

Утверждено:

Директор ООО «Май-М»

/Е.С. Ардашева/



Согласовано:

Заведующий МАДОУ «ЦРР –

Детский сад № 252» г. Перми

/О.Н. Оносова/



**ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ (ПЛАН-МЕНЮ) НА ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ, ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ**

**ПЕРИОДЫ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ**

**В ДОШКОЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ**

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ «МАЙ-М»**

ИНН 5903996871

ОГРН 1145958020273

КПП 590301001

**МЕНЮ СОСТАВЛЕНО ПО:**

**СБОРНИК ТЕХНОЛОГИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ, РЕЦЕПТУР БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ ДЛЯ ДОШКОЛЬНЫХ**

**ОРГАНИЗАЦИЙ И ДЕТСКИХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ**

**ПОД ОБЩЕЙ РЕДАКЦИЕЙ ПРОФЕССОРА ПЕРЕВАЛОВА А.Я.**

**ИЗДАНИЕ 7-Е, ПЕРЕРАБОТАННОЕ И ДОПОЛНЕННОЕ, ПЕРМЬ 2013 г.**

**И**

**ЕДИННЫЙ СБОРНИК ТЕХНОЛОГИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ, РЕЦЕПТУР БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ ДЛЯ ДЕТСКИХ САДОВ, ДЕТСКИХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ, УЧРЕЖДЕНИЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ, СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ ДЛЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ, НУЖДАЮЩИХСЯ В СОЦИАЛЬНОЙ**

**РЕАБИЛИТАЦИИ, ЛЕЧЕБНО-ПРОФЕЛАКТИЧЕСКИХ УЧРЕЖДЕНИЙ**

**ПОД ОБЩЕЙ РЕДАКЦИЕЙ ПРОФЕССОРА ПЕРЕВАЛОВА А.Я.**

**ИЗДАНИЕ 5-Е, С ДОПОЛНЕНИЯМИ 2018 г.**

**ИЗДАНИЕ 4-Е, С ДОПОЛНЕНИЯМИ 2021 г.**



Директор  
Ардашева Е.С.

ООО "Май-М"

Подразделение: ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО (3-7 лет)



Заведующий  
Юносова О.Н.

МАДОУ "ЦРР-Детский сад №252"

День 1	N пед.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины							Минеральные вещества, мг										
				Белки	Жиры	Углев.		B1, мг	B2, мг	C, мг	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe										
<b>ЗАВТРАК</b>																									
227/18		КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,08	7,07	31,22	212,90	0,09	0,18	0,95	20,00	144,59	128,45	21,52	0,46										
576/21		БАТОН(20)	20	1,50	0,58	10,28	52,34	0,02	0,00	0,00	0,00	3,80	13,00	2,60	0,24										
79/18		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(5)	5	0,03	4,13	0,04	37,39	0,00	0,01	0,00	20,00	1,20	1,50	0,00	0,01										
465/18		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,94	2,62	16,42	100,99	0,04	0,15	0,90	0,00	126,30	95,00	15,00	0,13										
		<b>Итого:</b>		<b>10,55</b>	<b>14,40</b>	<b>57,96</b>	<b>403,62</b>	<b>0,15</b>	<b>0,34</b>	<b>1,85</b>	<b>40,00</b>	<b>275,89</b>	<b>237,95</b>	<b>39,12</b>	<b>0,84</b>										
<b>2 ЗАВТРАК</b>																									
501/18		СОКИ ФРУКТОВЫЕ(100)	100	0,40	0,40	11,20	50,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,70	0,00	0,00	0,14										
		<b>Итого:</b>		<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>11,20</b>	<b>50,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,20</b>	<b>0,00</b>	<b>0,70</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,14</b>										
<b>ОБЕД</b>																									
150/18		Икра кабачковая(промышленного производства)(50)	50	0,60	3,50	3,70	48,70	0,03	0,03	7,50	20,00	13,75	0,00	10,30	0,45										
144/13		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ(200)	200	4,52	3,84	17,93	121,74	0,20	0,07	11,20	16,00	30,47	92,18	32,87	1,68										
341/18		КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ"(70)	70	10,50	5,97	8,46	129,57	0,01	0,00	0,70	0,00	3,48	4,31	1,19	0,08										
202/18		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫЛЧАТАЯ(130)	130	4,94	5,58	25,00	169,96	0,17	0,08	0,00	20,80	12,36	118,46	78,20	2,65										
495/18		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,02	21,78	89,06	0,00	0,01	0,40	0,00	22,50	15,40	6,00	1,23										
573/21		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,00	0,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,28	0,02										
574/21		ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	1,32	0,24	6,80	34,64	0,02	0,01	0,00	0,00	3,60	18,40	4,00	0,58										
		<b>Итого:</b>		<b>23,84</b>	<b>19,31</b>	<b>93,51</b>	<b>640,55</b>	<b>0,43</b>	<b>0,20</b>	<b>19,80</b>	<b>56,80</b>	<b>86,56</b>	<b>248,75</b>	<b>132,84</b>	<b>6,69</b>										
<b>ПОЛДНИК</b>																									
469/18		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,60	5,00	9,46	105,24	0,08	0,30	1,80	0,00	252,00	190,00	30,00	0,20										
590/13		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ(30)	30	2,25	2,94	22,32	124,74	0,02	0,00	0,00	0,00	8,70	27,00	6,00	0,63										
82/18		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20										
		<b>Итого:</b>		<b>8,25</b>	<b>8,34</b>	<b>41,58</b>	<b>274,38</b>	<b>0,13</b>	<b>0,32</b>	<b>11,80</b>	<b>0,00</b>	<b>276,70</b>	<b>228,00</b>	<b>45,00</b>	<b>3,03</b>										
<b>УЖИН</b>																									
283/18		ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ	150	19,36	8,77	24,51	254,40	0,03	0,07	0,00	33,50	17,25	42,32	5,91	0,62										
483/18		СОУС ИЗ ПОВИДЛА(50)	50	0,05	0,00	9,59	38,52	0,00	0,00	0,05	0,00	1,43	0,90	0,70	0,13										
459/18		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	10,20	41,11	0,00	0,00	28,80	0,00	3,18	1,58	0,86	0,07										
573/21		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(30)	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,60	0,00	0,42	0,03										
574/21		ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	1,32	0,24	6,80	34,64	0,02	0,01	0,00	0,00	3,60	18,40	4,00	0,58										
		<b>Итого:</b>		<b>23,07</b>	<b>9,26</b>	<b>65,86</b>	<b>438,99</b>	<b>0,05</b>	<b>0,08</b>	<b>28,85</b>	<b>33,50</b>	<b>26,06</b>	<b>63,20</b>	<b>11,89</b>	<b>1,43</b>										
<b>Всего за день:</b>				<b>66,11</b>	<b>51,71</b>	<b>270,11</b>	<b>1807,54</b>	<b>0,76</b>	<b>0,94</b>	<b>62,50</b>	<b>130,30</b>	<b>665,91</b>	<b>777,90</b>	<b>228,85</b>	<b>12,13</b>										

"УТВЕРЖДАЮ"  
 ООО "Май-М"  
 59958020273  
 г. Пермь

Директор Ардашева Е.С.

