительным маслом	80	0,0	2,56	2,4	33,28		
	Суп гороховый на мясном бульоне	250	8,13	7,5	13,0	186,3	36	
	Гречки	10	0,75	0,55	5,1	28,0	58	
	Гуляш из говядины	70	8,9	7,2	2,31	110,0	152	
	Картофельное пюре	150	3,2	5,0	20,0	133,6	206	
	Напиток с витаминами «Виташока» для детей дошкольного и школьного возраста	200	0	0	19,0	75	241	
	Хлеб ржаной	50	3,25	0,5	20,5	95,0		
	Хлеб пшеничный	20	2,8	0,4	17,6	84,0		
	Итого за обед:		830	27,03	23,71	99,91	745,18	
	Уплотненный попдник	Пудинг творожный со сметаной	180/10	23,26	17,5	27,88	382,2	127
Итого за уплотненный попдник:	Сок фруктовый (яблоко-виноград)	200	0	0	23,4	94,0		
	Батон	30	2,25	1,65	15,3	84		
	Фрукты (апельсин)	200	1,7	0,3	15,0	86,25		
		620	27,21	19,45	81,58	646,45		
Итого за день:		2077	70,27	63,9	251,49	1918,63		
Рекомендации по питанию дома								

Медицинская сестра
Шеф-повар

В.Н. Петрова
Н.Г. Пархоменко