

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МАДОУ "ДС №7 "Незабудка"  
Копалина И.Н.  
И. Н. Копалина 20 \_\_\_\_ г.

Неделя: 2  
День: 4

# МЕНЮ 29 Мая 2025г.

Сад (3-7 лет)

| Наименование блюда                                                                                             | Выход<br>гр. | Химический состав |             |                 | Энергет.<br>ценность<br>ккал. | N<br>рецеп-<br>туры         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------|-------------|-----------------|-------------------------------|-----------------------------|
|                                                                                                                |              | Белки<br>гр.      | Жиры<br>гр. | Углеводы<br>гр. |                               |                             |
| 1                                                                                                              | 2            | 3                 | 4           | 5               | 6                             | 7                           |
| Завтрак                                                                                                        |              |                   |             |                 |                               |                             |
| Яйцо отварное(Яйцо куриное)                                                                                    | 40           | 5,08              | 4,6         | 0,28            | 63                            | TK-№209                     |
| Каша молочная из смеси круп(Молоко 3,2%, пшено, крупа овсяная, крупа гречневая, масло сливочное 72,5%)         | 250          | 9,88              | 11,38       | 35,23           | 255,35                        | TK-№190                     |
| Кофейный напиток с молоком(Кофейный порошок, молоко 3,2%, сахар)                                               | 200          | 2,8               | 2,8         | 14,7            | 93                            | TK-№270                     |
| Хлеб пшеничный йодированный                                                                                    | 40           | 3,16              | 0,4         | 19,32           | 93,52                         | Т-К № ПР-                   |
| Итого                                                                                                          | 530          | 14,96             | 15,98       | 35,51           | 348,35                        |                             |
| Второй завтрак                                                                                                 |              |                   |             |                 |                               |                             |
| Плоды или ягоды свежие(яблоки)                                                                                 | 100          | 0,4               | 0,4         | 9,8             | 47                            | TK-№338                     |
| Итого                                                                                                          | 100          | 0,5               | 0,4         | 9,8             | 47                            |                             |
| Обед                                                                                                           |              |                   |             |                 |                               |                             |
| Суп крестьянский с крупой(Капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло подсолнечное) | 250          | 1,84              | 6,18        | 12,34           | 112,46                        | TK-№50 р №124 сб 2004       |
| Салат из свежих помидор и огурцов(Помидоры свежие, огурцы свежие, лук репчатый, масло подсолнечное)            | 60           | 0,5               | 2,8         | 2,2             | 36                            | TK-№102                     |
| Тефтели из говядины с рисом(Говядина, крупа рисовая, лук репчатый, масло сливочное 72,5%, мука)                | 80           | 6,4               | 8,96        | 7,28            | 135,2                         | TK-№182                     |
| Пюре из моркови(Морковь, молоко 3,2%, мука, масло сливочное 72,5%, сахар)                                      | 130          | 2,01              | 8,47        | 7,72            | 114,89                        | TK-№161                     |
| Компот из яблок с лимоном(Яблоки, лимон, сахар, кислота аскорбиновая)                                          | 200          | 0,25              | 0,25        | 33,34           | 124,07                        | TK-№256                     |
| Хлеб                                                                                                           | 50           | 2,8               | 0,55        | 24,7            | 119,95                        | TK-№7                       |
| Итого                                                                                                          | 720          | 13,8              | 27,21       | 87,58           | 622,57                        |                             |
| Полдник                                                                                                        |              |                   |             |                 |                               |                             |
| Булочка домашняя(Мука, сахар, масло сливочное 72,5%, яйца, дрожжи)                                             | 50           | 2,94              | 6,67        | 20,93           | 101,01                        | ТТК-№282                    |
| Молоко кипяченое(Молоко 3,2%)                                                                                  | 200          | 5,4               | 5,6         | 8,6             | 106,8                         | TKN№260                     |
| Итого                                                                                                          | 250          | 8,34              | 12,27       | 29,53           | 207,81                        |                             |
| Ужин                                                                                                           |              |                   |             |                 |                               |                             |
| Горошек зеленый консервированный отварной(Горошек консервированный)                                            | 100          | 3,13              | 3,29        | 6,99            | 77,88                         | TKN№206 Пермь 2004          |
| Рыба, тушенная в сметанном соусе(Минтай, лук репчатый, морковь, масло сливочное, сметана 15%, мука)            | 150          | 16,52             | 14,43       | 6,01            | 219,99                        | TK-№153                     |
| Чай с сахаром(Чай байховый, сахар)                                                                             | 180          | 0,09              | 0,03        | 8,19            | 22,5                          | TK-№266                     |
| Хлеб пшеничный йодированный                                                                                    | 40           | 3,16              | 0,4         | 19,32           | 93,52                         | Т-К № ПР-сб/М.П Магильно го |
| Итого                                                                                                          | 470          | 22,9              | 18,15       | 40,51           | 413,89                        |                             |
| Всего                                                                                                          |              | 60,4              | 74          | 202,92          | 1639,61                       |                             |

Составил

Шеф-повар  
(должность)

Имельбаева В.Г.  
(подпись)

Имельбаева В.Г.  
(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МАДОУ "ДС №7 "Незабудка"  
Копалина И.Н.  
**И. Н. Копалина** 20 \_\_\_\_ г.

