



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МАДОУ ЦРР –
Детский сад № 23 «СКАЗКА»
Болонина О.Ю.
27 сентября 2021 г.

МЕНЮ
27 сентября 2021 г.
Если 10 часов

№ Тех. карты	Наименование блюда	Выхо д	Химический состав			Энерге- тическа я цен- ность	Вита- мин С,мг
			Белки г	Жиры г	Угле- воды г		
Завтрак							
93-01	Суп «Артек» на сгущенном молоке	150	3,64	4,44	26,24	159,48	1,7
125	Кофейный напиток на сгущенном молоке	160	1,94	2,3	14,99	88,42	1,27
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	18/5/8	2,68	6,56	9,34	107,12	1,07
Итого		341	8,26	13,3	50,57	355,02	4,04
Второй завтрак							
1	Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	53,28	12
Итого		120	0,48	0,48	11,76	53,28	12
Обед							
	Огурец солёный порционный	30	0,91	2,05	2,19	30,85	8,3
80-04	Суп гороховый на м/б	180	1,67	1,76	12,78	73,64	2,5
52-02	Жаркое по-домашнему с мясом	160	16,44	14,84	24,61	297,76	3,5
376	Компот из сухофруктов	150	0,31	0,01	27,44	11,09	3,7
1	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44	
1	Хлеб пшеничный	18	1,20	0,13	7,69	36,73	
Итого		568	22,17	17,61	96,76	634,21	18
Уплотнённый полдник							
215	Омлет натуральный	100	6,82	7,52	3,1	107,36	
392	Чай	160	0,08	0,02	6	24,5	
1	Хлеб пшеничный	18	1,2	0,13	7,69	36,73	
Итого		278	8,1	7,67	16,79	168,59	
Всего за день		1197	38,53	38,58	164,12	1157,82	34,04



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МАДОУ ЦРР –
Детский сад № 23 «СКАЗКА»
Болонина О.Ю.
27 сентября 2021 г.

МЕНЮ
27 сентября 2021 г.
Сад 10 часов

№ Тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая цен- ность	Вита- мин С,мг
			Белки г	Жиры г	Угле- воды г		
Завтрак							
93-02	Суп «Артек» на сгущенном молоке	200	4,24	5,45	33,85	201,41	1,8
125-01	Кофейный напиток на сгущенном молоке	190	2,10	2,6	17,32	94,78	1,33
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	25/5/12	3,92	7,75	12,14	133,99	1,09
Итого		432	10,26	15,8	63,31	430,18	4,22
Второй завтрак							
368	Яблоко	130	0,52	0,52	12,74	57,72	13
Итого		130	0,52	0,52	12,74	57,72	13
Обед							
	Огурец солёный порционный	50	1,43	3,08	3,46	47,28	9,1
80-05	Суп гороховый на м/б	200	1,67	1,76	12,97	74,4	2,3
52-03	Жаркое по-домашнему с мясом	180	17,25	15,64	25,73	312,68	3,8
376-01	Компот из сухофруктов	180	0,43	0,01	30,53	123,93	4,5
1	Хлеб ржаной	38	2,05	0,5	14,95	72,5	
1	Хлеб пшеничный	22	1,42	0,18	8,69	42,06	
Итого		670	25,02	21,61	110,07	734,85	19,7
Уплотнённый полдник							
215-01	Омлет натуральный	130	7,94	9,46	4,18	133,62	
392	Чай	190	0,11	0,03	6,01	24,75	
1	Хлеб пшеничный	23	1,42	0,18	8,69	42,06	
Итого		343	9,47	9,67	18,88	200,43	
Всего за день		1455	43,6	44,04	189,4	1322,06	36,92



