

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №252»

(МАДОУ «Детский сад №252»)



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

МАДОУ «Детский сад №252»

Ю.С. Ударцева

Приказ №113-осн от 15.12.2025

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ

(возрастная категория: 1,6 года-7 лет)

город Барнаул

Возрастная категория: 1,6 - 3 года; 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Б		Ж		У				
				1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет			
Неделя первая	Каша гречневая молочная с маслом	150	200	5,26	6,13	5,6	6,61	19,46	22,56	154,76	184,06	96
День 1	Хлеб "Алтайский" пшеничный с маслом сливочным	20/5/	25/5/	1,65	2,05	4,12	4,24	11,51	14,37	90,24	104,53	6
Завтрак	Яблоко	95	100	0,38	0,4	0,8	0,84	9,31	9,8	44,6	47	368
	Чай сладкий	180	200	0,12	0,14	0,03	0,03	8,04	10,05	32,9	41,06	263
Итого за завтрак		450	530	7,41	8,72	10,55	11,72	48,32	56,78	322,5	376,65	
Обед	Свёкла отварная порционно	30	50	0,52	0,87	0,04	0,06	3	5	14,32	23,87	320
	Рассольник со сметаной	180	200	1,81	2,55	5,5	6,67	10,39	15,3	67,12	80,55	33
	Печень по - строгановски	60	80	11,86	14,78	5,84	8,86	6,28	8,18	72,91	97,21	102
	Макаронные изделия отварные с маслом	110	130	3,93	4,54	4,34	6,18	24,42	28,92	152,53	189,94	204/1/
	Хлеб "Алтайский" пшеничный	20	35	1,6	2,8	0,49	0,85	11,44	20,02	51,11	89,44	1
	Хлеб ржано-пшеничный	20	30	1,5	2,24	0,5	0,76	9,8	14,7	48,4	72,7	2
	Компот из сухофруктов	180	200	0,29	0,34			14,06	17,67	61,2	72	241
Итого за обед		600	725	21,51	28,12	16,71	23,38	79,39	109,79	467,59	625,71	
Полдник	Кондитерские изделия	30	50	1,6	3,2	3,4	6,8	12,4	24,8	100,6	167,66	605
	Молоко кипяченное	180	200	4,86	5,4	3,96	4,4	7,92	8,8	86,76	96,4	255
Итого за полдник		210	250	6,46	8,6	7,36	11,2	20,32	33,6	187,36	264,06	
Ужин	Пудинг из творога с рисом	130	150	17,16	23,41	8,3	9,82	8,71	12,22	178,34	231,11	236
	Молочный соус	30	50	0,76	1,27	1,65	2,76	7,47	12,46	47,84	79,76	224
	Хлеб "Алтайский" пшеничный	20	20	1,6	1,6	0,49	0,49	11,44	11,44	51,11	51,11	1
	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,5	1,5	0,5	0,5	9,8	9,8	48,4	48,4	2
	Яйцо отварное	40	40	5,08	5,08	4,6	4,6	0,28	0,28	63	63	213
	Сок	200	200					24	24	92	92	399
Итого за ужин		440	480	25,34	31,59	13,89	15,41	61,7	70,2	480,69	565,38	
Итого за день		1700	1985	60,72	77,03	48,51	61,71	209,73	270,37	1458,14	1831,8	

