

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Юлия Александровна
 Директор сад. группы №1 (должность)
 Юрсева Н.Б. (ФИО)
 2.03.2016 (дата)

Ирина Александровна
 Заведующая сад. группами (должность)
 Юрсева Н.Б. (ФИО)
 2.03.2016 (дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория: Дети 3-7 лет весна-лето

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	200	7,68	7,80	11,36	191,3	193
	Кофейный напиток с молоком	200	3,34	3,28	9,50	80,34	395
	Печенье	40	0,45	0,71	4,49	25,02	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК							
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50	0,00	10,10	42,22	399.4
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2							
ОБЕД	Салат из свеклы	60	0,85	4,13	5,02	56,34	33
	Суп картофельный с крупой со сметаной	200	2,38	3,26	16,92	106,98	80/1
	Запеканка картофельная с мясом и маслом	160	13,06	15,46	27,25	300,06	291
	Компот из сушеных фруктов	180	0,49	0,11	22,37	88,6	376
	Хлеб пшеничный/завтрак	35	2,77	0,35	16,90	82,25	701
	Хлеб ржаной	38	2,51	0,46	12,69	66,12	700
ИТОГО ЗА ОБЕД							
ПОЛДНИК	Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом	70	4,53	2,92	25,91	147,66	454.1.1
	Чай с сахаром	180	0,05	0,00	7,20	27,83	392/2
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК						
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:							
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:							
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:							

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Валентина Ивановна С.П.
 Заведующий кафедрой *Медицинской* (должность)
Зав. кафедрой «Внутренние» (ФИО)
Борисова Н.Б. 20.03.2006 (дата)

Ольга Александровна
Медсестра С.И. (должность)
С.О.З. Ялава (ФИО)
 (дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория: Дети 3-7 лет весна-лето

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 2							
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	7,68	8,62	27,92	221,48	11/4
	Какао с молоком	200	4,24	4,28	12,98	106,8	397
	Бутерброды с джемом или повидлом	30	1,71	0,21	17,95	79,46	2
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК							
ЗАВТРАК 2	Напиток из плодов шиповника	100	0,16	0,07	58,85	407,74	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2							
ОБЕД	Салат из картофеля с соевыми отрубями	60	0,82	0,07	4,61	22,35	398
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	2,44	5,62	12,68	112,24	67
	Макаронные изделия отварные с маслом	120	3,98	3,31	24,29	142,79	204/1
	Котлеты рыбные любительские	70	10,07	3,79	5,96	98,56	256
	Компот из сушеных фруктов	180	0,49	0,11	22,37	88,6	376
	Хлеб пшеничный/завтрак	35	2,77	0,35	16,90	82,25	701
	Хлеб ржаной	38	2,51	0,46	12,69	66,12	700
ИТОГО ЗА ОБЕД							
ПОЛДНИК	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63	213
	Чай без сахара	180	0,72	0,00	0,14	6,88	391
	Конфеты	15	0,03	0,16	1,84	8,98	493/3
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК							
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:							
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:							
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:							

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Владимир Семенов
 Владимир Семенов (должность)
 (ФИО)
 Борисова Н. Е. 8.03.2016 (дата)

Ольга Дмитриева
 Ольга Дмитриева (должность)
 (ФИО)
 8.03.2016 (дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория: Дети 3-7 лет весна-лето

