Утверждено Заведующий МКДОУ «Детекий сад «Колокольчик»

приказ от 01.08. 2023 № 102

ПРИМЕРНОЕ 10-ти ОНЕВНОЕ МЕНЮ

для детей раннего возраста до 3-х лет, 10,5- часовой режим функционирования МКДОУ «Детский сад «Колокольчик» г. Палласовки Волгоградской области

	*		Пище	Пищевые вещества (г)	'Ba (r)	Энергетичес-	Витамин	No
риём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	В	¥	y	кая ценность (калл)	Ü	рецептуры
День 1	The second secon			Security of the second second	The same of the same of			
Завтрак	化有线线的 医电影 医牙孔氏管 医二甲状状状 医阿克勒氏 医克克斯氏 医克克斯氏病 医克克斯氏病		· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	And the most factor			SOLE STATE OF THE SECOND	
	Каша вязкая ячневая молочная	150,00	3,27	0,44	0,36	105,75	0	307
	Кофейный напиток с молоком	160,00	1,15	1,15	12,45	81,78	0,88	253
100 CONT.	Бутерброд с маслом	30,00/4,00	2,2	4,2	14,2	104,9	0	16
II Завтрак		1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1			1		1	CANAL STREET, S. S. S.
	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочные)	125,00	0,62	0,12	12,37	53,75	2,5	442
Обед	**************************************				TACK!	or and		
	Салат из разных овощей по сезону с	30,00	0,4	1,85	2,3	27,48	3,97	45
THE PERSON NAMED IN	Суп картофельный с крупой	150.00	1.3	1.7	8.57	54.9	4,95	80
	Рагу овощное с мясом	160,00	1,55	4,77	12,6	至 99,55	21,43	331
	Компот из сухофруктов	150,00	0,45	0,07	23,77	98,25	0	402
	Хлеб ржаной	30,00	1,97	0,25	12,68	= 61,2	0	40
ST-VANTA NA	Хлеб пшеничный	15,00	1,09	0,1	7,47	35.5	0	70,1
Полдник					577			
	Ватрушка с творогом	70,00	5,6	4,3	24,48	182,3	0,3	289
	Кисель	150,00	0,0	0,0	13,5	46,5	0.0	233
Итого за 1			9,61	18,95	144,75	951,86	34,03	

			Пищев	Пищевые вещества (г)	Ba (Г)	Энергетичес-	Витамин	JNG	
Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	P	X	ý	кая ценность (калл)	υ	рецептуры	
День 2									
Завтрак									
	Каша вязкая пшенная молочная	150,00	5,26	6,07	21,29	159,75	1,46	96	Action district
	Какао с молоком	160,00	1,06	1,1	11,55	80	6,0	248	
	Сы порционный	7.00	1,6	2,07	0	. 25,43	0	14	
	Батон	30,00	2,3	6,0	15,4	78,6	0	01	
II Завтрак									
	Яблоки	100,00	0,35	0,35	92.6	9,81	3,96	15	
Обед			THE STATE OF		9			E SAN THE SAN	
	Салат из разных овощей по сезону с	30,00	0,53	2,94	2,17	37,33	7,03	35	
	растительным маслом	The state of the s			1	To the second se	and the same	and the control of th	
	Свекольник на м\б со сметаной	150,00	2,4	3,7	7,8	81,8	5,6	34	
	Гуляш из говядины	50,00	6,7	4,78	3,80	85,2	98,0	The state of the s	
	Макароны отварные с маслом	110,00	3.8	7,08	24,03	173,63	0	204	
	Компот из сухофруктов	150,00	0,45	0,07	23,77	98,25	0	402	
	Хлеб ржаной	30,00	1,97	0,25	12,68	, 61,2	0	40	
	Хлеб пшеничный	15,00	1,09	0,1	7,47	35,5	0	70,1	
Полдиик									
	Лапшевник творожный	00,09	4,05	4,56	10,89	73,5	9,0	148	
	Кофейный напиток	150,00	7.1,1	6,0	8,91	80,25	0,75	432	
	Соус сметанный	15,00	0,21	9,0	96'0	10,2	0	371	
Итого за 2			32,87	35,47	168,37	1099,24	21,16		