ООО "Май-М"

"СОГЛАСОВАНО"  
 МАЛОУ "ЦРР-детский сад №252"  
 Центр развития ребенка  
 сад №252  
 г. Пермь

Заведующий Оносова О.Н.

Подразделение: ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО (3-7 лет)

День 2	N рецеп.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины							Минеральные вещества, мг															
				Белки	Жиры	Углев.		B1, мг	B2, мг	C, мг	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe															
<b>ЗАВТРАК</b>																														
220/18		КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	7,51	7,45	34,02	233,12	0,16	0,21	1,47	20,00	178,68	108,82	38,72	0,94															
576/21		БАТОН(20)	20	1,50	0,58	10,28	52,34	0,02	0,00	0,00	0,00	3,80	13,00	2,60	0,24															
86/18		ПОВИДЛО(ПОРЦИЯМИ)(10)	10	0,04	0,00	6,60	26,56	0,00	0,00	0,05	0,00	1,40	0,90	0,70	0,13															
460/18		ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,40	1,25	12,35	66,23	0,02	0,08	0,45	0,00	63,30	47,50	7,50	0,08															
		<b>Итого:</b>	<b>10,45</b>	<b>9,28</b>	<b>63,25</b>	<b>378,25</b>	<b>0,20</b>	<b>0,29</b>	<b>1,97</b>	<b>20,00</b>	<b>247,18</b>	<b>170,22</b>	<b>49,52</b>	<b>1,39</b>																
<b>2 ЗАВТРАК</b>																														
501/18		СОКИ ФРУКТОВЫЕ(100)	100	0,40	0,40	11,20	50,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,70	0,00	0,00	0,14															
		<b>Итого:</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>11,20</b>	<b>50,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,20</b>	<b>0,20</b>	<b>0,00</b>	<b>0,70</b>	<b>0,00</b>	<b>0,14</b>																
<b>ОБЕД</b>																														
149/18		ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ)(50)	50	0,40	0,05	0,85	5,45	0,01	0,01	2,50	0,00	11,50	12,00	7,00	0,30															
95/18		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ(200/10)	200/10	1,69	6,13	10,31	103,22	0,05	0,05	16,01	15,00	41,31	47,00	20,49	0,95															
407/13		РАГУ ИЗ ПТИЦЫ(200)	200	17,80	18,26	18,98	311,41	0,21	0,21	23,05	32,72	31,06	205,74	48,20	2,20															
487/18		КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200	0,33	0,21	15,23	64,14	0,02	0,01	62,52	0,00	13,93	8,58	6,16	1,20															
573/21		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(30)	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,60	0,00	0,42	0,03															
574/21		ХЛЕБ РЖАНОЙ(30)	30	1,98	0,36	10,20	51,96	0,03	0,01	0,00	0,00	5,40	27,60	6,00	0,87															
		<b>Итого:</b>	<b>24,48</b>	<b>25,25</b>	<b>70,33</b>	<b>606,50</b>	<b>0,32</b>	<b>0,29</b>	<b>104,08</b>	<b>47,72</b>	<b>103,80</b>	<b>300,92</b>	<b>88,27</b>	<b>5,55</b>																
<b>ПОЛДНИК</b>																														
470/18		КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК(190)	190	9,50	6,08	16,15	157,32	0,06	0,29	1,14	19,00	235,60	180,50	28,50	0,19															
543/18		БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ(60)	60	4,49	9,62	35,03	244,68	0,07	0,03	0,00	41,60	11,62	41,43	6,95	0,56															
		<b>Итого:</b>	<b>13,99</b>	<b>15,70</b>	<b>51,18</b>	<b>402,00</b>	<b>0,13</b>	<b>0,32</b>	<b>1,14</b>	<b>60,60</b>	<b>247,22</b>	<b>221,93</b>	<b>35,45</b>	<b>0,75</b>																
<b>УЖИН</b>																														
347/13		ФРИКАДЕЛКИ РЫБНЫЕ(70)	70	10,04	1,95	5,54	79,93	0,02	0,06	0,13	21,00	27,52	32,34	4,50	0,25															
256/18		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(130)	130	4,89	5,44	31,65	195,15	0,08	0,02	0,00	23,60	17,91	41,87	7,56	0,78															
457/18		ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	9,98	39,92	0,00	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,03																
573/21		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(30)	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,60	0,00	0,42	0,03															
574/21		ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	1,32	0,24	6,80	34,64	0,02	0,01	0,00	0,00	3,60	18,40	4,00	0,58															
		<b>Итого:</b>	<b>18,53</b>	<b>7,87</b>	<b>68,73</b>	<b>419,96</b>	<b>0,12</b>	<b>0,09</b>	<b>0,13</b>	<b>44,60</b>	<b>49,93</b>	<b>92,61</b>	<b>16,48</b>	<b>1,67</b>																
<b>Всего за день:</b>				<b>67,85</b>	<b>58,50</b>	<b>264,69</b>	<b>1856,71</b>	<b>0,77</b>	<b>0,99</b>	<b>107,52</b>	<b>172,92</b>	<b>648,83</b>	<b>785,68</b>	<b>189,72</b>	<b>9,50</b>															

"УТВЕРЖДАЮ"

ООО "Май-М"

Директор Ардашева Е.С.

ООО "Май-М"

МАДОУ "ЦРР-детский сад №252"

Заведующий

Юносова О.Н.