Возрастная категория: 1,6 - 3 года; 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Б		Ж		У				
		1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	
Неделя первая												
	Каша ячневая молочная с маслом	150	200	4,83	5,58	5,28	6,19	20,81	24,25	150,19	175,12	172
День 2	Хлеб "Алтайский" пшеничный с маслом сливочным и сыром	20/5/5/	25/5/7,5/	2,8	3,77	5,59	6,45	11,51	14,37	108,44	131,83	7
Завтрак	Яблоко	95	100	0,38	0,4	0,8	0,84	9,31	9,8	44,6	47	368
	Какао на молоке	180	200	3,54	4,12	2,81	3,28	13,4	16,3	93,05	111,19	397
Итого за завтрак		455	537,5	11,55	13,87	14,48	16,76	55,03	64,72	396,28	465,14	
	Луковый салат порционно	30	50	0,36	0,6	0,07	0,12	2,43	4,1	12,3	20,5	10
	Морковь отварная порционно	30	50	0,44	0,74	0,36	0,6	2,35	3,91	11,46	19,1	320
Обед	Суп "Паутинка" на курином бульоне	150	200	2,6	2,95	5,33	6,04	5,78	8,28	81,38	99,06	17
	Капуста тушеная с курицей	160	200	17,72	21,19	18,92	23,32	5,83	7,79	201	269	336
	Хлеб "Алтайский" пшеничный	25	40	2	3,2	0,61	0,98	14,3	22,88	63,88	102,22	1
	Хлеб ржано-пшеничный	30	40	2,24	2,97	0,76	1	14,7	19,65	72,71	96,94	2
	Кисель из ягоды протертой	150	200	0,003	0,005			18,24	22,7	72,9	90,7	383
Итого за обед		515	680	24,563	30,315	25,62	31,34	58,85	81,3	503,33	677,02	
Полдник	Венская сдоба	50	70	5,31	6,47	4,82	5,05	29,38	36,6	179,67	247,14	100
	Молоко кипяченое	180	200	4,86	5,4	3,96	4,4	7,92	8,8	86,76	96,4	251
Итого за полдник		230	270	10,17	11,87	8,78	9,45	37,3	45,4	266,43	343,54	
Ужин	Морковь отварная порционно	30	50	0,44	0,74	0,36	0,6	2,35	3,91	11,46	19,1	320
	Суфле рыбное	150	180	26,89	31,22	4,37	4,74	9,09	12,67	182,88	217,86	346
	Хлеб "Алтайский" пшеничный	10	10	0,8	0,8	0,25	0,25	5,72	5,72	25,55	25,55	1
	Хлеб ржано-пшеничный	10	10	0,74	0,74	0,25	0,25	4,9	4,9	24,23	24,23	2
	Чай сладкий	180	200	0,12	0,14	0,03	0,03	8,04	10,05	32,9	41,06	263
Итого за ужин		380	450	2,1	2,42	0,89	1,13	30,1	37,25	277,02	327,8	
Итого за день		1580	1937,5	48,383	58,475	49,77	58,68	181,28	228,67	1443,06	1813,5	

