

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ Аршановский  
детский сад «Торгах»  
(Боргоякова Ю.В.)



## МЕНЮ

на 14.10

2024 года

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

| Прием пищи                | Наименование блюда         | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |       |              | Энергети-<br>ческая<br>ценность | N<br>рецептуры |
|---------------------------|----------------------------|--------------|------------------|-------|--------------|---------------------------------|----------------|
|                           |                            |              | Белки            | Жиры  | Углево<br>ды |                                 |                |
| Неделя 2 ____ День 6 ____ |                            |              |                  |       |              |                                 |                |
| завтрак                   | Суп молоч. с вермишелью    | 160          | 4.39             | 4.36  | 14.99        | 136.25                          | №39            |
|                           | Коф. напиток со сгущ. мол. | 150          | 2.15             | 1.46  | 15.50        | 84                              | №415           |
|                           | Бутерброд с сыром          | 30.8         | 1.95             | 0.71  | 10.35        | 115                             | №66            |
|                           |                            |              |                  |       |              |                                 |                |
| Итого                     |                            | 348          | 8.49             | 6.53  | 40.84        | 335.25                          |                |
| II завтрак                | Яблоко                     | 100          | 0.40             | 0.40  | 9.80         | 44                              | №386           |
| Итого                     |                            | 100          | 0.40             | 0.40  | 9.80         | 44                              |                |
| обед                      | Салат из кукурузы          | 40           | 1.15             | 2.47  | 3.21         | 39.72                           | №12            |
|                           | Борщ со сметаной           | 150          | 2.82             | 4.89  | 7.83         | 93.69                           | №5             |
|                           | Рыбная котлета             | 50           | 8.00             | 11.00 | 0.06         | 123.0                           | №65            |
|                           | Картофельное пюре          | 100          | 5.5              | 4.83  | 24           | 153.8                           | №82            |
|                           | Кисель с вит.С             | 150          | 0.0              | 0.0   | 13.5         | 46.5                            | №20            |
|                           | Хлеб пшеничный             | 20           | 1.52             | 0.18  | 9.94         | 45.27                           | №101           |
|                           | Хлеб ржаной                | 20           | 0,94             | 0,14  | 9,96         | 48,2                            | №101           |
| Итого                     |                            | 530          | 19.93            | 23.51 | 55.13        | 550.18                          |                |
| Полдник                   | Каша геркулесовая          | 120          | 13.6             | 11.9  | 18.2         | 240                             | №240           |
|                           | Чай с сахаром              | 150          | 0.75             | 0.0   | 15.15        | 64                              | №418           |
|                           |                            |              |                  |       |              |                                 |                |
|                           |                            |              |                  |       |              |                                 |                |
| Итого                     |                            | 270          | 14.35            | 11.9  | 33.35        | 304                             |                |
| Итого за<br>день:         |                            | 1248         | 43.17            | 42.16 | 139.12       | 1233.43                         |                |

Третье блюдо витаминизируется ежедневно

Кладовщик

*Ефремова С.С.*

Ефремова С.С.



Утверждаю  
Заведующий МБДОУ Аршаановский  
детский сад «Торгая»  
Воргоякова Ю.В./

**МЕНЮ**  
на 14.10 2024 года  
Возрастная категория: от 3 лет до 7 лет

| Прием пищи               | Наименование блюда               | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |       |               | Энергети-<br>ческая<br>ценность | N<br>рецептуры |
|--------------------------|----------------------------------|--------------|------------------|-------|---------------|---------------------------------|----------------|
|                          |                                  |              | Белки            | Жиры  | Углево-<br>ды |                                 |                |
| Неделя 2__      День 6__ |                                  |              |                  |       |               |                                 |                |
| завтрак                  | Суп молоч. с вермишелью          | 200          | 5.85             | 5.81  | 19.99         | 155                             | №39            |
|                          | Коф. напиток со сгущ.<br>молоком | 180          | 2.65             | 1.79  | 18.83         | 102                             | №415           |
|                          | Бутерброд с сыром                | 40.9         | 3.3              | 1.3   | 14.9          | 184                             | №66            |
|                          |                                  |              |                  |       |               |                                 |                |
| Итого                    |                                  | 429          | 11.8             | 8.9   | 53.72         | 441                             |                |
| II завтрак               | яблоко                           | 100          | 0.40             | 0.40  | 9.80          | 44                              | №386           |
| Итого                    |                                  | 100          | 0.40             | 0.40  | 9.80          | 44                              |                |
| обед                     | Салат из кукурузы                | 60           | 1.73             | 3.71  | 4.82          | 59.58                           | №12            |
|                          | Борщ со сметаной                 | 200          | 3.52             | 5.98  | 9.78          | 116                             | №5             |
|                          | Рыбная котлета                   | 50           | 8.00             | 11.00 | 0.06          | 123.0                           | №65            |
|                          | Картофельное пюре                | 130          | 7.2              | 5.8   | 31.2          | 200                             | №82            |
|                          | Кисель с вит.С                   | 200          | 0.0              | 0.0   | 18            | 60                              | №20            |
|                          | Хлеб пшеничный                   | 30           | 1.52             | 0.18  | 9.94          | 45.27                           | №101           |
|                          | Хлеб ржаной                      | 20           | 0,94             | 0,14  | 9,96          | 48,2                            | №101           |
| Итого                    |                                  | 690          | 22.91            | 26.81 | 83.76         | 652.05                          |                |
| Полдник                  | Каша геркулесовая                | 150          | 17.0             | 15.0  | 22.8          | 300                             | №240           |
|                          | Чай с сахаром                    | 180          | 0.90             | 0.0   | 18.18         | 76                              | №418           |
| Итого                    |                                  | 330          | 17.90            | 15.0  | 40.98         | 376                             |                |
| Итого за<br>день:        |                                  | 1549         | 53.01            | 51.11 | 188.26        | 1513.05                         |                |

Третье блюдо витаминизируется ежедневно

Кладовщик

*Ефремова С.С.*

Ефремова С.С.