Подразделение: ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО (3-7 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины						Минеральные вещества, мг				
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Мг	Fe			

ЗАВТРАК

234/18	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,58	7,80	34,23	229,48	0,07	0,20	1,06	20,00	156,14	159,95	33,12	0,48
576/21	БАТОН(20)	20	1,50	0,58	10,28	52,34	0,02	0,00	0,00	0,00	3,80	13,00	2,60	0,24
75/18	СЫР (ПОРЦИОННО)(10)	10	2,56	2,61	0,00	33,73	0,00	0,04	0,07	21,00	98,00	58,00	5,00	0,07
464/18	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,54	1,37	14,05	74,68	0,02	0,08	0,45	0,00	63,30	47,50	7,50	0,08
	<b>Итого:</b>		<b>11,18</b>	<b>12,36</b>	<b>58,56</b>	<b>390,23</b>	<b>0,11</b>	<b>0,32</b>	<b>1,58</b>	<b>41,00</b>	<b>321,24</b>	<b>278,45</b>	<b>48,22</b>	<b>0,87</b>

2 ЗАВТРАК

501/18	СОКИ ФРУКТОВЫЕ(100)	100	0,40	0,40	11,20	50,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,70	0,00	0,00	0,14
	<b>Итого:</b>		<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>11,20</b>	<b>50,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,20</b>	<b>0,00</b>	<b>0,70</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,14</b>

ОБЕД

47/18	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ(50)	50	0,68	3,09	4,27	47,65	0,03	0,02	5,24	0,00	12,07	22,52	10,02	0,43
116/18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ(200)	200	2,29	2,37	16,69	97,24	0,09	0,05	13,19	0,00	17,99	51,93	19,52	0,83
338/21	КНЕПЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ(С)(70)	70	10,36	12,95	5,43	179,69	0,04	0,04	0,10	16,90	16,65	30,49	5,80	0,15
380/18	КАПУСТА ТУШЕНАЯ(130)	130	3,11	5,06	10,44	99,70	0,06	0,08	67,14	23,60	79,94	58,57	29,28	1,11
494/18	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ(ИЗЮМА)	200	0,46	0,10	23,14	95,30	0,03	0,02	0,00	0,00	16,30	25,80	8,40	0,63
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(30)	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,60	0,00	0,42	0,03
574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ(30)	30	1,98	0,36	10,20	51,96	0,03	0,01	0,00	0,00	5,40	27,60	6,00	0,87
	<b>Итого:</b>		<b>21,16</b>	<b>24,17</b>	<b>84,93</b>	<b>641,86</b>	<b>0,28</b>	<b>0,22</b>	<b>85,67</b>	<b>40,50</b>	<b>148,95</b>	<b>216,91</b>	<b>79,44</b>	<b>4,05</b>

ПОЛДНИК

469/18	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,60	5,00	9,46	105,24	0,08	0,30	1,80	0,00	252,00	190,00	30,00	0,20
590/13	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ(50)	50	3,75	4,90	37,20	207,90	0,04	0,00	0,00	0,01	14,50	45,00	10,00	1,05
	<b>Итого:</b>		<b>9,35</b>	<b>9,90</b>	<b>46,66</b>	<b>313,14</b>	<b>0,12</b>	<b>0,30</b>	<b>1,80</b>	<b>0,01</b>	<b>266,50</b>	<b>235,00</b>	<b>40,00</b>	<b>1,25</b>

УЖИН

354/21	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ(150)	150	12,11	5,67	26,76	206,48	1,48	9,69	41,43	16,19	24,00	222,42	39,47	4,33
403/18	СОУС МОЛОЧНЫЙ К БЛЮДАМ(1-й ВАР)(50)	50	1,68	3,35	4,63	55,36	0,03	0,08	0,45	10,00	65,54	50,70	7,99	0,10
459/18	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	10,20	41,11	0,00	0,00	28,80	0,00	3,18	1,58	0,86	0,07
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(30)	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,60	0,00	0,42	0,03
574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ(30)	30	1,98	0,36	10,20	51,96	0,03	0,01	0,00	0,00	5,40	27,60	6,00	0,87
	<b>Итого:</b>		<b>18,11</b>	<b>9,63</b>	<b>66,55</b>	<b>425,23</b>	<b>1,54</b>	<b>9,78</b>	<b>70,68</b>	<b>26,19</b>	<b>98,72</b>	<b>302,30</b>	<b>54,74</b>	<b>5,40</b>

<b>Всего за день:</b>		<b>60,20</b>	<b>56,46</b>	<b>267,90</b>	<b>1820,46</b>	<b>2,05</b>	<b>10,62</b>	<b>159,93</b>	<b>107,70</b>	<b>836,11</b>	<b>1032,66</b>	<b>222,40</b>	<b>11,71</b>
-----------------------	--	--------------	--------------	---------------	----------------	-------------	--------------	---------------	---------------	---------------	----------------	---------------	--------------

"УТВЕРЖДАЮ"  
 ООО "Май-М"  
 ИНН 5903999  
 г. ПЕРМЬ

Директор Ардашева Е.С.

ООО "Май-М"

МАДОУ "ЦРР-детский сад №252"

Заведующий Юносова О.Н.

Подразделение: ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО (3-7 лет)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины					Минеральные вещества, мг				
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Мг	Fe		

**ЗАВТРАК**

232/18	КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ТЕРКУПЕС" ЖИДКАЯ	200	6,45	8,63	12,14	207,44	0,16	0,21	1,06	20,00	166,71	196,35	50,17	1,07
576/21	БАТОН(20)	20	1,50	0,58	10,28	52,34	0,02	0,00	0,00	0,00	3,80	13,00	2,60	0,24
79/18	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(5)	5	0,03	4,13	0,04	37,39	0,00	0,01	0,00	20,00	1,20	1,50	0,00	0,01
462/18	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,29	2,80	14,91	98,00	0,04	0,15	0,90	0,00	128,86	108,10	23,50	0,57
	<b>Итого:</b>		<b>11,27</b>	<b>16,14</b>	<b>37,37</b>	<b>395,17</b>	<b>0,22</b>	<b>0,37</b>	<b>1,96</b>	<b>40,00</b>	<b>300,57</b>	<b>318,95</b>	<b>76,27</b>	<b>1,89</b>

**2 ЗАВТРАК**

501/18	СОКИ ФРУКТОВЫЕ(100)	100	0,40	0,40	11,20	50,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,70	0,00	0,00	0,14
	<b>Итого:</b>		<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>11,20</b>	<b>50,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,20</b>	<b>0,00</b>	<b>0,70</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,14</b>