			Пище	Пищевые вещества (г)	ва (г)	Энергетичес-	Витамин	Ne
Гриём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	9	X	y	кая ценность (калл)	C	рецептуры
День 3								,
Завтрак								
	Қаша вязкая манная молочная	150,00	4,66	5,6	18,82	144	1,46	88
State of the last	Чай с молоком	160,00	2,82	2,48	12,06	82,13	1,26	394
351 AND 156	Бутерброд с повидлом	30,00/5,00	2,13	0,22	18,49	84,7	0,01	2
II Завтрак							A STATE OF THE STA	
0.04534	Соки овощные, фруктовые и ягодные	125,00	0,62	0,12	12,37	53,75	2,5	442
Обед					,			The second second
THE TOWN	Салат из разных овощей по сезону с растительным маслом	30,00	0,37	2,27	1,86	30,5	2,0	21
	Суп из овощей на к\б	150,00	1,8	2,52	6,12	54,6	9,9	. 62
	Суфле куриное	50,00	8,24	8,66	1,53	116,6	0,02	310
	Греча	110,00	5,01	6,3	25,00	176,9	0	168
おは のは デ	Компот из сухофруктов	150,00	0,45	0,07	23,77	98,25	0	402
1	Хлеб ржаной	30,00	1,97	0,25	12,68	61,2	0	40
5-5-126	Хлеб пшеничный	15,00	1,09	0,1	7,47	, 35,5	0	70,1
Полдник						A STATE OF THE STATE OF		
1000	Яйцо отварное	40,00	5,08	4,6	0,28	63	0	213
DEC. H	Икра кабачковая	20,00	0,24	0,94	1,54	15,6	1,92	93
	Лимонный напиток	150,00	0,11	0,01	18,32	72	4,8	282
	Печенье	10,00	0,75	-	7,45	41,7	0 .	26
Итого за 3			35,34	35,14	167,76	1130,43	20,57	

	TO SECURE AND ADDRESS OF THE PARTY OF THE PA		Пище	Пищевые вещества (г)	Ba (r)	Энергетичес-	Витамин	No
Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	9	X	S	кая ценность (калл)	Ü	рецептуры
День 4								
Завтрак								
	Каша вязкая рисовая молочная	150,00	4,16	5,6	19,56	144	1,46	173
	Кофейный напиток с молоком	160,00	Lilian	1,1	12,45	81,78	0,88	253
	Сыр порционный	7,00	9,1	2,07	0	25,4	0	14
The second second	Батон	30,00	2,3	6,0	15.4	78.6	0	10
Завтрак								
TAIN THE	Яблоки	100,00	0,35	0,35	9,76	47,05	10	15
Обед								
	Салат из разных овощей по сезону с	30,00	0,41	1,56	2,57	26	3,6	22
	растительным маслом					から 一十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二十二	THE STATE OF THE S	
	Щи со сметаной	150,00	1,74	2,46	3,12	41,4	12	83
	Рыба запеченная с картофелем по-	160,00	15,98	13,77	96,61	270,83	11,77	68
	русски						The Table And And And	
	Компот из сухофруктов	150,00	0,45	0,07	23,77	98,25	0	402
	Хлеб ржаной	30,00	1,97	0,25	12,68	, 61,2	0	40
The state of the s	Хлеб пшеничный	15,00	1,09	0,1	7,47	35,5	0	70.1
Толдник							A DESCRIPTION OF	
	Пирожок печеный с овощным фаршем	70,00	4,51	5,04	28,47	189	21.6	294
	Чай с сахаром	150,00	0,15	80,0	11,25	45	0	430
Гтого за 4 день			35,81	33,35	166,46	1144,01	61,31	

			Пище	Пищевые вещества (г)	ва (г)	Энергетичес-	Витамин	No
риём пищи	Наименование блюда	Выход	Р.	×	>	кая ценность (калл)	C	рецептуры
День 5								
Завтрак	のは、日本の日本の日本の日本の日本の日本の日本の日本の日本の日本の日本の日本の日本の日		を 日本の というの	THE PERSON NAMED IN	Spirit Strategy	Control of the state of the sta	Station statement of the	The Control Section
	Суп молочный с макаронными изделиями	150,00	3,42	2,94	13,02	.63	9,0	112
	Какао с молоком	160,00	1,06	1,15	11,55	08	0,88	248.
C-100 Ed.	Бутерброд с маслом	30,00/4,00	2,2	4,2	14,2	104,9	0	16
І Завтрак								
F.1255.11	Соки овощные, фруктовые и ягодные	125,00	0,62	0,12	12,37	53,75	2,5	442
Обед						# The Control of the		
	Салат из разных овощей по сезону с растительным маслом	30,00	0,48	1,53	2,31	24,9	8,1	40
	Суп лапша домашняя на курином бульоне	150,00	2,24	1,78	11,98	118,9	7,49	30
	Плов из птицы	160,00	30,28	32,57	26,62	521,48	1,6	140
	Компот из сухофруктов	150,00	0,45	0,07	23,77	98,25	0	402
A. 100 A. 100	Хлеб ржаной	30,00	1,97	0,25	12,68	61,2	0	40
	Хлеб пшеничный	15,00	1,09	0,1	7,47	35,5	0	701
Полдник								
	Сырники из творога с повидлом	70,00	10,33	7,5	22,69	200,32 =	6,71	219
	Кофейный напиток	150,00	1,12	0,97	16,8	80,25	0,75	432
Итого за 5			55,26	53,18	175,46	1472,45	28,63	