МЕНЮ
28 сентября 2021 г.
Если 10 часов

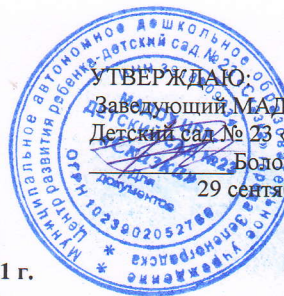
№ Тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая цен- ность	Вита- мин С,мг
			Белки г	Жиры г	Угле- воды г		
Завтрак							
185	Каша геркулесовая молочная	150	4,99	5,84	16,37	138	1,5
392	Чай	160	0,08	0,02	6	24,5	
1	Бутерброд с маслом сливочным	18/5	1,58	2,24	9,81	61,01	1,07
Итого		333	6,65	8,1	32,18	22,51	2,57
Второй завтрак							
1	Напиток сокосодержащий	110	0,55	0,11	11,11	47,63	2,2
Итого		110	0,55	0,11	11,11	47,63	2,2
Обед							
40	Икра кабачковая	30	0,57	2,67	2,31	35,55	
80	Суп крестьянский со сметаной на кур/б	180	2,7	3,13	14,15	95,57	12,11
343	Овощное рагу с мясом птицы	160	14,53	15,66	14,42	265,74	4,3
378	Кисель фруктовый	150	0,12	0,02	26	104,66	7,7
1	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44	
1	Хлеб пшеничный	18	1,20	0,13	87,69	36,73	
Итого		578	21,5	22,08	87,65	644,32	24,11
Уплотнённый полдник							
458	Ватрушка с творогом	90	11,75	3,63	38,91	235,31	0,41
1-401	Кефир фруктовый	170	4,93	5,44	6,8	95,88	2,19
Итого		260	16,68	9,07	38,91	331,19	2,6
Всего за день		1281	44,83	39,25	158,74	1199,02	31,48



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МАДОУ ЦРР –
Детский сад № 23 «СКАЗКА»
Болонина О.Ю.
28 сентября 2021 г.

МЕНЮ
28 сентября 2021 г.
Сад 10 часов

№ Тех кар ты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тически цен- ность	Вита- мин С,мг
			Белки г	Жиры г	Угле- воды г		
Завтрак							
185	Каша геркулесовая молочная	200	7,08	7,34	20,68	173,1	1,7
392	Чай	190	6,08	0,03	6,01	24,75	
1	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	2,02	3,88	12,14	91,56	1,09
Итого		420	15,18	11,25	38,83	289,41	2,79
Второй завтрак							
399	Напиток сокодержавящий	110	0,55	0,11	11,11	47,63	2,2
Итого		110	0,55	0,11	11,11	47,63	2,2
Обед							
40	Икра кабачковая	50	0,95	4,45	3,85	59,25	
80-03	Суп крестьянский со сметаной на кур/б	200	3,47	3,49	17,27	114,37	14,36
344	Овощное рагу с мясом птицы	180	16,58	17,8	16,55	292,72	4,8
378	Кисель фруктовый	180	0,14	0,04	27,5	110,92	8,7
1	Хлеб ржаной	38	2,05	0,5	14,95	75,2	
1	Хлеб пшеничный	22	1,42	0,18	8,69	42,06	
Итого		690	25,16	26,57	99,92	742,15	18,1
Уплотнённый полдник							
458-01	Ватрушка с творогом	100	12,03	4,01	39,18	240,93	0,56
401	Кефир фруктовый	180	5,22	5,76	7,2	101,52	2,2
Итого		280	17,25	9,77	46,38	342,45	2,76
Всего за день		1500	57,59	47,59	185,13	1374,01	36,65



МЕНЮ
29 сентября 2021 г.
Ясли 10 часов

№ Тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая цен- ность	Вита- мин С,мг
			Белки г	Жиры г	Угле- воды г		
Завтрак							
93	Суп вермишелевый молочный	150	2,86	4,59	6,64	79,31	2,3
	Какао на молоке	160	1,94	2,3	14,99	88,42	1,27
1	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	18/5/8	1,58	2,24	9,81	61,01	1,07
Итого		333	4,44	9,53	33,2	241,22	4,64
Второй завтрак							
1	Напиток сокосодержащий	110	0,55	0,11	11,11	47,63	3,2
Итого		110	0,55	0,11	11,11	47,63	3,2
Обед							
410	Огурец свежий порционный	30	0,28	0,03	1,19	6,15	6,5
81	Суп картофельный с бобовыми на м/б	180	2	2,53	12,89	82,33	9,8
315-04	Плов с мясом	160	13,63	15,83	24,46	294,83	1,35
376	Компот из сухофруктов	150	0,31	0,01	27,44	111,09	3,7
1	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44	
1	Хлеб пшеничный	18	1,20	0,13	7,69	36,73	
Итого		568	19,8	19	96,75	637,2	21,35
Уплотнённый полдник							
22	Салат из свеклы	30	0,51	2,04	2,78	31,52	5,9
	Тефтели рыбные	60	24,83	2,1	4,85	137,62	
392	Чай	160	0,08	0,02	6	24,5	
1	Хлеб пшеничный	18	1,2	0,13	7,69	36,73	
Итого		268	26,62	4,29	21,32	230,37	5,9
Всего за день		1279	50,86	32,82	149,27	1100,79	35,09