**ОБЕД**

34/18	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ(60)	60	0,86	3,05	5,00	50,92	0,01	0,02	5,61	0,00	21,55	24,43	12,39	0,79
100/18	РАСОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ(200/10)	200/10	1,96	6,25	13,97	119,95	0,09	0,06	13,11	15,00	22,93	55,62	21,43	0,76
303/18	СУФЛЕ РЫБНОЕ(70)	70	11,11	6,73	2,37	118,10	0,03	0,14	0,19	69,30	43,90	72,27	7,47	0,67
377/18	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ(150)	150	3,27	6,69	22,39	162,91	0,17	0,13	26,30	27,20	45,24	99,56	33,52	1,23
488/18	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ	200	0,50	0,23	11,81	53,33	0,03	0,01	27,39	0,00	19,48	13,14	8,46	0,95
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(30)	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,60	0,00	0,42	0,03
574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ(30)	30	1,98	0,36	10,20	51,96	0,03	0,01	0,00	0,00	5,40	27,60	6,00	0,87
	<b>Итого:</b>		<b>21,96</b>	<b>23,55</b>	<b>80,50</b>	<b>627,49</b>	<b>0,36</b>	<b>0,37</b>	<b>72,60</b>	<b>111,50</b>	<b>159,10</b>	<b>292,62</b>	<b>89,69</b>	<b>5,30</b>

**ПОЛДНИК**

469/18	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,60	5,00	9,46	105,24	0,08	0,30	1,80	0,00	252,00	190,00	30,00	0,20
542/18	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,47	8,63	33,58	229,89	0,07	0,04	0,00	40,25	12,54	41,13	6,70	0,57
	<b>Итого:</b>		<b>10,07</b>	<b>13,63</b>	<b>43,04</b>	<b>335,13</b>	<b>0,15</b>	<b>0,34</b>	<b>1,80</b>	<b>40,25</b>	<b>264,54</b>	<b>231,13</b>	<b>36,70</b>	<b>0,77</b>

**УЖИН**

279/18	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА(150)	150	23,68	10,97	29,62	311,98	0,03	0,09	0,37	17,50	63,16	57,40	8,86	0,29
483/18	СОУС ИЗ ПОВИДЛА(50)	50	0,04	0,00	9,59	38,52	0,00	0,00	0,05	0,00	1,43	0,90	0,70	0,13
457/18	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	9,98	39,92	0,00	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	0,03
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(50)	50	3,80	0,40	24,60	117,20	0,01	0,00	0,00	0,00	1,00	0,00	0,70	0,06
	<b>Итого:</b>		<b>27,52</b>	<b>11,37</b>	<b>73,79</b>	<b>507,62</b>	<b>0,04</b>	<b>0,09</b>	<b>0,42</b>	<b>17,50</b>	<b>65,89</b>	<b>58,30</b>	<b>10,26</b>	<b>0,51</b>

Всего за день: **71,22** **65,09** **245,90** **1915,41** **0,77** **1,17** **76,98** **209,25** **790,80** **901,00** **212,92** **8,61**

"УТВЕРЖДАЮ"

ООО "Май-М"

Директор / Ардашева Е.С.

ООО "Май-М"

МАДОУ "ЦРР-детский сад №252"

Заведующий / Юносова О.Н.

День 5 Подразделение: ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО (3-7 лет)

Наименование блюда Выход Пищевые вещества, г Белки Жиры Углев. Калории, ккал Витамины В1, мг В2, мг С, мг А, мкг Минеральные вещества, мг Са Р Mg Fe

ЗАВТРАК

Table with 13 columns: N rec., Name, Yield, Protein, Fat, Carbs, Calories, Vitamins (B1, B2, C, A), Minerals (Ca, P, Mg, Fe). Rows include: 230/18 КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 200 5,30 6,68 26,44 187,00 0,11 0,17 0,81 20,00 128,43 153,00 28,72 1,24; 576/21 БАТОН(20) 20 1,50 0,58 10,28 52,34 0,02 0,00 0,00 0,00 3,80 13,00 2,60 0,24; 86/18 ПОВИДЛО(ПОРЦИЯМИ)(10) 10 0,04 0,00 6,60 26,56 0,00 0,00 0,05 0,00 1,40 0,90 0,70 0,13; 465/18 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200 2,94 2,62 16,42 100,99 0,04 0,15 0,90 0,00 126,30 95,00 15,00 0,13; Итого: 9,78 9,88 59,74 366,89 0,17 0,32 1,76 20,00 259,93 261,90 47,02 1,74

2 ЗАВТРАК

Table with 13 columns: N rec., Name, Yield, Protein, Fat, Carbs, Calories, Vitamins (B1, B2, C, A), Minerals (Ca, P, Mg, Fe). Rows include: 501/18 СОКИ ФРУКТОВЫЕ(100) 100 0,40 0,40 11,20 50,00 0,00 0,00 0,20 0,00 0,70 0,00 0,00 0,14; Итого: 0,40 0,40 11,20 50,00 0,00 0,00 0,20 0,00 0,70 0,00 0,00 0,14

ОБЕД

Table with 13 columns: N rec., Name, Yield, Protein, Fat, Carbs, Calories, Vitamins (B1, B2, C, A), Minerals (Ca, P, Mg, Fe). Rows include: 9/21 САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ(50) 50 0,80 3,05 4,12 47,10 0,01 0,01 0,50 0,00 21,07 3,33 7,18 0,29; 146/13 СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ(200) 200 2,35 3,47 14,20 97,45 0,07 0,05 9,19 10,80 15,16 46,15 15,27 0,68; 375/18 ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ(200) 200 16,57 22,69 38,23 423,41 0,11 0,13 3,63 27,36 24,41 195,06 42,54 1,59; 495/18 КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200 0,44 0,02 21,78 89,06 0,00 0,01 0,40 0,00 22,50 15,40 6,00 1,23; 573/21 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20) 20 1,52 0,16 9,84 46,88 0,00 0,00 0,00 0,00 0,40 0,00 0,28 0,02; 574/21 ХЛЕБ РЖАНОЙ(40) 40 3,20 0,60 16,04 82,36 0,04 0,01 0,00 0,00 7,20 36,80 8,00 1,16; Итого: 24,88 29,99 104,21 786,26 0,23 0,21 13,72 38,16 90,74 296,74 79,27 4,97

ПОЛДНИК

Table with 13 columns: N rec., Name, Yield, Protein, Fat, Carbs, Calories, Vitamins (B1, B2, C, A), Minerals (Ca, P, Mg, Fe). Rows include: 470/18 КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК(180) 180 9,00 5,76 15,30 149,04 0,05 0,27 1,08 18,00 223,20 171,00 27,00 0,18; 590/13 КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ(30) 30 2,25 2,94 22,32 124,74 0,02 0,00 0,00 0,00 8,70 27,00 6,00 0,63; 82/18 ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(130) 130 0,52 0,52 12,74 57,72 0,04 0,03 13,00 0,00 20,80 14,30 11,70 2,86; Итого: 11,77 9,22 50,36 331,50 0,11 0,30 14,08 18,00 252,70 212,30 44,70 3,67