Возрастная категория: 1,6 - 3 года; 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Б		Ж		У				
		1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	
Неделя первая	Каша пшенная молочная с маслом	150	200	5,08	5,9	5,6	6,61	20,99	24,48	154,76	180,96	96
День 3	Хлеб "Алтайский" пшеничный с маслом сливочным и сыром	20/5/5/	25/5/7,5/	2,8	3,77	5,59	6,45	11,51	14,37	108,44	131,83	7
Завтрак	Яблоко	95	100	0,38	0,4	0,8	0,84	9,31	9,8	44,6	47	368
	Кофейный напиток на молоке	180	200	3,81	4,46	2,97	3,48	13,51	16,44	96,02	114,9	395
Итого за завтрак		455	537,5	12,07	14,53	14,96	17,38	55,32	65,09	403,82	474,69	
	Салат из капусты свежей	30	50	0,56	0,84	0,07	0,12	3,46	5,19	34,36	51,54	10
	Свёкла отварная порционно	30	50	0,52	0,87	0,04	0,06	3	5	14,32	23,87	320
Обед	Суп гороховый со сметаной	150	200	3,62	4,9	5,64	6,82	13,63	17,74	78,32	104,42	102
	Картофельное пюре	120	150	2,45	3,06	1,86	2,33	13,66	19,73	89,13	111,41	206
	Тефтеля мясная	60	80	14,28	17,24	13,84	17,8	6,74	9,94	127,11	169,48	286
	Хлеб "Алтайский" пшеничный	25	40	2	3,2	0,61	0,98	14,3	22,88	63,88	102,22	1
	Хлеб ржано-пшеничный	20	30	1,5	2,24	0,5	0,76	9,8	14,7	48,47	72,71	2
	Компот из сухофруктов	180	200	0,29	0,34			14,06	17,67	57,35	72,01	241
Итого за обед		585	750	24,7	31,82	22,52	28,81	75,65	107,85	478,58	656,12	
Полдник	Кондитерские изделия	30	50	1,6	3,2	3,4	6,8	12,4	24,8	100,6	167,66	605
	Молоко кипяченое	180	200	4,86	5,4	3,96	4,4	7,92	8,8	80,5	96,4	255
Итого за полдник		210	250	6,46	8,6	7,36	11,2	20,32	33,6	181,1	264,06	
Ужин	Запеканка творожная	130	160	20,33	29,67	8,34	11,15	10,28	14,15	198,02	236,03	237
	Молочный соус	30	50	0,76	1,27	1,65	2,76	7,47	12,46	47,84	79,76	224
	Хлеб "Алтайский" пшеничный	10	10	0,8	0,8	0,25	0,25	5,72	5,72	25,55	25,55	1
	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,5	1,5	0,5	0,5	9,8	9,8	48,47	48,47	2
	Сок	200	200					24	24	92	92	399
Итого за ужин		390	440	22,63	31,97	9,09	11,9	57,27	66,13	411,88	481,81	
Итого за день		1640	1977,5	65,86	86,92	53,93	69,29	208,56	272,67	1475,38	1876,68	

Возрастная категория: 1,6 - 3 года; 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Б		Ж		У				
		1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	
Неделя первая	Каша пшеничная молочная с маслом	150	200	5,08	5,9	5,28	6,19	21,22	24,77	152,84	178,5	172
День 4	Хлеб "Алтайский" пшеничный с маслом сливочным и сыром	20/5/5/	25/5/7,5/	2,8	3,77	5,59	6,45	11,51	14,37	108,44	131,83	7
Завтрак	Яблоко	95	100	0,38	0,4	0,8	0,84	9,31	9,8	44,6	47	368
	Какао на молоке	180	200	3,54	4,12	2,81	3,28	13,4	16,3	93,05	111,19	397
Итого за завтрак		455	537,5	11,8	14,19	14,48	16,76	55,44	65,24	398,93	468,52	
	Морковь отварная порционно	30	50	0,44	0,74	0,36	0,6	2,35	3,91	11,46	19,1	320
Обед	Суп вермишелевый с мясом кур	150	200	4,49	5,29	7,65	9,59	7,33	10,47	106,25	143,47	3
	Жаркое по домашнему с мясом	160	200	17,27	20,98	16,07	19,34	18,27	24,94	247,54	309,42	276
	Хлеб "Алтайский" пшеничный	20	25	2	2,8	0,61	0,85	14,3	20,02	51,1	63,88	1
	Хлеб ржано-пшеничный	20	25	2,24	2,97	0,76	1	14,7	19,65	48,47	60,59	2
	Компот из сухофруктов	180	200	0,29	0,34			14,06	17,67	57,35	72,01	241
Итого за обед		560	700	26,73	33,12	25,45	31,38	71,01	96,66	522,17	668,47	
Полдник	Булочка гусиные лапки	50	60	5,31	6,47	3,69	3,92	29,4	36,62	160,53	192,63	103
	Молоко кипяченное	180	200	4,86	5,4	3,96	4,4	7,92	8,8	86,76	96,4	255
Итого за полдник		230	260	10,17	11,87	7,65	8,32	37,32	45,42	247,29	289,03	
Ужин	Яйцо отварное	40	40	5,08	5,08	4,6	4,6	0,28	0,28	63	63	213
	Тефтеля рыбная	60	80	13,44	15,43	3,29	3,45	6,18	8,16	102,34	126,5	146
	Овощи тушеные	120	150	2,78	2,91	4,65	5,58	11,51	14,37	97,43	119,89	56
	Хлеб "Алтайский" пшеничный	15	20	0,8	1,2	0,25	0,37	5,72	8,58	38,33	51,1	1
	Хлеб ржано-пшеничный	20	25	0,74	0,74	0,25	0,25	4,9	4,9	48,47	60,59	2
	Чай сладкий	180	200	0,12	0,14	0,03	0,03	8,04	10,05	32,9	41,06	263
Итого за ужин		435	515	6,74	7,16	5,13	5,25	25,12	31,97	285,04	462,14	
Итого за день		1680	2012,5	55,44	66,34	52,71	61,71	188,89	239,29	1453,43	1888,16	