			Пище	Пищевые вещества (г)	гва (г)	Энергетичес-	Витамин	No
	Наименование блюда	Выход блюда	Р	×	Y	кая ценность (калл)	C	рецептуры
День 6								
Завтрак								
The state of	Каша вязкая пшеничная молочная	150,00	5,27	80'9	21,29	159.75	0.8	- 16
	Какао с молоком	160,00	1,06	1,15	11,55	08	0.88	248
	Сыр порционный	7,00	1,61	2,08	000	25.43	0.5	14
	Батон	30,00	2.3	06.0	15.40	78.6	0	-10
І Завтрак	-							,
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	125.00	0.88	0.00	16.63	70	1.4	15
Обед					color		1,51	2
	Салат из разных овощей по сезону с	30,00	0,56	2,28	2,04	31,9	2,23	53
	растительным маслом		1					
1	Суп картофельный с крупой	150,00	1,3	1.7	8.57	54.9	4.95	80
1 T. V. T. V. T. V.	Жаркое по-домашнему	160,00	0,9	4.2	11.7	181.8	6.53	153
7 1 1 1 1	Компот из сухофруктов	150,00	0,36	0,00	17.7	67.5	0.1	402
	Хлеб ржаной	30,00	1,97	0,25	12.68	61.2	0	40
	Хлеб пшеничный	15,00	1.09	0.1	7.47	35.5	0	701
Полдник						2622		
(41),40	Булочка домашняя	00,09	4,33	8,25	28,73	155.5	0.23	274
	Кисель	150,00	0,0	0,00	13,5	46.5	0	233
Атого за 6 день			26,73	26,99	167,26	1048,58	17,62	

			Пище	Пищевые вещества (г)	'Ba (r)	Энергетичес-	Витамин	No
Іриём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Р	X	Σ	кая ценность (капл)	O	рецептуры
День 7								
Завтрак			-					
	Каша вязкая манная молочная	150,00	4,66	5,6	18,82	144	1.46	88
	Кофейный напиток с молоком	160,00	1,15	1,15	12,45	81.78	0.88	253
and the production page	Бутерброд с маслом	30,00/4,00	2.2	4.2	14.2	104.9	,	- 91
Завтрак								
100000	Яблоки	100,00	0,35	0.35	8.6	47.05	10	15
Обед								2
(P. 153.	Салат из разных овощей по сезону с растительным маслом	30,00	0,45	1,5	2,7	26,25	9,01	. \$
	Рассольник на м/6 со сметаной	150,00	2,53	1,4	9,18	71,05	3.65	32
S SOUND IN	Гуляш из говядины	50,00	6,7	4,77	3,8	85,21	0.85	591
TOTAL STATE OF	Рис отварной	110,00	2,6	6,94	27,09	181,31	0	168
	Компот из сухофруктов	150,00	0,45	0,07	23,77	98,25	0	402
SEAL MARIE	Хлеб ржаной	30,00	1,97	0,25	12,68	61.2	0	40
	Хлеб пшеничный	15,00	1,09	0.1	7,47	35.5	0	701
Полдник								
C TOTAL S	Запеканка из творога с морковью	00,09	96'9	6,17	14.26	, 140,4	0.42	238
	Чай с сахаром	150,00	0,15	80,0	11,25	45	0	430
2017	Соус сметанный	15,00	0,21	9,0	96.0	10,2	0	371
Итого за 7			31,47	33,18	168,43	1132,1	27,86	