УЖИН

Table with 13 columns: N rec., Name, Yield, Protein, Fat, Carbs, Calories, Vitamins (B1, B2, C, A), Minerals (Ca, P, Mg, Fe). Rows include: 339/18 КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ(70) 70 13,06 7,22 13,28 170,33 0,01 0,02 0,15 0,00 21,66 15,55 2,67 0,04; 256/18 МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(150) 150 5,64 6,27 36,52 225,11 0,09 0,03 0,00 27,20 20,52 48,29 8,71 0,90; 496/18 НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА 200 0,32 0,00 12,78 52,40 0,00 0,00 0,00 0,00 0,30 0,00 0,00 0,03; 573/21 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(30) 30 2,28 0,24 14,76 70,32 0,00 0,00 0,00 0,00 0,60 0,00 0,42 0,03; Итого: 21,30 13,73 77,34 518,16 0,10 0,05 0,15 27,20 43,08 63,84 11,80 1,00

Summary row: Всего за день: 68,13 63,22 302,85 2052,81 0,61 0,88 29,91 103,36 647,15 834,78 182,79 11,52

"УТВЕРЖДАЮ" ИСТБЕЖНОСТ  
 ООО "Май-М"  
 г. Пермь

Директор /Ардашева Е.С

ООО "Май-М"

"СОГЛАСОВАНО"  
 МАДОУ "ЦРР-детский сад №252"  
 г. Пермь

Заведующий /Юносова О.Н.

День 6 Подразделение: ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО (3-7 лет)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины						Минеральные вещества, мг					
			Белки	Жиры	Углев.		B1, мг	B2, мг	C, мг	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe				
<b>ЗАВТРАК</b>																		
227/18	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,08	7,07	31,22	212,90	0,09	0,18	0,95	20,00	144,59	128,45	21,52	0,46				
576/21	БАТОН(20)	20	1,50	0,58	10,28	52,34	0,02	0,00	0,00	0,00	3,80	13,00	2,60	0,24				
79/18	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(5)	5	0,03	4,13	0,04	37,39	0,00	0,01	0,00	20,00	1,20	1,50	0,00	0,01				
462/18	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,29	2,80	14,91	98,00	0,04	0,15	0,90	0,00	128,86	108,10	23,50	0,57				
	<b>Итого:</b>		<b>10,90</b>	<b>14,58</b>	<b>56,45</b>	<b>400,63</b>	<b>0,15</b>	<b>0,34</b>	<b>1,85</b>	<b>40,00</b>	<b>278,45</b>	<b>251,05</b>	<b>47,62</b>	<b>1,28</b>				
<b>2 ЗАВТРАК</b>																		
501/18	СОКИ ФРУКТОВЫЕ(100)	100	0,40	0,40	11,20	50,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,70	0,00	0,00	0,14				
	<b>Итого:</b>		<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>11,20</b>	<b>50,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,20</b>	<b>0,00</b>	<b>0,70</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,14</b>				
<b>ОБЕД</b>																		
150/18	Икра кабачковая(промышленного производства)(50)	50	0,60	3,50	3,70	48,70	0,03	0,03	7,50	20,00	13,75	0,00	10,30	0,45				
104/18	Щи из свежей капусты с картошкой, сметаной(200/10)	200/10	1,81	7,16	7,65	102,26	0,06	0,06	24,20	22,50	46,22	46,27	18,91	0,69				
349/18	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	70/30	11,21	9,20	9,89	167,23	0,03	0,05	2,53	9,60	49,10	45,06	8,36	0,28				
258/18	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ(130)	130	4,45	3,70	27,26	160,20	0,07	0,03	3,94	15,60	19,45	45,73	12,47	0,82				
487/18	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,20	0,20	14,80	61,77	0,02	0,01	4,92	0,00	8,17	5,41	4,43	1,11				
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,00	0,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,28	0,02				
574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ(50)	50	3,30	0,60	17,00	86,60	0,05	0,02	0,00	0,00	9,00	46,00	10,00	1,45				
	<b>Итого:</b>		<b>23,09</b>	<b>24,52</b>	<b>90,14</b>	<b>673,64</b>	<b>0,26</b>	<b>0,20</b>	<b>43,09</b>	<b>67,70</b>	<b>146,09</b>	<b>188,47</b>	<b>64,75</b>	<b>4,82</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>																		
469/18	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,60	5,00	9,46	105,24	0,08	0,30	1,80	0,00	252,00	190,00	30,00	0,20				
590/13	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ(30)	30	2,25	2,94	22,32	124,74	0,02	0,00	0,00	0,00	8,70	27,00	6,00	0,63				
82/18	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20				
	<b>Итого:</b>		<b>8,25</b>	<b>8,34</b>	<b>41,58</b>	<b>274,38</b>	<b>0,13</b>	<b>0,32</b>	<b>11,80</b>	<b>0,00</b>	<b>276,70</b>	<b>228,00</b>	<b>45,00</b>	<b>3,03</b>				
<b>УЖИН</b>																		
283/18	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ	150	19,36	8,77	24,51	254,40	0,03	0,07	0,00	33,50	17,25	42,32	5,91	0,62				
483/18	СОУС ИЗ ПОВИДЛА(50)	50	0,04	0,00	9,59	38,52	0,00	0,00	0,05	0,00	1,43	0,90	0,70	0,13				
457/18	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	9,98	39,92	0,00	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	0,03				
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(50)	50	3,80	0,40	24,60	117,20	0,01	0,00	0,00	0,00	1,00	0,00	0,70	0,06				
	<b>Итого:</b>		<b>23,20</b>	<b>9,17</b>	<b>68,68</b>	<b>450,04</b>	<b>0,04</b>	<b>0,07</b>	<b>0,05</b>	<b>33,50</b>	<b>19,98</b>	<b>43,22</b>	<b>7,31</b>	<b>0,84</b>				
<b>Всего за день:</b>			<b>65,84</b>	<b>57,01</b>	<b>268,05</b>	<b>1848,69</b>	<b>0,58</b>	<b>0,93</b>	<b>56,99</b>	<b>141,20</b>	<b>721,92</b>	<b>710,74</b>	<b>164,68</b>	<b>10,11</b>				

Директор Алла Ардашева Е.С

ООО "Май-М"

Заведующий Оносова О.Н.