Возрастная категория: 1,6 - 3 года; 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Б		Ж		У				
		1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	
Неделя первая	Каша манная молочная с маслом	150	200	4,4	5,17	5,2	6,1	18,45	22,12	138,18	163,99	172
День 5	Хлеб "Алтайский" пшеничный с маслом сливочным и сыром	20/5/5/	25/5/7,5/	2,8	3,77	5,59	6,45	11,51	14,37	108,44	131,83	7
Завтрак	Яблоко	95	100	0,38	0,4	0,8	0,84	9,31	9,8	44,6	47	368
	Кофейный напиток на молоке	180	200	3,81	4,46	2,97	3,48	13,51	16,44	96,02	114,9	395
Итого за завтрак		455	537,5	11,39	13,8	14,56	16,87	52,78	62,73	387,24	457,72	
	Луковый салат порционно	30	50	0,36	0,6	0,07	0,12	2,43	4,1	12,3	20,5	10
Обед	Свекольник со сметаной	150	200	2,08	2,44	4,57	5,66	12,1	14,59	69,47	92,6	34
	Плов с мясом	160	200	18,04	20,99	17,56	20,77	31,76	42,73	280,8	351	161
	Хлеб "Алтайский" пшеничный	25	30	2	3,2	0,61	0,98	14,3	22,88	63,88	76,66	1
	Хлеб ржано-пшеничный	25	30	2,24	2,97	0,76	1	14,7	19,65	60,59	72,71	2
	Компот из сухофруктов	180	200	0,29	0,34			14,06	17,67	57,35	72,01	241
Итого за обед		570	710	25,01	30,54	23,57	28,53	89,35	121,62	544,39	685,48	
Полдник	Пирожок с капустой	50	70	3,4	4,8	4,95	6,93	14,74	20,6	124,6	174,4	477
	Молоко кипяченое	180	200	4,86	5,4	3,96	4,4	7,92	8,8	86,76	96,4	255
Итого за полдник		230	270	8,26	10,2	8,91	11,33	22,66	29,4	211,36	270,8	
Ужин	Яйцо отварное	40	40	5,08	5,08	4,6	4,6	0,28	0,28	63	63	213
	Картофель, тушеный с овощами	150	200	3,1	3,96	5,98	6,15	21,79	28,28	106,5	158	52
	Хлеб "Алтайский" пшеничный	15	20	1,2	1,2	0,37	0,37	8,58	8,58	38,33	48,47	1
	Хлеб ржано-пшеничный	15	20	0,74	0,74	0,25	0,25	4,9	4,9	36,35	48,47	2
	Чай сладкий	180	200	0,12	0,14	0,03	0,03	8,04	10,05	32,9	41,06	263
Итого за ужин		400	480	7,14	7,16	5,25	5,25	43,59	52,09	277,08	359	
Итого за день		1655	1997,5	51,8	61,7	52,29	61,98	208,38	265,84	1420,07	1773	