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 4 ЗАВТРАК	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	200	7,66	8,78	31,14	235,7	16/4
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0,00	0,00	0,00	0	516/1
	Бутерброды с джемом или повидлом	30	1,71	0,21	17,95	79,46	2
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		430	9,37	8,99	49,09	315,16	
ЗАВТРАК 2	Напиток из плодов шиповника	100	0,16	0,07	4,61	22,35	398
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,16	0,07	4,61	22,35	
ОБЕД	Салат из свежих огурцов	60	0,46	3,65	1,43	40,38	13
	Суп картофельный с бобовыми	200	4,46	3,50	15,74	114,04	81
	Рагу из овощей	120	2,14	5,21	11,98	104,08	137
	Рыба, запеченная в омлете	70	11,80	4,40	2,28	96,12	249/1
	Компот из сушеных фруктов	180	0,49	0,11	22,37	88,6	376
	Хлеб пшеничный	35	2,77	0,35	16,90	82,25	701.1
	Хлеб ржаной	38	2,51	0,46	12,69	66,12	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		703	24,63	17,68	83,39	591,59	
ПОЛДНИК	Печенье	40	0,45	0,71	4,49	25,02	1
	Молоко кипяченое	180	5,47	4,88	9,07	102,01	400
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		220	5,92	5,59	13,56	127,03	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1453	40,08	32,33	150,65	1056,13	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1453	40,08	32,33	150,65	1056,13	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1453	40,08	32,33	150,65	1056,13	



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Владимир Сергеевич Мухоморов
 Директор центра «Здоровье» (должность)
 2509 Самарская область (ФИО)
 Борисова И. Е. 20.03.2025 (дата)

Владимир Сергеевич Мухоморов
 Директор центра «Здоровье» (должность)
 Борисова И. Е. 20.03.2025 (дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория: Дети 3-7 лет весна-лето

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7							
ЗАВТРАК	Макароны отварные с сыром	150	7,85	8,05	26,56	210,76	206
	Чай с молоком	200	3,06	3,20	12,70	90,96	394
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	10,91	11,25	39,26	301,72	
ЗАВТРАК 2	Напиток из плодов шиповника	100	0,16	0,07	4,61	22,35	398
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,16	0,07	4,61	22,35	
ОБЕД	Салат из свежих огурцов	60	0,46	3,65	1,43	40,38	13
	Рассольник ленинградский со сметаной	200	2,22	5,50	14,38	116,98	76/1
	Жаркое с курицей	190	16,51	17,20	20,54	303,26	136
	Компот из сушеных фруктов	180	0,49	0,11	22,37	88,6	376
	Хлеб пшеничный/завтрак	35	2,77	0,35	16,90	82,25	701
	Хлеб ржаной	38	2,51	0,46	12,69	66,12	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		703	24,96	27,27	88,31	697,59	
ПОЛДНИК	Омлет натуральный	100	9,84	11,88	1,85	153,72	215
	Чай без сахара	180	0,72	0,00	0,14	6,88	391
	Конфеты	15	0,03	0,16	1,84	8,98	493/3
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		295	10,59	12,04	3,83	169,58	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1448	46,62	50,63	136,01	1191,24	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1448	46,62	50,63	136,01	1191,24	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1448	46,62	50,63	136,01	1191,24	

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Владимир Петрович С.П.
 Директор
 «Витаминный центр «Медика»» (должность)
 1000000, г. Москва, ул. Вавилова, д. 10 (ФИО)
 Бутарева Н.Е. 18.03.2026 (дата)

Ольга Викторовна
 Заместитель
 «Витаминный центр «Медика»» (должность)
 1000000, г. Москва, ул. Вавилова, д. 10 (ФИО)
 18.03.2026 (дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория: Дети 3-7 лет весна-лето

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 8							
ЗАВТРАК	Запеканка из творога с молочным соусом	130/30	16,65	11,87	10,22	213,1	237/1
	Соус молочный (сладкий)	30	0,62	1,33	4,04	30,18	351
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	0,00	0,00	2,70	10,22	516
	Бутерброды с джемом или повидлом	30	1,71	0,21	17,95	79,46	2
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		370	18,98	13,41	34,91	332,96	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50	0,00	10,10	42,22	399,4
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,50	0,00	10,10	42,22	
ОБЕД							
	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	1,14	5,34	4,62	71,4	121
	Суп картофельный со сметаной и грибами	200	2,24	3,28	16,46	104,88	77/1
	Гренки из пшеничного хлеба (1 вариант)	20	2,49	0,32	15,21	73,64	115
	Голубцы ленивые	160	15,46	11,87	19,97	249,86	298
	Соус сметанный с томатом	30	0,59	1,16	2,37	22,61	355
	Компот из сушеных фруктов	180	0,49	0,11	22,37	88,6	376
	Хлеб ржаной	38	2,51	0,46	12,69	66,12	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		688	24,92	22,54	93,69	677,11	
ПОЛДНИК	Булочка домашняя	70	6,14	7,83	40,57	256	469/1
	Молоко кипяченое	180	5,47	4,88	9,07	102,01	400
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	11,61	12,71	49,64	358,01	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1408	56,01	48,66	188,34	1410,3	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1408	56,01	48,66	188,34	1410,3	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1408	56,01	48,66	188,34	1410,3	