МАДОУ "ЦРР-детский сад №252"

Подразделение: ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО (3-7 лет)

День 7	№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины							
				Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Мг	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>															
140/18		СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ(220)	220	6,26	5,89	21,68	164,81	0,09	0,24	1,39	8,80	202,75	163,25	26,20	0,48
576/21		БАТОН(20)	20	1,50	0,58	10,28	52,34	0,02	0,00	0,00	0,00	3,80	13,00	2,60	0,24
75/18		СЫР (ПОРЦИОННО)(15)	15	3,84	3,92	0,00	50,60	0,01	0,06	0,11	31,50	147,00	87,00	7,50	0,11
465/18		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,94	2,62	16,42	100,99	0,04	0,15	0,90	0,00	126,30	95,00	15,00	0,13
		<b>Итого:</b>		<b>14,54</b>	<b>13,01</b>	<b>48,38</b>	<b>368,74</b>	<b>0,16</b>	<b>0,45</b>	<b>2,40</b>	<b>40,30</b>	<b>479,85</b>	<b>358,25</b>	<b>51,30</b>	<b>0,96</b>
<b>2 ЗАВТРАК</b>															
501/18		СОКИ ФРУКТОВЫЕ(100)	100	0,40	0,40	11,20	50,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,70	0,00	0,00	0,14
		<b>Итого:</b>		<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>11,20</b>	<b>50,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,20</b>	<b>0,00</b>	<b>0,70</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,14</b>
<b>ОБЕД</b>															
26/18		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(50)	50	0,72	3,05	4,22	47,18	0,01	0,02	4,80	0,00	18,13	20,78	10,58	0,68
119/18		СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПКОЙ(СО СМЕТАНОЙ)(200/10)	200/10	2,04	6,21	11,28	109,20	0,05	0,05	16,03	15,00	35,67	61,15	16,89	0,65
308/18		КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ(70)	70	8,42	1,67	4,60	67,16	0,03	0,06	1,36	21,00	24,12	36,51	9,40	0,39
377/18		КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ(150)	150	3,27	6,69	22,39	162,91	0,17	0,13	26,30	27,20	45,24	99,56	33,52	1,23
495/18		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,02	21,78	89,06	0,00	0,01	0,40	0,00	22,50	15,40	6,00	1,23
573/21		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(40)	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,00	0,00	0,00	0,00	0,80	0,00	0,56	0,04
574/21		ХЛЕБ РЖАНОЙ(30)	30	1,98	0,36	10,20	51,96	0,03	0,01	0,00	0,00	5,40	27,60	6,00	0,87
		<b>Итого:</b>		<b>19,91</b>	<b>18,32</b>	<b>94,15</b>	<b>621,23</b>	<b>0,29</b>	<b>0,28</b>	<b>48,89</b>	<b>63,20</b>	<b>151,86</b>	<b>261,00</b>	<b>82,95</b>	<b>5,09</b>
<b>ПОЛДНИК</b>															
470/18		КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК(190)	190	9,50	6,08	16,15	157,32	0,06	0,29	1,14	19,00	235,60	180,50	28,50	0,19
544/18		БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	4,23	5,42	36,38	211,24	0,07	0,04	0,05	24,25	16,75	43,49	7,07	0,55
		<b>Итого:</b>		<b>13,73</b>	<b>11,50</b>	<b>52,53</b>	<b>368,56</b>	<b>0,13</b>	<b>0,33</b>	<b>1,19</b>	<b>43,25</b>	<b>252,35</b>	<b>223,99</b>	<b>35,57</b>	<b>0,74</b>
<b>УЖИН</b>															
329/21		БИГУС(С)	200	20,48	20,56	9,52	305,06	0,11	0,11	70,82	0,18	83,63	80,34	34,49	1,28
496/18		НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,32	0,00	12,78	52,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	0,03
573/21		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(30)	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,60	0,00	0,42	0,03
574/21		ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	1,32	0,24	6,80	34,64	0,02	0,01	0,00	0,00	3,60	18,40	4,00	0,58
		<b>Итого:</b>		<b>24,40</b>	<b>21,04</b>	<b>43,86</b>	<b>462,42</b>	<b>0,13</b>	<b>0,12</b>	<b>70,82</b>	<b>0,18</b>	<b>88,13</b>	<b>98,74</b>	<b>38,91</b>	<b>1,92</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>72,98</b>	<b>64,27</b>	<b>250,12</b>	<b>1870,95</b>	<b>0,71</b>	<b>1,18</b>	<b>123,50</b>	<b>146,93</b>	<b>972,89</b>	<b>941,98</b>	<b>208,73</b>	<b>8,85</b>





Директор \_\_\_\_\_  
Ардашева Е.С.

ООО "Май-М"

Заведующий \_\_\_\_\_  
Юносова О.Н.

МАЛОУ "ЦРР-детский сад №252"

Подразделение: ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО (3-7 лет)