МЕНЮ
29 сентября 2021 г.
Сад 10 часов

№ Тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая цен- ность	Вита- мин С,мг
			Белки г	Жиры г	Угле- воды г		
Завтрак							
93	Суп вермишелевый молочный	200	4,17	6,38	8,18	106,82	2,9
125-01	Какао на молоке	190	2,1	2,6	17,32	94,78	1,33
1	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	25/5/12	2,02	3,88	12,14	91,56	1,09
Итого		420	9,09	13,27	37,95	307,59	5,32
Второй завтрак							
399	Напиток сокодержавший	110	0,55	0,11	11,11	47,63	3,2
Итого		110	0,55	0,11	11,11	47,63	3,2
Обед							
	Огурец свежий порционный	50	0,5	0,06	1,58	8,86	7,3
81-01	Суп картофельный с бобовыми на м/б	200	2,16	2,56	13,99	87,64	10,3
315-05	Плов с мясом	180	14,02	16,56	30,21	325,96	2
376-01	Компот из сухофруктов	180	0,43	0,01	30,53	123,93	4,5
1	Хлеб ржаной	38	2,05	0,5	14,95	72,5	
1	Хлеб пшеничный	22	1,42	0,18	8,69	42,06	
Итого		670	21,13	19,98	111,06	708,58	20,2
Уплотнённый полдник							
33	Салат из свёклы	50	0,85	2,06	4,6	40,34	6,2
261	Тефтели рыбные	70	25,1	2,49	5,26	143,04	3,91
392	Чай	190	0,11	0,03	6,01	24,75	
1	Хлеб пшеничный	22	1,42	0,18	8,69	42,06	
Итого		332	27,48	4,76	24,56	255,53	10,11
Всего за день		1532	57,95	37,93	174,57	1270,64	38,83



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МАДОУ ЦРР –
Детский сад № 23 «СКАЗКА»
Болонина О.Ю.
30 сентября 2021 г.

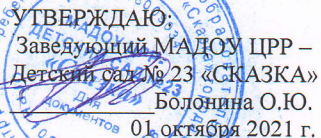
МЕНЮ
30 сентября 2021 г.
Если 10 часов

№ Тех. карт ы	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность	Вита- мин С,мг
			Белки г	Жиры г	Угле- воды г		
Завтрак							
185	Каша пшенная молочная	150	4,87	5,4	17,07	136,36	
125	Кофейный напиток на сгущенном молоке	160	1,94	2,3	14,99	88,42	1,27
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	18/5/8	2,68	6,56	9,34	107,12	1,07
Итого		341	9,49	14,26	41,4	331,9	2,34
Второй завтрак							
1	Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	53,28	12
Итого		120	0,48	0,48	11,76	53,28	12
Обед							
	Икра кабачковая	30	0,57	2,67	2,31	7,51	3,5
74	Рассольник со сметаной на м/б	180	5,77	5,46	15,2	133,28	4,2
336	Капуста тушеная с мясом	160	12,91	13,55	8,96	209,43	3,1
378	Кисель фруктовый	150	0,12	0,02	26	104,66	7,7
1	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44	
1	Хлеб пшеничный	18	1,20	0,13	7,69	36,73	
Итого		568	22,88	22,67	83,89	631,37	18,5
Уплотнённый полдник							
485	Булочка «Веснушка»	90	5,66	2,51	40,97	209,11	0,26
213	Яйцо отварное	40	5,08	4,6	0,28	62,84	
392	Чай	160	0,08	0,02	6	24,5	
Итого		290	10,82	7,13	40,97	296,45	0,26
Всего за день		1199	43,19	44,06	166,26	1259,72	34,5