			Пище	Пищевые вещества (г)	тва (г)	Энергетичес-	Витамин	No
риём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Р	X	>	кая ценность (калл)	C	рецептуры
День 8								
Завтрак								
	Каша вязкая молочная «Геркулес»	150,00	4,76	3	16,4	140,25	1,46	93
200	Чай с молоком	160,00	2,83	2,48	12,06	, 82,13	1,15	394
	Сыр порционный	7,00	1,61	2.07	0	25,4	0	14
	Батон	30,00	2,3	6.0	15.4	78.6	0	10
Завтрак	The state of the s							
1 TO 1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	125,00	0,62	0,12	12,37	53,75	2,5	442
Обед								
The second	Салат из разных овощей по сезону с	30,00	0,48	1,53	2,31	24,9	8,1	40
	pacinicalnim macion	000		,	,			
	ьорщ на м/о со сметанои	150,00	2,31	1,3	4,06	48,73	7,48	28
90	Пюре картофельное	110,00	2,23	3,84	13,24	104,13	13,16	206
	Тефтели	50,00	6,41	82,9	5,22	107,5	0,56	174
	Компот из сухофруктов	150,00	0,45	0,07	23,77	98,25	0	402
TW.	Хлеб ржаной	30,00	1,97	0,25	12,68	61,2	0	40
1 1 1 1	Хлеб пшеничный	15,00	1,09	0,1	7,47	35,5	0	701
Толдник								
	Омлет натуральный	60,00	4,71	5,43	1,92	74,95	0,1	77
	Кофейный напиток	150,00	1,12	0,97	8,91	80,25	0,75	432
	Печенье	10,00	0,75	-	7,45	41,7	0	26
1того за 8 лень			33,64	29,84	151,15	1057,24	35,26	

риём пищи	Наименование блюда	Выход	Пище		Ba (r.)	Энергетичес- кая ценность (калл)	Битамин	ле рецептуры
			P.	X	y	190		
День 9								
Завтрак								
	Каша вязкая молочная «Дружба»	150,00	4,74	7,64	19,76	167,37	79,0	84
Cartifoldonia	Кофейный напиток с молоком	160,00	Mary Laboratory	Sagradus Assessed	12,45	81,78	6.0	253
		30,00/5,00	2,13	0,22	18,49	84,7	0,01	2
П Завтрак								
Contractor Section	Фрукты	100	0,35	0,35	9,76	47	10	15
Обед								
	Салат из разных овощей по сезону с растительным маслом	30,00	0,59	1,57	2,9	28,26	4,6	25
	Суп картофельный с бобовыми	150,00	3,07	3,21	6,67	79,95	3,5	81
	Рыба тушеная в томате с овощами	50,00	1,74	1,98	3,55	41,8	3	625.1
	Капуста тушеная	110,00	2,18	4,08	10,44	6,98	18	132
	Компот из сухофруктов	150,00	0,45	0,07	23,77	98,25	0	402
	Хлеб ржаной	30,00	1,97	0,25	12,68	61,2	0	40
	Хлеб пшеничный	15,00	1,09	0,1	7,47	35,5	0	70,1
Полдник								
To Story	Пирожок печеный с овощным фаршем	70,00	4,51	5,04	28,47	189	21,6	294
Parent I	Лимонный напиток	150,00	0,11	-0,01	18,32	72	4,8	282
4того за 9 день			24,03	25,62	177,73	1019,71	80,79	

	The same of the last of the la		Пище	Пищевые вещества (г)	ства (г)	Энергетичес-	Витамин	No
риём пищи	Наименование блюда	Выход	P	X	Y	кая ценность (калл)	C	рецептуры
День 10								
Завтрак								
	Каша гречневая молочная жидкая	150,00	5,24	7,8	18,75	. 166,8	0,67	- 64
	Най с сахаром	160,00	0,16	80,0	12	-48	0	430
	Сыр порционный	7,00	1,61	2,07	0	25,4	0	14
	Батон	30,00	2,3	6.0	15,4	78,6	0	10
II Завтрак							I Mary my day	
3	Соки овощные, фруктовые и ягодные	125,00	0,62	0,12	12.37	53.75	2.5	442
Обед							The Property of the	
	Салат из разных овощей по сезону с растительным маслом	30,00	0,24	0,03	0,75	4,2	3	70
F100 11 100 100 100 100 100 100 100 100	Суп с клёцками на курином бульоне	150,00	3,09	4,02	10,8	7,66	3	37
	Макаронные изделия отварные с маслом	110,00	3,8	7,1	24,00	173,6	0	204
	Куриная подлива	50,00	8,84	7,13	2,27	108,3	0,34	56
- da	Компот из сухофруктов	150,00	0,45	0,07	23,77	98,25	0	402
	Хлеб ржаной	30,00	1,97	0,25	12,68	61,2	0	40
	Хлеб пшеничный	15,00	1,09	0,1	7,47	35.5	0	70.1
Полдник								The State of the S
- 6	Пудинг из творога с рисом	00,09	7,34	4,97	9,47	112	60,0	236
	Какао с молоком	150,00	-	1,08	10,83	75	0,83	248
	Соус сметанный	15,00	0,21	9,0	96'0	10,2	0	371
Гтого за 10 день			37,96	36,32	161,52	* 1150,5	10,43	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 143507986500560089701835989304833372774460075052

Владелец Акчурина Ольга Александровна

Действителен С 01.04.2025 по 01.04.2026