День 8	№ п/п	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины						Минеральные вещества, мг					
				Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Мг	Fe				
<b>ЗАВТРАК</b>																			
226/18		КАША ДРУЖБА	200	5,24	7,39	28,67	202,18	0,10	0,17	0,92	20,00	137,70	146,98	32,05	0,60				
576/21		БАТОН(20)	20	1,50	0,58	10,28	52,34	0,02	0,00	0,00	0,00	3,80	13,00	2,60	0,24				
86/18		ПОВИДЛО(ПОРЦИЯМИ)(10)	10	0,04	0,00	6,60	26,56	0,00	0,00	0,05	0,00	1,40	0,90	0,70	0,13				
460/2018		ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,40	1,25	12,35	66,23	0,02	0,08	0,45	0,00	63,30	47,50	7,50	0,08				
		<b>Итого:</b>		<b>8,18</b>	<b>9,22</b>	<b>57,90</b>	<b>347,31</b>	<b>0,14</b>	<b>0,25</b>	<b>1,42</b>	<b>20,00</b>	<b>206,20</b>	<b>208,38</b>	<b>42,85</b>	<b>1,05</b>				
<b>2 ЗАВТРАК</b>																			
501/18		СОКИ ФРУКТОВЫЕ(100)	100	0,40	0,40	11,20	50,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,70	0,00	0,00	0,14				
		<b>Итого:</b>		<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>11,20</b>	<b>50,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,20</b>	<b>0,00</b>	<b>0,70</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,14</b>				
<b>ОБЕД</b>																			
9/21		САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ(50)	50	0,80	3,05	4,12	47,10	0,01	0,01	0,50	0,00	21,07	3,33	7,18	0,29				
98/18		СВЕКОЛЫНИК СО СМЕТАНОЙ(200/10)	200/10	2,02	6,11	14,00	119,06	0,07	0,07	14,22	15,00	41,88	59,66	25,36	1,26				
410/13		ФРИКАДЕЛКИ ИЗ КУР(70)	70	14,57	11,06	5,11	178,25	0,05	0,10	0,97	51,51	11,10	89,37	10,00	0,79				
419/18		СОУС ТОМАТНЫЙ (30)	30	0,26	1,26	1,94	20,10	0,01	0,01	0,81	6,00	2,11	3,19	1,21	0,07				
202/18		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(130)	130	4,94	5,58	25,00	169,96	0,17	0,08	0,00	20,80	12,36	118,46	78,20	2,65				
488/18		КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ	200	0,50	0,23	11,81	53,33	0,03	0,01	27,39	0,00	19,48	13,14	8,46	0,95				
573/21		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,00	0,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,28	0,02				
574/21		ХЛЕБ РЖАНОЙ(30)	30	1,98	0,36	10,20	51,96	0,03	0,01	0,00	0,00	5,40	27,60	6,00	0,87				
		<b>Итого:</b>		<b>26,59</b>	<b>27,81</b>	<b>82,02</b>	<b>686,64</b>	<b>0,37</b>	<b>0,29</b>	<b>43,89</b>	<b>93,31</b>	<b>113,80</b>	<b>314,75</b>	<b>136,69</b>	<b>6,90</b>				
<b>ПОЛДНИК</b>																			
469/18		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,60	5,00	9,46	105,24	0,08	0,30	1,80	0,00	252,00	190,00	30,00	0,20				
590/13		КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ(50)	50	3,75	4,90	37,20	207,90	0,04	0,00	0,00	0,01	14,50	45,00	10,00	1,05				
		<b>Итого:</b>		<b>9,35</b>	<b>9,90</b>	<b>46,66</b>	<b>313,14</b>	<b>0,12</b>	<b>0,30</b>	<b>1,80</b>	<b>0,01</b>	<b>266,50</b>	<b>235,00</b>	<b>40,00</b>	<b>1,25</b>				
<b>УЖИН</b>																			
356/18		ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ(70)	70	13,45	11,00	3,57	167,09	0,01	0,02	0,04	23,80	14,17	9,70	1,34	0,05				
256/18		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(130)	130	4,89	5,44	31,65	195,15	0,08	0,02	0,00	23,60	17,91	41,87	7,56	0,78				
457/18		ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	9,98	39,92	0,00	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	0,03				
573/21		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(30)	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,60	0,00	0,42	0,03				
574/21		ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	1,32	0,24	6,80	34,64	0,02	0,01	0,00	0,00	3,60	18,40	4,00	0,58				
		<b>Итого:</b>		<b>21,94</b>	<b>16,92</b>	<b>66,76</b>	<b>507,12</b>	<b>0,11</b>	<b>0,05</b>	<b>0,04</b>	<b>47,40</b>	<b>36,58</b>	<b>69,97</b>	<b>13,32</b>	<b>1,47</b>				
<b>Всего за день:</b>				<b>66,46</b>	<b>64,25</b>	<b>264,54</b>	<b>1904,21</b>	<b>0,74</b>	<b>0,89</b>	<b>47,35</b>	<b>160,72</b>	<b>623,78</b>	<b>828,10</b>	<b>232,86</b>	<b>10,81</b>				



ООО "Май-М"  
 Директор /Ардашева Е.С.

ООО "Май-М"

МАДОУ "ЦРР-детский сад №252"  
 Заведующий /Юносова О.Н.



Подразделение: ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО (3-7 лет)

День 9	N пец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины							
				Белки	Жиры	Углев.		B1, мг	B2, мг	C, мг	A, мкг	Са	Р	Mg	Fe
<b>ЗАВТРАК</b>															
232/18		КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	6,45	8,63	12,14	151,99	0,16	0,21	1,06	20,00	166,71	196,35	50,17	1,07
576/21		БАТОН(20)	20	1,50	0,58	10,28	52,34	0,02	0,00	0,00	0,00	3,80	13,00	2,60	0,24
79/18		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(5)	5	0,03	4,13	0,04	37,39	0,00	0,01	0,00	20,00	1,20	1,50	0,00	0,01
462/18		КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,29	2,80	14,91	98,00	0,04	0,15	0,90	0,00	128,86	108,10	23,50	0,57
		<b>Итого:</b>		<b>11,27</b>	<b>16,14</b>	<b>37,37</b>	<b>339,72</b>	<b>0,22</b>	<b>0,37</b>	<b>1,96</b>	<b>40,00</b>	<b>300,57</b>	<b>318,95</b>	<b>76,27</b>	<b>1,89</b>
<b>2 ЗАВТРАК</b>															
501/18		СОКИ ФРУКТОВЫЕ(100)	100	0,40	0,40	11,20	50,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,70	0,00	0,00	0,14
		<b>Итого:</b>		<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>11,20</b>	<b>50,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,20</b>	<b>0,00</b>	<b>0,70</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,14</b>
<b>ОБЕД</b>															
149/18		ОВОЩИ КОСЕРВИРОВАННЫЕ ПОРЦИЯМИ (ОГУРЦЫ)(50)	50	0,40	0,05	0,85	5,45	0,01	0,01	2,50	0,00	11,50	12,00	7,00	0,30
117/18		СУП ИЗ ОВОЩЕЙ(СО СМЕТАНОЙ)(200/10)	200/10	1,77	6,20	9,46	100,76	0,07	0,05	16,51	15,00	30,83	44,66	17,10	0,65
394/96		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ(С)(200)	200	13,20	17,04	24,15	302,75	0,21	0,13	31,14	0,11	22,27	100,47	37,23	1,55
495/18		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,44	0,02	21,78	89,06	0,00	0,01	0,40	0,00	22,50	15,40	6,00	1,23
573/21		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(40)	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,00	0,00	0,00	0,00	0,80	0,00	0,56	0,04
574/21		ХЛЕБ РЖАНОЙ(30)	30	1,98	0,36	10,20	51,96	0,03	0,01	0,00	0,00	5,40	27,60	6,00	0,87
		<b>Итого:</b>		<b>20,83</b>	<b>23,99</b>	<b>86,12</b>	<b>643,74</b>	<b>0,32</b>	<b>0,21</b>	<b>50,55</b>	<b>15,11</b>	<b>93,30</b>	<b>200,13</b>	<b>73,89</b>	<b>4,64</b>
<b>ПОЛДНИК</b>															
470/18		КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК(190)	190	9,50	6,08	16,15	157,32	0,06	0,29	1,14	19,00	235,60	180,50	28,50	0,19
541/18		БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	60	5,64	5,78	34,87	214,04	0,09	0,05	0,00	31,75	14,49	53,31	8,38	0,73
		<b>Итого:</b>		<b>15,14</b>	<b>11,86</b>	<b>51,02</b>	<b>371,36</b>	<b>0,15</b>	<b>0,34</b>	<b>1,14</b>	<b>50,75</b>	<b>250,09</b>	<b>233,81</b>	<b>36,88</b>	<b>0,92</b>
<b>УЖИН</b>															
303/18		СУФЛЕ РЫБНОЕ(70)	70	11,11	6,73	2,37	114,53	0,03	0,14	0,19	69,30	43,90	72,27	7,47	0,67
385/18		РИС ОТВАРНОЙ(130)	130	3,49	5,99	36,41	213,53	0,04	0,03	0,00	23,60	6,26	72,20	23,47	0,49
459/18		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	10,20	41,11	0,00	0,00	28,80	0,00	3,18	1,58	0,86	0,07
573/21		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(30)	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,60	0,00	0,42	0,03
574/21		ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	1,32	0,24	6,80	34,64	0,02	0,01	0,00	0,00	3,60	18,40	4,00	0,58
		<b>Итого:</b>		<b>18,26</b>	<b>13,21</b>	<b>70,54</b>	<b>474,13</b>	<b>0,09</b>	<b>0,18</b>	<b>28,99</b>	<b>92,90</b>	<b>57,54</b>	<b>164,45</b>	<b>36,22</b>	<b>1,84</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>65,90</b>	<b>65,60</b>	<b>256,25</b>	<b>1878,95</b>	<b>0,78</b>	<b>1,10</b>	<b>82,84</b>	<b>198,76</b>	<b>702,20</b>	<b>917,34</b>	<b>223,26</b>	<b>9,43</b>



