

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Дата: 11.03.2025

№	Наименование блюда	Масса порции (грамм)	Калорийность порции
Прием пищи Завтрак			
1	Омлет натуральный	1/150	225,2000
2	Батон в/с	1/30	76,8000
3	Чай с молоком и сахаром	1/200	50,9000
4			Итого: 352,9000
Прием пищи Второй завтрак			
1	Напиток кисломолочный в ассортименте	1/180	126,9000
			Итого: 126,9000
Прием пищи Обед			
1	Салат из свеклы и моркови	1/50	63,0400
2	Суп Лапша-Домашняя	1/180	87,5000
3	Каша гречневая рассыпчатая	1/150	233,7000
4	Гуляш	1/80	185,6000
4	Напиток из св. мороженой ягоды	1/200	84,6900
5	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/25	59,2500
6	Хлеб ржаной	1/40	82,4100
			Итого: 805,7000
Прием пищи Полдник			
1	Рагу из курицы	1/150	162,9000
2	Напиток из шиповника	1/200	65,3000
3	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/25	59,2500
4	Хлеб ржаной	1/10	23,1800
			Итого: 309,8300
Прием пищи Ужин			
1	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/25	59,2500
2	Масло сливочное порциями	1/5	33,0500
3	Сыр порциями	1/15	54,3
4	Чай с брусничкой и сахаром	1/200	31,2000
			Итого: 177,8000
	Итого:		1773,1300

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Дата: 10.03.2025

№	Наименование блюда	Масса порции (грамм)	Калорийность порции
Прием пищи Завтрак			
1	Каша манная молочная жидкая	1/200	222,0200
2	Кофейный напиток с молоком	1/200	86,0000
3	Батон в/с	1/30	76,8000
4	Повило	1/10	24,4000
			Итого: 409,2200
Прием пищи Второй завтрак			
1	Фрукты свежие в ассортименте	1/100	62,0000
			Итого: 62,0000
Прием пищи Обед			
1	Икра кабачковая	1/50	46,3500
2	Рассольник Ленинградский	1/200	125,5000
3	Капуста тушеная с мясом	1/150	254,6000
4	Компот из смеси сухофруктов	1/200	81,0000
5	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/25	59,2500
6	Хлеб ржаной	1/40	82,4100
			Итого: 649,1100
Прием пищи Полдник			
2	Карофельотварной	1/150	182,4600
3	Оладьи из печени	1/55	111,1000
4	Компот из изюма	1/200	75,8000
4	Хлеб ржаной	1/10	23,1800
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/25	59,2500
			Итого: 649,1100
Прием пищи Ужин			
1	Напиток кисломолочный в ассортименте	1/200	141,0000
2	Батон в/с	1/30	76,8000
			Итого: 217,8000
	Итого:		1788,3200

Шеф-повар О.А.Шабалина /
(ФИО)

Заведующий МДОУ ИРМО
"Хомутовский детский сад № 4"

Р.З.Рогачевская (ФИО) (подпись)



Шеф-повар О.А.Шабалина /
(ФИО)

Заведующий МДОУ ИРМО Р.З.Рогачевская
"Хомутовский детский сад № 4"



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Дата: 12.03.2025

№	Наименование блюда	Масса порции (грамм)	Калорийность порции
Прием пищи Завтрак			
1	Каша Дружба	1/170	169,0600
2	Какао с молоком	1/200	153,9200
3	Батон в/с	1/30	76,8000
		Итого:	399,7800
Прием пищи Второй завтрак			
1	Сок фруктовый	1/180	75,7800
		Итого:	75,7800
Прием пищи Обед			
1	Салат из свеклы с соленым огурцом	1/50	63,4000
2	Щи из свежей капусты и картофеля	1/200	86,2600
3	Рагу из овощей	1/150	133,4000
4	Биточки из говядины	1/75	221,3000
5	Компот из смеси сухофруктов	1/200	81,0000
6	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/25	59,2500
7	Хлеб ржаной	1/40	82,4100
		Итого:	727,0200
Прием пищи Полдник			
1	Рис припущенный	1/130	186,3810
2	Рыба припущенная с овощами	1/80	91,5940
3	Чай с лимон и сахаром	1/200	27,9
4	Хлеб ржаной	1/10	23,1800
	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/25	59,2500
		Итого:	388,3050
Прием пищи Ужин			
1	Молоко кипяченное	1/200	117,3100
2	Кекс с изюмом	1/50	201,0000
		Итого:	318,3100
		Итого:	1509,4150

Шеф-повар О.А.Шабалина /
(ФИО)

Заведующий МДОУ ИРМО " " Р.З.Рогачевская /
"Хомутовский детский сад № 4" (подпись)



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Дата: 13.03.2025

№	Наименование блюда	Масса порции (грамм)	Калорийность порции
Прием пищи Завтрак			
1	Каша рисовая молочная	1/170	156,8500
2	Батон в/с	1/30	76,8000
3	Кофейный напиток с молоком	1/200	86,0000
		Итого:	319,6500
Прием пищи Второй завтрак			
1	Напиток кисломолочный в ассортименте	1/180	126,9000
		Итого:	126,9000
Прием пищи Обед			
1	Маринад овощной с томатом	1/60	62,2500
2	Свекольник	1/200	88,3000
3	Картофельное пюре	1/150	139,4000
4	печень по-строгановски	1/90	316,3700
5	Компот из сухофруктов	1/200	81,0000
5	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/25	59,2500
6	Хлеб ржаной	1/40	82,4100
		Итого:	828,1800
Прием пищи Полдник			
1	Плов с курицей	1/150	236,0000
2	Кисель из облепихи	1/200	58,8000
3	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/25	59,2500
4	Хлеб ржаной	1/10	23,1800
		Итого:	377,2300
Прием пищи Ужин			
1	Булочка Домашняя	1/60	228,2000
2	Чай с сахаром	1/200	26,8000
		Итого:	255,0000
		Итого:	1906,1600

Шеф-повар О.А.Шабалина /
(ФИО)

Заведующий МДОУ ИРМО " " Р.З.Рогачевская /
"Хомутовский детский сад № 4" (подпись)



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Дата: 14.03.2025

№	Наименование блюда	Масса порции (грамм)	Калорийность порции
Прием пищи		Завтрак	
1	Запеканка из творога	1/150	304,2000
2	Батон в/с	1/30	76,8000
3	Чай с сахаром	1/200	26,8000
		Итого:	407,8000
Прием пищи		Второй завтрак	
1	Фрукты свежие в ассортименте	1/100	62,0000
		Итого:	62,0000
Прием пищи		Обед	
1	Винегрет с растительным маслом	1/50	55,8000
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	1/200	99,2700
3	Капуста тушеная с мясом	1/150	254,6000
4	Напиток из св.мороженой ягоды	1/200	84,6900
5	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/25	59,2500
6	Хлеб ржаной	1/40	82,4100

		Итого:	636,0200
Прием пищи		Полдник	
1	Картофель отварной	1/150	181,5600
2	Суфле рыбное (Минтай)	1/80	121,9000
3	Кисель из смородины	1/200	50,5000
4	Хлеб пшеничный 1 сорт	1/25	59,2500
5	Хлеб ржаной	1/10	23,1800
		Итого:	436,3900
Прием пищи		Ужин	
1	Напиток кисломолочный в ассортименте	1/200	141,0000
2	Батон в/с	1/30	76,8000
		Итого:	217,8000
Итого:			1760,0100

Шеф-повар О.А.Шабалина /
(ФИО)

Заведующий МДОУ ИРМО Р.З.Рогачевская
"Хомутовский детский сад № 4"



(подпись)