Возрастная категория: 1,6 - 3 года; 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
		1,6-3 года	3-7 лет	Б		Ж		У		1,6-3 года	3-7 лет	
Неделя вторая	Каша кукурузная молочная с маслом	150	200	4,31	4,98	5,25	6,16	18,79	23,48	139,59	169,18	91
День 6	Хлеб "Алтайский" пшеничный с маслом сливочным	20/5/	25/5/	1,65	2,05	4,12	4,24	11,51	14,37	90,24	104,53	6
Завтрак	Яблоко	95	100	0,38	0,4	0,8	0,84	9,31	9,8	44,6	47	368
	Чай сладкий	180	200	0,12	0,14	0,03	0,03	8,04	10,05	32,9	41,06	263
Итого за завтрак		450	530	6,46	7,57	10,2	11,27	47,65	57,7	307,33	361,77	
Обед	Луковый салат порционно	30	50	0,36	0,6	0,07	0,12	2,43	4,1	12,3	20,5	10
	Морковь отварная порционно	30	50	0,44	0,74	0,36	0,6	2,35	3,91	11,46	19,1	320
	Борщ с капустой свежей со сметаной	150	200	1,65	2,14	5,69	7,33	6,96	9,21	46,2	55,44	27
	Биточек мясной	60	80	13,46	16,22	15,21	17,66	4,05	5,61	133,9	178,6	171
	Горошница с маслом	110	130	6,42	8,33	2,51	3,32	14,94	19,45	80,3	94,9	434
	Хлеб "Алтайский" пшеничный	25	40	2	3,2	0,61	0,98	14,3	22,88	63,88	102,22	1
	Хлеб ржано-пшеничный	30	40	2,24	2,97	0,76	1	14,7	19,65	72,71	96,94	2
	Компот из сухофруктов	180	200	0,29	0,34			14,06	17,67	57,35	72,01	241
Итого за обед		585	740	26,42	33,8	24,85	30,41	71,44	98,57	465,8	620,61	
Полдник	Кондитерские изделия	30	50	1,6	3,2	3,4	6,8	12,4	24,8	100,6	167,66	605
	Молоко кипяченое	180	200	4,86	5,4	3,96	4,4	7,92	8,8	86,76	96,4	255
Итого за полдник		210	250	6,46	8,6	7,36	11,2	20,32	33,6	187,36	264,06	
Ужин	Сырник творожный	150	180	29,36	34,71	9,33	10,57	17,84	22,67	256,3	325,1	130
	Повидло	30	30					12	12	48	48	10
	Хлеб "Алтайский" пшеничный	10	10	0,8	0,8	0,25	0,25	5,72	5,72	25,55	25,55	1
	Хлеб ржано-пшеничный	10	10	0,74	0,74	0,25	0,25	4,9	4,9	24,23	24,23	2
	Яйцо отварное	40	40	5,08	5,08	4,6	4,6	0,28	0,28	63	63	213
	Сок	200	200					24	24	92	92	399
Итого за ужин		440	470	35,98	41,33	14,43	15,67	64,74	69,57	509,08	577,88	
Итого за день		1685	1990	75,32	91,3	56,84	68,55	204,15	259,44	1469,57	1824,32	