ООО "Май-М"  
 Директор Ардашева Е.С.

ООО "Май-М"

МАДОУ "ЦРР-детский сад №252"  
 Заведующий Оносова О.Н.

Подразделение: ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ВЕСНА-ЛЕТО (3-7 лет)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины						Минеральные вещества, мг					
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe				

**ЗАВТРАК**

233/18	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,00	7,37	29,24	207,21	0,16	0,15	0,81	20,00	126,53	157,65	38,62	0,95
576/21	БАТОН(20)	20	1,50	0,58	10,28	52,34	0,02	0,00	0,00	0,00	3,80	13,00	2,60	0,24
75/18	СЫР (ПОРЦИОННО)(15)	15	3,84	3,92	0,00	50,60	0,01	0,06	0,11	31,50	147,00	87,00	7,50	0,11
465/18	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,94	2,62	16,42	100,99	0,04	0,15	0,90	0,00	126,30	95,00	15,00	0,13
<b>Итого:</b>			<b>14,28</b>	<b>14,49</b>	<b>55,94</b>	<b>411,14</b>	<b>0,23</b>	<b>0,36</b>	<b>1,82</b>	<b>51,50</b>	<b>403,63</b>	<b>352,65</b>	<b>63,72</b>	<b>1,43</b>

**2 ЗАВТРАК**

501/18	СОКИ ФРУКТОВЫЕ(100)	100	0,40	0,40	11,20	50,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,70	0,00	0,00	0,14
<b>Итого:</b>			<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>11,20</b>	<b>50,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,20</b>	<b>0,00</b>	<b>0,70</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,14</b>

**ОБЕД**

148/18	ОВОЩИ СВЕЖИЕ(ОГУРЦЫ)(50)	50	0,35	0,05	0,95	5,65	0,02	0,01	3,50	0,00	8,50	15,00	7,00	0,25
116/18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ(200)	200	2,29	2,37	16,69	97,24	0,09	0,05	13,19	0,00	17,99	51,93	19,52	0,83
372/18	КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ(70)	70	11,40	11,19	7,51	176,38	0,06	0,11	1,22	21,20	31,46	102,17	13,02	0,73
388/21	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА(130)	130	13,38	1,31	34,85	204,65	0,53	0,10	0,00	0,00	78,88	215,49	70,06	4,47
487/18	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200	0,33	0,21	15,23	64,14	0,02	0,01	62,52	0,00	13,93	8,58	6,16	1,20
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(30)	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,60	0,00	0,42	0,03
574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ(30)	30	2,40	0,45	12,03	61,77	0,03	0,01	0,00	0,00	5,40	27,60	6,00	0,87
<b>Итого:</b>			<b>32,43</b>	<b>15,82</b>	<b>102,02</b>	<b>680,15</b>	<b>0,75</b>	<b>0,29</b>	<b>80,43</b>	<b>21,20</b>	<b>156,76</b>	<b>420,77</b>	<b>122,18</b>	<b>8,38</b>

**ПОЛДНИК**

469/18	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,60	5,00	9,46	105,24	0,08	0,30	1,80	0,00	252,00	190,00	30,00	0,20
590/13	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ(30)	30	2,25	2,94	22,32	124,74	0,02	0,00	0,00	0,00	8,70	27,00	6,00	0,63
82/18	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ(130)	130	0,52	0,52	12,74	57,72	0,04	0,03	13,00	0,00	20,80	14,30	11,70	2,86
<b>Итого:</b>			<b>8,37</b>	<b>8,46</b>	<b>44,52</b>	<b>287,70</b>	<b>0,14</b>	<b>0,33</b>	<b>14,80</b>	<b>0,00</b>	<b>281,50</b>	<b>231,30</b>	<b>47,70</b>	<b>3,69</b>

**УЖИН**

268/18	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ(200)	200	17,82	24,21	4,55	307,34	0,12	0,66	0,69	332,15	171,58	312,42	26,64	3,21
457/18	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	9,98	39,92	0,00	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	0,03
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(30)	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,00	0,00	0,00	0,00	0,60	0,00	0,42	0,03
574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	1,60	0,30	8,02	41,18	0,02	0,01	0,00	0,00	3,60	18,40	4,00	0,58
<b>Итого:</b>			<b>21,70</b>	<b>24,75</b>	<b>37,31</b>	<b>458,76</b>	<b>0,14</b>	<b>0,67</b>	<b>0,69</b>	<b>332,15</b>	<b>176,08</b>	<b>330,82</b>	<b>31,06</b>	<b>3,85</b>

<b>Всего за день:</b>		<b>77,18</b>	<b>63,92</b>	<b>250,99</b>	<b>1887,75</b>	<b>1,26</b>	<b>1,65</b>	<b>97,94</b>	<b>404,85</b>	<b>1018,67</b>	<b>1335,54</b>	<b>264,66</b>	<b>17,49</b>
-----------------------	--	--------------	--------------	---------------	----------------	-------------	-------------	--------------	---------------	----------------	----------------	---------------	--------------