

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ детский сад № 65
г. Новороссийск

Решикова О.С.

«01» сентября 2023г.

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ
НА ЛЕТНЕ-ОСЕННИЙ ПЕРИОД
ДЛЯ ДЕТЕЙ 1,5-3 ЛЕТ
МБДОУ детский сад № 65**

ПЕРСПЕКТИВНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ НА ЛЕТНЕ-ОСЕННИЙ ПЕРИОД ДЛЯ ДЕТЕЙ 1,5-3 ЛЕТ

1 неделя понедельник	мясо	птица	печень	рыба	масло сл.	масло раст.	молоко	сметана	творог	сыр	яйцо	мука	крупя	макарон.изд.	сахар	конд.изд.	фрукты сух.	фрукты свеж.	сок	картофель	овощи	хлеб пшенич.	хлеб ржаной	чай	какао	коф.напиток	дрожжи	номер ре
Завтрак																												Выход
Омлет					10		45,6				75																	120 627,03
Икра кабачковая																					40							40 633,02
Чай с лимоном															6			6						0,6				150 104,09
Хлеб пшеничный																						20						20 509,30
2 Завтрак																												
Сок																			150									150 636,02
Обед																												
Салат из белок. капусты с морковью						2																38						40 30,39
Суп картофельный с клецками					0,7	1,4					1,34	5,36								26,8	10,7							150 69,07
Шницель куриный паровой		59					30															20,3						60 54,01
Картофельное пюре					5,56		18,4													102								120 501,07
Хлеб ржаной																							20					20 509,17
Хлеб пшеничный																						20						20 509,30
Компот из свежих фруктов															6,8			25										150 39,04
Уплотненный полдник																												
Каша манная молочная					3,1		115						20		3,1													130 431,31
Ватрушка с творогом					1,5	0,2	20		30		6,67	33,3			6,7											0,7		60 450,02
Хлеб ржаной																							30					30 509,38
Молоко кипяченое							150																					150 4,03
ИТОГО за день	0	59	0	0	21	3,6	379	0	30	0	83	38,7	20	0	23	0	0	31	150	128	88,7	60,3	50	0,6	0	0	0,7	

[illegible]

ИТОГО за день	59	0	62	0	9	15	300	7,5	0	12	41	1,5	55	0	18	15	21	76	0	12	209	57,5	20	0,6	0	0	0
1 неделя среда	мясо	птица	печень	рыба	масло сл.	масло раст.	молоко	сметана	творог	сыр	яйцо	мука	крупа	макарон.изд.	сахар	конд.изд.	фрукты сух.	фрукты свеж.	сок	картофель	овощи	хлеб пшенич.	хлеб ржаной	чай	какао	коф.напиток	дрожжи
Завтрак																											
Каша рисовая молочная					3,1		114						19,5		3,1												
Молоко кипяченое							150																				
Хлеб пшеничный с сыром										5												15					
2 Завтрак																											
Сок																		180									
Обед																											
Овощи натуральные (помидоры)																					30						
Яйцо вареное											41																
Суп с рыбными фрикаделькадельк.				21	3		6			5										36	7,2	4,8					
Биточки мясные	70				3																8	10					
Картофель отварной					6															130							
Компот из сухофруктов															7,5		8										
Хлеб пшеничный																						20					
Уплотненный полдник																											
Котлета рыбная				53	4	3					3,75	2,25									6	7,5					
Капуста тушенная						5,7						1,6									132						
Салат овощной						1,3															41						
Хлеб ржаной																							30				