Возрастная категория: 1,6 - 3 года; 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептур ы
				Б		Ж		У				
		1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	
Неделя вторая	Каша молочная "Рябчик" с маслом	150	200	4,75	5,62	5,45	6,45	18,99	24,04	144,02	176,61	84
День 7	Хлеб "Алтайский" пшеничный с маслом сливочным и сыром	20/5/5/	25/5/7,5/	2,8	3,77	5,59	6,45	11,51	14,37	108,44	131,83	7
Завтрак	Яблоко	95	100	0,38	0,4	0,8	0,84	9,31	9,8	44,6	47	368
	Кофейный напиток на молоке	180	200	3,81	4,46	2,97	3,48	13,51	16,44	96,02	114,9	395
Итого за завтрак		455	530	11,74	14,25	14,81	17,22	53,32	64,65	393,08	470,34	
Обед	Морковь отварная порционно	30	50	0,44	0,74	0,36	0,6	2,35	3,91	11,46	19,1	320
	Суп с клецками на курином бульоне	150	200	5,22	6,67	4,03	4,88	12,11	15,22	70,88	85,05	67
	Котлета куриная	60	80	12,19	15,87	15,58	18,95	2,51	3,86	80,1	106,8	176
	Капуста тушеная	110	130	2,13	2,5	2,73	3,19	5,8	6,83	55,87	71,24	336
	Хлеб "Алтайский" пшеничный	25	35	2	2,8	0,61	0,85	14,3	20,02	63,88	89,44	1
	Хлеб ржано-пшеничный	30	40	2,24	2,97	0,76	1	14,7	19,65	72,71	96,94	2
	Кисель из ягоды протертой	150	200	0,003	0,005			18,24	22,7	72,9	90,7	383
Итого за обед		555	735	24,223	31,555	24,07	29,47	70,01	92,19	427,8	559,27	
Полдник	Булочка домашняя	50	70	5,31	6,47	20,96	21,5	29,39	36,62	178,3	217,65	274
	Молоко кипяченое	180	200	4,86	5,4	3,96	4,4	7,92	8,8	86,76	96,4	255
Итого за полдник		230	270	10,17	11,87	24,92	25,9	37,31	45,42	265,06	314,05	
Ужин	Картофельная запеканка с печенью	165	200	13,38	16,19	5,25	6,88	20,14	23,73	192,99	260	291
	Хлеб "Алтайский" пшеничный	15	15	1,2	1,2	0,37	0,37	8,58	8,58	38,33	38,33	1
	Хлеб ржано-пшеничный	10	10	0,74	0,74	0,25	0,25	4,9	4,9	24,23	24,23	2
	Яйцо отварное	40	40	5,08	5,08	4,6	4,6	0,28	0,28	63	63	213
	Чай сладкий	180	200	0,12	0,14	0,03	0,03	8,04	10,05	32,9	41,06	263
Итого за ужин		410	465	20,4	23,21	10,47	12,1	41,94	47,54	351,45	426,62	
Итого за день		1650	2000	66,533	80,885	74,27	84,69	202,58	249,8	1437,39	1770,28	

Возрастная категория: 1,6 - 3 года; 3-7 лет

Возрастная категория: 1,6 - 3 года; 3-7 лет												
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептур ы
				Б		Ж		У				
				1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	
Неделя вторая	Каша молочная овсянная "Геркулес" с маслом	150	200	4,88	5,74	5,91	7,04	17,53	21,8	142,76	196	93
День 8	Хлеб "Алтайский" пшеничный с маслом сливочным и сыром	20/5/5/	25/5/7,5/	2,8	3,77	5,59	6,45	11,51	14,37	108,44	131,83	7
Завтрак	Яблоко	95	100	0,38	0,4	0,8	0,84	9,31	9,8	44,6	47	368
	Какао на молоке	180	200	3,54	4,12	2,81	3,28	13,4	16,3	93,05	111,19	397
Итого за завтрак		450	530	11,6	14,03	15,11	17,61	51,75	62,27	388,85	486,02	
Обед	Свёкла отварная порционно	30	50	0,52	0,87	0,04	0,06	3	5	14,32	23,87	320
	Суп овощной с мясом кур	150	200	4,43	6,09	6,31	8,32	6,3	8,15	100,47	127,34	99
	Гуляш мясной	60	80	14,86	16,78	12,88	14,62	4,37	5,49	185,31	212,31	277
	Гарнир гречневый	110	130	3,92	5,11	2,88	3,17	17,19	22,39	110,32	138,46	186
	Хлеб "Алтайский" пшеничный	20	30	2	2,8	0,61	0,85	14,3	20,02	51,1	76,66	1
	Хлеб ржано-пшеничный	20	30	2,24	2,97	0,76	1	14,7	19,65	48,47	72,7	2
Итого за обед		180	200	0,29	0,34			14,06	17,67	57,35	72,01	241
Полдник	Плюшка сахарная	50	60	2,11	2,31	2,4	2,64	16,66	18,33	97	106,7	474
	Сок	200	200					24	24	92	92	399
Итого за полдник		250	260	2,11	2,31	2,4	2,64	40,66	42,33	189	198,7	
Ужин	Рагу овощное	180	210	2,6	3	5,21	6,47	17,72	20,38	129,27	153	77
	Хлеб "Алтайский" пшеничный	20	20	1,2	1,2	0,37	0,37	8,58	8,58	51,1	51,1	1
	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	0,74	0,74	0,25	0,25	4,9	4,9	48,47	48,47	2
	Яйцо отварное	40	40	5,08	5,08	4,6	4,6	0,28	0,28	63	63	213
	Чай сладкий	180	200	0,12	0,14	0,03	0,03	8,04	10,05	32,9	41,06	263
Итого за ужин		440	490	9,62	10,02	10,43	11,69	39,52	44,19	324,74	356,63	
Итого за день		1710	2000	51,59	61,32	51,42	59,96	205,85	247,16	1469,93	1764,7	

