

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
 Центр развития ребенка детский сад № 43 «Золотой петушок»
 (МБДОУ ЦРР д/с № 43)

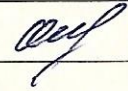
Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ ЦРР д/с № 43
 Н.В. Сошникова

Ежедневное меню основного питания
 Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
 Центр развития ребенка детский сад № 43 «Золотой петушок»

2 НЕДЕЛЯ день 1
 (понедельник)

Длительность пребывания детей в детском саду: 11-12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
		1-3	3-7	1-3	3-7
Завтрак	Макароны запеченные с яйцом	100	150		
	Хлеб пшеничный обогащенный йод казеином	20	20		
	Масло сливочное крестьянское	5	5		
	Чай с сахаром	150/7	180/10		
	Сыр российский	4	6		
Итого за завтрак		286 гр	373 гр	264,7 ккал	291,7 ккал
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	100		
Итого за второй завтрак		100	100	38 ккал	38 ккал
Обед	Икра морковная	30	50		
	Щи из свежей капусты	150	200		
	Тефтеля рыбная	50	70		
	Картофельное пюре	110	130		
	Компот из сушеных фруктов	150	180		
	Хлеб пшеничный обогащенный йод казеином	20	20		
	Хлеб ржаной	40	50		
Итого за обед		520 гр	650 гр	470,1 ккал	571,1 ккал
Полдник	Булочка ванильная	50	50		
	Чай с лимоном	150/7/4	180/10/8		
Итого за полдник		207 гр	240 гр	236,8 ккал	248,2 ккал
Ужин	Каша вязкая пшеничная	150	200		
	Хлеб пшеничный обогащенный йод казеином	20	20		
	Какао с молоком	150	180		
Итого за ужин		240 гр	290 гр	183,8 ккал	226,2 ккал
Итого за день		1353 гр	1653 гр	1193 ккал	1375 ккал

Составил:  М/С Слюсарева М.И.

Ответственный за организацию питания:  Кайванова Т.Б.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
 Центр развития ребенка детский сад № 43 «Золотой петушок»
 (МБДОУ ЦРР д/с № 43)

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ ЦРР д/с № 43
 Н.В. Сошникова

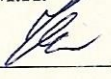


Ежедневное меню основного питания
 Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
 Центр развития ребенка детский сад № 43 «Золотой петушок»
2 НЕДЕЛЯ день 2
 (вторник)

Длительность пребывания детей в детском саду: 11-12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
		1-3	3-7	1-3	3-7
Завтрак	Каша вязкая гречневая	150	180		
	Хлеб пшеничный обогащенный йод казеином	20	20		
	Масло сливочное крестьянское	5	5		
	Чай с сахаром	150/7	180/10		
Итого за завтрак		342 гр	405 гр	321 ккал	404 ккал
Второй завтрак	яблоко	100	100		
Итого за второй завтрак		100	100	38 ккал	38 ккал
Обед	Икра свекольная	30	50		
	Суп картофельный с бобовыми (горох)	150	200		
	Запеканка картофельная с печенью	120	160		
	Компот из свежих плодов	150	180		
	Хлеб пшеничный обогащенный йод казеином	20	20		
	Хлеб ржаной	40	50		
Итого за обед		520 гр	650 гр	597 ккал,	764 ккал
Полдник	Вафли десертные	30	30		
	Чай с сахаром	150/7	180/10		
Итого за полдник		191 гр	228 гр	254 ккал	293 ккал
Ужин	Запеканка из макарон с творогом	100	150		
	Хлеб пшеничный обогащенный йод казеином	20	20		
	Кофейный напиток	150	180		
Итого за ужин		320 гр	380 гр	256 ккал	305 ккал
Итого за день		1473 гр	1763 гр	1428 ккал	1766 ккал

Составил:  М/С Слюсарева М.И.

Ответственный за организацию питания:  Кайванова Т.Б.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Центр развития ребенка детский сад № 43 «Золотой петушок»
(МБДОУ ЦРР д/с № 43)



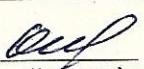
Утверждаю:
Заведующий МБДОУ ЦРР д/с № 43
Н.В. Сошникова

Ежедневное меню основного питания
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
Центр развития ребенка детский сад № 43 «Золотой петушок»

2 НЕДЕЛЯ день 3
(среда)