130431,33

1504,01

20509,39

180636,03

30635,07

4141,00

150118,08

6013,04

120499,03

150399,06

20509,30

6052,03

110503,10

4038,02

30509,38

Ватрушка с творогом					1,5	0,2	20		30		6,67	33,3			6,7														60	450,02
Компот из свежих фруктов															7,5			25											150	39,04
ИТОГО за день	70	0	0	74	21	10	290	0	30	5	56,8	37,2	20	0	25	0	8	25	180	166	224	57,3	30	0	0	0	0,7			
1 неделя четверг	мясо	птица	печень	рыба	масло сл.	масло раст.	молоко	сметана	творог	сыр	яйцо	мука	круп	макарон.изд.	сахар	конд.изд.	фрукты сух.	фрукты свеж.	сок	картофель	овощи	хлеб пшенич.	хлеб ржаной	чай	какао	коф.напиток	дрожжи			
Завтрак																														
Суп молочный с крупой					2,3		150						9		1,2														150	85,06
Кофейный напиток с молоком							150								6,7											3			150	391,14
Хлеб пшеничный с сыром										9												15							24	509,40
Пряник																20													20	608,05
2 Завтрак																														
Яблоко																		150											150	141,01
Обед																														
Салат из свежих огурцов						2															40,3								40	36,03
Суп вермишелевый						1,5							6						45		12								150	70,04
Плов из риса с мясом	73					3,8						30									29,3								150	22,04
Хлеб ржаной																							30						30	509,38
Компот из свежих яблок															7,5			26											150	82,05
Уплотненный полдник																														
Рыба,тушеная в томате с овощ				37		2,2									1,1						22,3								60	219,11
Икра свекольная						6,9									1,4						100								110	671,07
Хлеб пшеничный																						20							20	509,30
Чай															7,5									0,6					150	656,07
Булочка домашняя					2,3	1,9	37,5					4	41,3		3,8		8										0,8		60	429,05

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

ИТОГО за день	0	0	0	45	19	2	300	9,04	97	10	59	6,18	46	30	24	15	13	25	180	40,5	103	54,3	20	0	0	3	0
2 неделя пятница	мясо	птица	печень	рыба	масло сл.	масло раст.	молоко	сметана	творог	сыр	яйцо	мука	крупа	макарон.изд.	сахар	конд.изд.	фрукты сух.	фрукты свеж.	сок	картофель	овощи	хлеб пшенич.	хлеб ржаной	чай	какао	коф.напиток	дрожжи
Завтрак																											
Салат овощной						1,3															41						
Сельдь с картофельным пюре				60	3		36													84							
Хлеб пшеничный																						20					
Чай															7,5									0,6			
2 Завтрак																											
Кефир							150																				
Обед																											
Горошек зеленый консервированный																					40						
Суп картоф. с мясн. фрикад.	18				3						2,5									48,6	18,6						
Тефтели из говядины (свинины)	59					1,0															6	7,5					
Свекла тушенная в сметанном соусе					4,5			37,5													142						
Хлеб ржаной																							30				
Кисель																	21										
Полдник																											
Суп молочный с крупой					2,3		150						9		1,2												
Пирожок с повидлом					1,7		16,7				3	25			1,7	20										0,5	
Какао с молоком							150								7,5										2,3		
Хлеб пшеничный																						25					
ИТОГО за день	77	0	0	60	14	2,3	503	37,5	0	0	5,5	25	9	0	18	20	21	0	0	133	247	52,5	30	0,6	2,3	0	0,5

40 38,02
180 68,00
20 509,30
150 656,09

150 610,02

40 638,03
150 657,03
60 393,01
150 324,02
30 509,38
150 394,06

150 85,06
60 79,02
150 387,02
25 509,00

ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ	419	171	186	277	154	77	3492	79,4	284	36	340	196	294	76	222	115	79	813	870	1013	1601	532	350	4,2	4,5	9	3,2
СРЕДНЯЯ ЗА ДЕНЬ	42	17	19	27,7	15	7,7	349	8	28,4	3,6	34	19,6	29	7,6	22	12	7,9	81	87	101	160	53,2	35	0,4	0,5	0,9	0,3
НОРМА	50	20	20	32	18	9	390	9	30	4,0	41,0	25	30	8	25	12	9	95	100	120	180	60	40	0,5	0,5	1,0	0,4
ФАКТ	84	86	93	86	85	85	90	88	95	90	83	78	98	94	89	96	88	86	87	84	89	89	88	84	90	90	79