Возрастная категория: 1,6 - 3 года; 3-7 лет

Возрастная категория: 1,6 - 3 года, 3-7 лет												
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептур ы
				Б		Ж		У				
		1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	
Неделя вторая	Каша рисовая молочная с маслом	150	200	4,88	5,74	5,91	7,04	17,53	21,8	142,76	173,4	93
День 9	Хлеб "Алтайский" пшеничный с маслом сливочным и сыром	20/5/5/	25/5/7,5/	2,8	3,77	5,59	6,45	11,51	14,37	108,44	131,83	7
Завтрак	Яблоко	95	100	0,38	0,4	0,8	0,84	9,31	9,8	44,6	47	368
	Кофейный напиток на молоке	180	200	3,81	4,46	2,97	3,48	13,51	16,44	96,02	114,9	395
Итого за завтрак		450	530	11,87	14,37	15,27	17,81	51,86	62,41	391,82	467,13	
Обед	Морковь отварная порционно	30	50	0,44	0,74	0,36	0,6	2,35	3,91	11,46	19,1	320
	Суп "Московский" со сметаной	150	200	1,9	3,42	5,9	7,58	10,25	12,82	67,04	80,45	101
	Запеканка из печени	60	80	12,61	15,82	4,2	5,14	7,5	9,91	117,8	149,07	294
	Картофельное пюре	120	150	2,45	3,06	1,86	2,33	13,66	19,73	89,13	111,41	206
	Хлеб "Алтайский" пшеничный	20	30	1,6	2,4	0,49	0,74	11,44	17,16	51,11	76,7	1
	Хлеб ржано-пшеничный	30	40	2,24	2,97	0,76	1	14,7	19,65	72,71	96,94	2
	Кисель из ягоды протертой	150	200	0,003	0,005			18,24	22,7	72,9	90,7	383
Итого за обед		560	750	21,243	28,415	13,57	17,39	78,14	105,88	482,15	624,37	
Полдник	Булочка "Витая"	50	60	5,31	6,47	3,69	3,92	29,4	36,62	180	217,65	103
	Молоко кипяченое	180	200	4,86	5,4	3,96	4,4	7,92	8,8	86,76	96,4	255
Итого за полдник		230	260	10,17	11,87	7,65	8,32	37,32	45,42	266,76	314,05	
Ужин	Котлета рыбная	60	80	13,03	14,86	3,8	4,55	3,84	4,22	105,56	122,89	134
	Свёкла тушеная	120	150	1,76	2,04	2,77	2,79	10,08	11,68	72,25	79,95	339
	Хлеб "Алтайский" пшеничный	10	15	0,8	1,2	0,25	0,37	5,72	8,58	25,55	38,33	1
	Хлеб ржано-пшеничный	10	10	0,74	0,74	0,25	0,25	4,9	4,9	24,23	24,23	2
	Яйцо отварное	40	40	5,08	5,08	4,6	4,6	0,28	0,28	63	63	213
	Чай сладкий	180	200	0,12	0,14	0,03	0,03	8,04	10,05	32,9	41,06	263
Итого за ужин		420	495	21,41	23,92	11,67	12,56	32,86	39,71	323,49	369,46	
Итого за день		1660	2035	64,693	78,575	48,16	56,08	200,18	253,42	1464,22	1775,01	