МЕНЮ
30 сентября 2021 г.
Сад 10 часов

Сад 10 часов							
№ Тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность	Вита- мин С,мг
			Белки г	Жиры г	Угле- воды г		
Завтрак							
185	Каша пшенная молочная	200	6,9	7,7	25,71	199,74	1,95
125-01	Кофейный напиток на сгущенном молоке	200	2,1	2,6	17,32	94,78	1,33
3	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	25/5/12	3,92	7,75	12,14	133,99	1,09
Итого		442	12,92	18,05	55,17	428,51	4,37
Второй завтрак							
368	Яблоко	130	0,52	0,52	12,74	57,72	13
Итого		130	0,52	0,52	12,74	57,72	13
Обед							
1	Икра кабачковая	50	0,95	4,45	3,85	59,25	4,75
74	Рассольник со сметаной на м/б	200	2,82	2,64	17,74	106	5,3
336-01	Капуста тушеная с мясом	180	13,74	14,23	10,12	223,51	3,3
378	Кисель фруктовый	180	0,14	0,04	27,5	110,92	8,7
1	Хлеб ржаной	38	2,05	0,5	14,95	76,78	
1	Хлеб пшеничный	22	1,42	0,18	8,69	42,06	
Итого		670	21,64	22,56	95,59	676,24	22,05
Уплотнённый полдник							
485	Булочка «Веснушка»	100	6,05	2,97	42,12	219,41	0,33
213	Яйцо отварное	40	5,08	4,6	0,28	62,84	
392	Чай	190	0,11	0,03	6,01	24,75	
Итого		330	11,24	7,6	48,41	307	0,33
Всего за день		1572	45,8	48,21	199,17	1411,75	39,75



01 октября 2021 г.
Ясли 10 часов

№ Тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая цен- ность	Вита- мин С,мг
			Белки г	Жиры г	Угле- воды г		
Завтрак							
185	Каша гречневая молочная	150	5,42	5,5	17,38	140,7	2,3
392	Чай	160	0,08	0,02	6	24,5	
1	Бутерброд с маслом сливочным	18/5	1,58	2,24	9,81	61,01	1,07
Итого		333	7,08	7,76	33,19	226,21	3,37
Второй завтрак							
1	Напиток сокосодержащий	110	0,55	0,11	11,11	47,63	3,2
Итого		110	0,55	0,11	11,11	47,63	
Обед							
416	Огурец солёный порционный	30	0,39	0,07	1,33	7,51	3,5
24	Суп рыбный «Уха рыбачкая»	180	21,44	2,52	11,67	155,12	10,4
287-01	Биточки из печени	60	1,77	1,77	7,1	51,41	2,35
321	Картофельное пюре	120	3,8	5,43	23,14	156,63	4,5
376	Компот из сухофруктов	150	0,31	0,01	27,44	111,09	3,7
1	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44	
1	Хлеб пшеничный	18	1,20	0,13	7,69	36,73	
Итого		588	31,14	10,36	100,63	620,32	29,25
Уплотнённый полдник							
80	Запеканка творожно - рисовая с вареньем	140	9,1	7,5	15,12	164,38	2,37
1	Кефир фруктовый	170	4,93	5,44	6,8	95,88	2,19
Итого		310	14,23	13,09	56,02	398,81	4,56
Всего за день		1341	52,35	31,2	187,84	1239,29	40,38



МЕНЮ
01 октября 2021 г.
Сад 10 часов

№ Тех. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая цен- ность	Вита- мин С,мг
			Белки г	Жиры г	Угле- воды г		
Завтрак							
185	Каша гречневая молочная	200	6,9	6,5	20,07	166,38	2,9
392	Чай	190	0,11	0,03	6,01	24,75	
1	Бутерброд с маслом сливочным	25/5	2,02	3,88	12,14	91,56	1,09
Итого		420	9,03	10,41	38,22	282,69	3,99
Второй завтрак							
399	Напиток сокосодержащий	110	0,55	0,11	11,11	47,63	3,2
Итого		110	0,55	0,11	11,11	47,63	3,2
Обед							
	Огурец солёный порционный	35	0,61	0,11	1,63	9,68	4,75
24-01	Суп рыбный «Уха рыбачья»	200	22,19	3,31	12,78	169,67	14,7
287-02	Биточки из печени	70	2,32	1,91	9,73	65,39	4,06
321	Картофельное пюре	150	4,35	5,67	26,63	174,95	5,5
376-01	Компот из сухофруктов	180	0,43	0,01	30,53	123,93	4,5
1	Хлеб ржаной	38	2,05	0,5	14,95	76,78	
1	Хлеб пшеничный	22	1,42	0,18	8,69	42,06	
Итого		710	33,84	11,65	116,02	704,29	37,86
Уплотнённый полдник							
80-02	Запеканка творожно - рисовая с вареньем	160	9,9	7,8	16,01	173,84	2,55
401	Кефир фруктовый	180	5,22	5,76	7,2	101,26	2,26
Итого		340	15,32	13,71	57,31	413,65	4,81
Всего за день		1580	58,19	35,77	218,55	1400,89	49,86