Неделя: 2  
День: 4

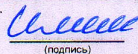
# МЕНЮ 29 Мая 2025г.

Ясли (1-3 года)

| Наименование блюда                                                                                              | Выход<br>гр. | Химический состав |             |                 | Энергет.<br>ценность<br>ккал | N<br>рецеп-<br>туры         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------|-------------|-----------------|------------------------------|-----------------------------|
|                                                                                                                 |              | Белки<br>гр.      | Жиры<br>гр. | Углеводы<br>гр. |                              |                             |
| 1                                                                                                               | 2            | 3                 | 4           | 5               | 6                            | 7                           |
| <b>Завтрак</b>                                                                                                  |              |                   |             |                 |                              |                             |
| Яйцо отварное (Яйцо куриное)                                                                                    | 40           | 5,08              | 4,6         | 0,28            | 63                           | ТК-№209                     |
| Каша молочная из смеси круп (Молоко 3,2%, пшено, крупа овсяная, крупа гречневая, масло сливочное 72,5%)         | 180          | 7,11              | 8,19        | 25,36           | 295,45                       | ТК-№190                     |
| Кофейный напиток с молоком (Кофейный порошок, молоко 3,2%, сахар)                                               | 150          | 2,1               | 2,1         | 11,03           | 69,75                        | ТК-№270                     |
| Хлеб пшеничный йодированный                                                                                     | 30           | 2,37              | 0,3         | 14,49           | 70,14                        | Т-К № ПР-                   |
| Итого                                                                                                           | 400          | 12,19             | 12,79       | 25,64           | 288,45                       |                             |
| <b>Второй завтрак</b>                                                                                           |              |                   |             |                 |                              |                             |
| Плоды или ягоды свежие (яблоки)                                                                                 | 100          | 0,4               | 0,4         | 9,8             | 47                           | ТК-№338                     |
| Итого                                                                                                           | 100          | 0,4               | 0,4         | 9,8             | 47                           |                             |
| <b>Обед</b>                                                                                                     |              |                   |             |                 |                              |                             |
| Суп крестьянский с крупой (Капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло подсолнечное) | 180          | 1,66              | 5,56        | 11,11           | 101,21                       | ТК-№50 р №124 сб 2004       |
| Салат из свежих помидор и огурцов (Помидоры свежие, огурцы свежие, лук репчатый, масло подсолнечное)            | 40           | 0,33              | 1,87        | 1,47            | 24                           | ТК-№102                     |
| Тефтели из говядины с рисом (Говядина, крупа рисовая, лук репчатый, масло сливочное, мука пшеничная)            | 50           | 4                 | 5,6         | 4,55            | 84,5                         | ТК-№182                     |
| Пюре из моркови (Морковь, молоко 3,2%, мука, масло сливочное 72,5%, сахар)                                      | 110          | 1,7               | 7,17        | 6,53            | 97,22                        | ТК-№161                     |
| Компот из яблок с лимоном (Яблоки, лимон, сахар, кислота аскорбиновая)                                          | 180          | 0,23              | 0,23        | 30,01           | 93,66                        | ТК-№256                     |
| Хлеб                                                                                                            | 40           | 2,24              | 0,44        | 19,76           | 95,96                        | ТК-№7                       |
| Итого                                                                                                           | 600          | 10,16             | 20,86       | 73,42           | 496,56                       |                             |
| <b>Полдник</b>                                                                                                  |              |                   |             |                 |                              |                             |
| Булочка домашняя (Мука, сахар, масло сливочное 72,5%, яйца, дрожжи)                                             | 50           | 2,94              | 6,67        | 20,93           | 101,01                       | ТТК-№282                    |
| Молоко кипяченое (Молоко 3,2%)                                                                                  | 150          | 4,05              | 4,2         | 6,45            | 80,1                         | ТК-№260                     |
| Итого                                                                                                           | 200          | 6,99              | 10,87       | 27,38           | 181,11                       |                             |
| <b>Ужин</b>                                                                                                     |              |                   |             |                 |                              |                             |
| Горошек зеленый консервированный отварной (Горошек консервированный)                                            | 100          | 3,13              | 3,29        | 6,99            | 77,88                        | ТК-№206 Перья 2004          |
| Рыба, тушенная в сметанном соусе (Минтай, лук репчатый, морковь, масло сливочное, сметана 15%, мука)            | 90           | 9,91              | 8,66        | 3,61            | 131,99                       | ТК-№153                     |
| Чай с сахаром (Чай байховый, сахар)                                                                             | 180          | 0,09              | 0,03        | 8,19            | 22,5                         | ТК-№266                     |
| Хлеб пшеничный йодированный                                                                                     | 30           | 2,37              | 0,3         | 14,49           | 70,14                        | Т-К № ПР-сб/М.П Магильно го |
| Итого                                                                                                           | 400          | 15,5              | 12,28       | 33,28           | 302,51                       |                             |
| Всего                                                                                                           |              | 45,24             | 57,19       | 169,51          | 1295,62                      |                             |

Составил

Шеф-повар  
(подпись)

  
(подпись)

Имельбаева В.Г.  
(расшифровка подписи)