Возрастная категория: 1,6 - 3 года; 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Б		Ж		У				
		1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	1,6-3 года	3-7 лет	
Неделя первая	Каша молочная "Дружба" с маслом	150	200	4,66	5,36	5,4	6,35	20,67	25,36	149,98	179,95	84
День 10	Хлеб "Алтайский" пшеничный с маслом сливочным и сыром	20/5/5/	25/5/7,5/	2,8	3,77	5,59	6,45	11,51	14,37	108,44	131,83	7
Завтрак	Яблоко	95	100	0,38	0,4	0,8	0,84	9,31	9,8	44,6	47	368
	Какао на молоке	180	200	3,54	4,12	2,81	3,28	13,4	16,3	93,05	111,19	397
Итого за завтрак		455	537,5	11,38	13,65	14,6	16,92	54,89	65,83	396,07	469,97	
	Луковый салат порционно	30	50	0,36	0,6	0,07	0,12	2,43	4,1	12,3	20,5	10
	Свёкла отварная порционно	30	50	0,52	0,87	0,04	0,06	3	5	14,32	23,87	320
Обед	Щи из свежей капусты со сметаной	150	200	1,5	2,85	4,82	6,46	6,02	7,58	73,17	95,41	67
	Картофельная запеканка с мясом	180	230	17,56	20,09	15,48	19,3	23,71	28,48	217,5	237	157
	Хлеб "Алтайский" пшеничный	25	40	2	3,2	0,61	0,98	14,3	22,88	63,88	102,22	1
	Хлеб ржано-пшеничный	30	40	2,24	2,97	0,76	1	14,7	19,65	72,71	96,94	2
	Компот из сухофруктов	180	200	0,29	0,34			14,06	17,67	57,35	72,01	241
Итого за обед		595	760	23,95	30,05	21,74	27,86	75,22	100,36	496,91	627,45	
Полдник	Кондитерские изделия	30	50	1,6	3,2	3,4	6,8	12,4	24,8	106,56	177,6	604
	Молоко кипяченое	180	200	4,86	5,4	3,96	4,4	7,92	8,8	86,76	96,4	255
Итого за полдник		210	250	6,46	8,6	7,36	11,2	20,32	33,6	193,32	274	
Ужин	Морковь отварная порционно	30	50	0,44	0,74	0,36	0,6	2,35	3,91	11,46	19,1	320
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	180	4,26	7,15	6,28	7,47	26,38	44,36	178,89	273,74	204
	Хлеб "Алтайский" пшеничный	15	15	1,2	1,2	0,37	0,37	8,58	8,58	38,33	38,33	1
	Хлеб ржано-пшеничный	10	10	0,74	0,74	0,25	0,25	4,9	4,9	24,23	24,23	2
	Сок	200	200					24	24	92	92	399
Итого за ужин		405	455	2,38	2,68	0,98	1,22	66,21	85,75	344,91	447,4	
Итого за день		1665	2002,5	44,17	54,98	44,68	57,2	216,64	285,54	1431,21	1818,82	
Среднее значение за 10 дней		1626,1	1967,5	58,248	71,57	54,93	64,16	204,94	257,84	1448,92	1813,63	