УТВЕРЖДАЮ



СОГЛАСОВАНО

Светлана Александровна С.П.
Детский врач, педиатр (подпись)
2023 г. 03. 02 (ФИО) (дата)
Борисова Н.Ф. (подпись)
2023 г. 03. 02 (дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 3-7 лет весна-лето

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 9							
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой	200	5,12	6,02	15,68	137,74	94
	Какао с молоком	200	4,24	4,28	12,98	106,8	397
	Бутерброды с сыром	30	3,93	3,37	8,69	81,61	3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		430	13,29	13,67	37,35	326,15	
ЗАВТРАК 2	Напиток из плодов шиповника	100	0,16	0,07	4,61	22,35	398
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,16	0,07	4,61	22,35	
ОБЕД	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,58	3,68	1,85	42,84	15
	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200	5,08	2,82	13,92	101,9	84
	Пюре картофельное	130	2,90	3,90	19,16	123,66	321
	Гуляш из отварного мяса	70	9,02	7,13	2,30	109,38	277
	Компот из сушеных фруктов	180	0,49	0,11	22,37	88,6	376
	Хлеб ржаной	38	2,51	0,46	12,69	66,12	700
	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	58,75	701/4
ИТОГО ЗА ОБЕД		703	22,56	18,35	84,36	591,25	
ПОЛДНИК	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63	213
	Чай с сахаром	180	0,05	0,00	7,20	27,83	392/2
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		220	5,13	4,60	7,48	90,83	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1453	41,14	36,69	133,80	1030,58	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1453	41,14	36,69	133,80	1030,58	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1453	41,14	36,69	133,80	1030,58	

СОГЛАСОВАНО

Евгений Иванович С.П.
 Директор службы питания (должность)
 ДООУ СВМД «Воскресенск» (ФМО)
 Борисова Н.В. 2.03.2020 (дата)

УТВЕРЖДАЮ

Олег Александрович
 Начальник отдела питания (должность)
 Филиппова С.И. (ФМО)
 2.03.2020 (дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория: Дети 3-7 лет весна-лето

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 10 ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	7,94	8,10	28,74	216,62	15/4
	Чай с молоком	200	3,06	3,20	12,70	90,96	394
	Бутерброды с джемом или повидлом	30	1,71	0,21	17,95	79,46	2
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		430	12,71	11,51	59,39	387,04	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50	0,00	10,10	42,22	399,4
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,50	0,00	10,10	42,22	
ОБЕД	Салат из горошка зеленого консервированного	60	1,76	6,11	3,71	76,74	10
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	2,12	5,42	11,86	105,44	57/1
	Плов из птицы	180	18,40	16,88	30,60	347,99	304
	Компот из свежих ягод	180	0,20	0,05	20,41	82,98	375
	Хлеб пшеничный/завтрак	35	2,77	0,35	16,90	82,25	701
	Хлеб ржаной	38	2,51	0,46	12,69	66,12	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		693	27,76	29,27	96,17	761,52	
ПОЛДНИК	Ватрушка с творогом	70	9,22	5,48	29,18	202	458
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	0,00	0,00	2,70	10,22	516
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	9,22	5,48	31,88	212,22	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1473	50,19	46,26	197,54	1403	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1473	50,19	46,26	197,54	1403	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1473	50,19	46,26	197,54	1403	