Длительность пребывания детей в детском саду: 11-12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
		1-3	3-7	1-3	3-7
Завтрак	Каша рисовая рассыпчатая с овощами	100/5	150/5		
	Хлеб пшеничный обогащенный йод казеином	20	20		
	Масло сливочное крестьянское	5	5		
	Чай с молоком	150	180		
Итого за завтрак		280 гр	360 гр	346 ккал	414 ккал
Второй завтрак	Наипток «Шиповник»	100	100		
Итого за второй завтрак		100	100	38 ккал	38 ккал
Обед	Икра морковная	30	50		
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	200		
	Биточки рубленые из говядины	50	70		
	Свекла тушеная в сметанном соусе	110	130		
	Компот из сушеных фруктов	150	180		
	Хлеб пшеничный обогащенный йод казеином	20	20		
	Хлеб ржаной	40	50		
Итого за обед		520гр	650 гр	546 ккал	672 ккал
Полдник	Булочка «веснушка»	50	50		
	Чай с лимоном	150/7/4	180/10/8		
Итого за полдник		207 гр	240 гр	183 ккал	198 ккал
Ужин	Суп молочный овсяной	150	200		
	Хлеб пшеничный обогащенный йод казеином	20	20		
	Кефир	130	150		
Итого за ужин		300 гр	370 гр	214 ккал	260 ккал
Итого за день		1407 гр	1720 гр	1297 ккал	1582 ккал

Составил:  М/С Слюсарева М.И.
Ответственный за организацию питания :  Кайванова Т.Б.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
 Центр развития ребенка детский сад № 43 «Золотой петушок»
 (МБДОУ ЦРР д/с № 43)

Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ ЦРР д/с № 43
 _____ Н.В. Сошникова

Ежедневное меню основного питания
 Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
 Центр развития ребенка детский сад № 43 «Золотой петушок»

2 НЕДЕЛЯ день 4
 (четверг)

Длительность пребывания детей в детском саду: 11-12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
		1-3	3-7	1-3	3-7
Завтрак	Каша вязкая пшеничная	150	180		
	Хлеб пшеничный обогащенный йод казеином	20	20		
	Масло сливочное крестьянское	5	5		
	Чай с сахаром	150/7	180/10		
Итого за завтрак		332 гр	395 гр	294 ккал	300,5 ккал
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	100		
Итого за второй завтрак		100	100	38 ккал	38 ккал
Обед	Икра свекольная	30	50		
	Щи из свежей капусты с картофелем	150 гр	200 гр		
	Суфле куриное	50	70		
	Пюре гороховое	110	130		
	Компот из свежих фруктов	150	180		
	Хлеб пшеничный обогащенный йод казеином	20	20		
	Хлеб ржаной	40	50		
Итого за обед		510гр	640 гр	486 ккал	643,3 ккал
Полдник	Печенье сахарное	30	30		
	Чай с сахаром	150/7	180/10		
Итого за полдник		191 гр	228 гр	254,1 ккал	293,4 ккал
Ужин	Каша вязкая рисовая	150/5	200/5		
	Хлеб пшеничный обогащенный йод казеином	20	20		
	Какао с молоком	150	180		
Итого за ужин		325 гр	405 гр	244,1 ккал	331,8 ккал
Итого за день		1458 гр	1768 гр	1316,2 ккал	1607 ккал

Составил: _____ М/С Слюсарева М.И.

Ответственный за организацию питания: _____ Кайванова Т.Б.

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
 Центр развития ребенка детский сад № 43 «Золотой петушок»
 (МБДОУ ЦРР д/с № 43)

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ ЦРР д/с № 43
 Н.В. Сошникова

Ежедневное меню основного питания

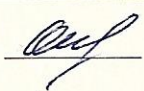
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
 Центр развития ребенка детский сад № 43 «Золотой петушок»

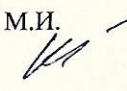
2 НЕДЕЛЯ день 5

(пятница)

Длительность пребывания детей в детском саду: 11-12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Энергетическая ценность	
		1-3	3-7	1-3	3-7
Завтрак	Каша жидкая манная	150	200		
	Хлеб пшеничный обогащенный йод казеином	20	20		
	Масло сливочное крестьянское	5	5		
	Чай с сахаром	150/7	180/10		
Итого за завтрак		336гр	423 гр	407 ккал	462 ккал
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	100		
Итого за второй завтрак		100	100	38 ккал	38 ккал
Обед	Горошек зеленый	30	50		
	Суп – лапша домашняя	150	200		
	Жаркое по домашнему	140	180		
	Компот из сухофруктов (яблоко)	150	180		
	Хлеб пшеничный обогащенный йод казеином	20	20		
	Хлеб ржаной	40	50		
Итого за обед		540 гр	680 гр	510ккал	630 ккал
Полдник	Вафли десертные	30	30		
	Чай с лимоном	150/7/4	180/10/8		
Итого за полдник		187 гр	220 гр	184,4 ккал	200 ккал
Ужин	Яйцо вареное	1	1		
	Икра кабачковая	30	50		
	Хлеб пшеничный обогащенный йод казеином	20	20		
	Кофейный напиток	150	180		
Итого за ужин		275 гр	355 гр	485 ккал	620 ккал
Итого за день		1438 гр	1778 гр	1624,5 ккал	1920 ккал

Составил:  М/С Слюсарева М.И.

Ответственный за организацию питания :  Кайванова Т.Б.