

УТВЕРЖДЕНО:

ЗАВЕДУЮЩИЙ ГКДОУ «НОВОАЗОВСКИЙ

ДЕТСКИЙ САД № 1 «ТЕРЕМОК»

НОВОАЗОВСКОГО М.О.» ДНР

ЯЦЕЙКО С.В.



ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ГКДОУ
«НОВОАЗОВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД № 1 «ТЕРЕМОК» НОВОАЗОВСКОГО М.О.» ДНР НА ОСЕННЕ-
ЗИМНИЙ ПЕРИОД (ТРЕХРАЗОВОЕ ПИТАНИЕ)

Номер рецептуры	Наименование блюда согласно рецептуре	Выход блюда для разных возрастных категорий детей		Химический состав блюда					Энергетическая ценность, ккал	Распределение еды по калорийности в течение дня (%)			
		Если	Старшая группа	белки	жиры	углеводы							
							2	3			4	5	6
A	1												
ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ													
ПОНЕДЕЛЬНИК													
Завтрак													
стр.505	Макароны отварные	120	150	4,23	5,27	4,07	4,18	27,97	34,95	167,87	201,57	X	X
стр.501	Икра кабачковая	40	50	0,78	0,98	3,22	4,27	4,86	5,8	49,27	62,66	X	X
стр.428	Яйцо вареное	20	40	2,54	5,08	2,3	4,6	0,14	0,28	31,4	62,8	X	X
	Хлеб пшеничный	25	35	1,75	2,45	0	0	12,25	17,15	62,25	87,15	X	X
	Масло сливочное	3	5	0,002	0,003	2,5	4,1	0,027	0,05	22,44	37,44	X	X
	Сыр твердый	3	5	0,72	1,2	0,93	1,55	0	0	11,4	19	X	X
стр.513	Чай с лимоном	150/5	180/6	0/0,05	0/0,05	0/0,01	0/0,01	14,97/0,15	17,96/0,18	56,85/1,70	68,22/2,04	X	X
	Яблоко	70	100	0,28	0,4	0,28	0,4	7,28	10,4	31,5	45	X	X
Итог	X	X	X	10,302	15,383	13,3	19,1	52,527	68,63	376,13	515,62	X	X
Обед													
стр.472	Суп с клецками	160	250	1,26/0,69	2,00/0,99	2,23/0,03	3,50/0,40	9,48/3,18	14,50/4,78	63,61/17,41	98,47/25,59	X	X
стр.394	Курица отварная	55	90	8,5	14,08	10,29	16,81	2,15	3,1	134,47	218,76	X	X
стр.507	Каша пшеничная	100	160	3,66	5,57	1,85	4,23	22,66	34,35	123,78	200,57	X	X
стр.359	Овощи консервированные	30	40	0,25	0,5	0,05	0,1	0,75	1,5	4,25	8,5	X	X
стр.516	Компот из сухофруктов	150	180	0,42	0,49	0	0	26,07	29,67	97,85	113,22	X	X
	Хлеб пшеничный	50	85	3,5	5,6	0	0	24,5	39,3	124,5	199,2	X	X
Итог	X	X	X	16,33	26,24	12,19	21,14	76,13	107,92	484,85	740,25	X	X
Ужин													
стр.135	Каша сборная молочная	200	250	4,3	5,3	9,58	11,97	25,5	31,9	211	263,8	X	X
стр.513	Кофейный напиток на молоке	160	180	3,92	4,48	3,5	4	18,56	22,49	118,28	140,5	X	X
Итог	X	X	X	8,22	9,78	13,08	15,97	44,06	54,39	329,28	404,3	X	X
Всего	X	X	X	34,852	51,403	38,57	56,21	172,72	230,94	1190,26	1660,17	X	X
ВТОРНИК													
Завтрак													
стр. 503	Каша молочная овсяная	180	200	6,16	7,65	6,37	9,37	19,41	23,89	157,04	210,56	X	X

	Хлеб пшеничный	25	35	1,75	2,45	0	0	12,25	17,15	62,25	87,15	X	X
	Масло сливочное	3	5	0,002	0,003	2,5	4,1	0,027	0,05	22,44	37,44	X	X
	Сыр твердый	3	5	0,72	1,2	0,93	1,55	0	0	11,4	19	X	X
стр.514	Какао на молоке	160	180	5,45	6,01	4,7	5,2	17,84	19,78	132,51	146,7	X	X
	Яблоко	70	100	0,28	0,4	0,28	0,4	7,28	10,4	31,5	45	X	X
Итого	X	X	X	14,362	17,713	14,78	20,62	56,807	71,27	417,14	545,85	X	X

Обед

стр.379	Суп "Степной" на м/б	200	250	1,49	2,47	2,26	3,7	10,66	17,31	69,41	113,2	X	X
стр.409	Котлета рыбная	70	130	9,03	17,88	5,26	7,91	9,63	12,62	121,33	192,54	X	X
стр.499	Картофельное пюре	110	150	2,58	3,53	2,46	5,01	16,07	21,91	99,55	150,47	X	X
	Овощи консервированные	30	40	0,35	0,7	0,05	0,1	1,15	2,3	6,4	12,8	X	X
стр.516	Компот из сухофруктов	150	180	0,42	0,49	0	0	26,07	29,67	97,85	113,22	X	X
	Хлеб пшеничный	30	65	3,5	5,6	0	0	24,5	39,3	124,5	199,2	X	X
Итого	X	X	X	17,37	30,67	10,03	16,72	88,08	123,11	519,04	781,43	X	X

Ужин

стр.508	Омлет	30	60	2,93	5,85	3,56	7,13	1,34	2,68	48,9	97,8	X	X
	Горошек консервированный	40	50	0,44	0,8	0,04	0,05	3,92	4,9	22	27,5	X	X
стр.512	Чай	150	200	0	0	0	0	9,98	12,97	37,9	49,27	X	X
	Хлеб пшеничный	20	25	3,5	5,6	0	0	24,5	39,3	124,5	199,2	X	X
Итого	X	X	X	6,87	12,25	3,6	7,18	39,74	59,85	233,3	373,77	X	X
Всего	X	X	X	38,602	60,633	28,41	44,52	184,63	254,23	1169,48	1701,05	X	X

СРЕДА

Завтрак

стр. 428	Каша пшенная молочная	180	220	6,24	7,71	5,95	7,77	21,61	26,52	163,78	205,43	X	X
	Хлеб пшеничный	25	35	1,75	2,45	0	0	12,25	17,15	62,25	87,15	X	X
	Масло сливочное	3	5	0,002	0,003	2,5	4,1	0,027	0,05	22,44	37,44	X	X
	Сыр твердый	3	5	0,72	1,2	0,93	1,55	0	0	11,4	19	X	X
стр.513	Кофейный напиток на молоке	160	180	3,92	4,48	3,5	4	18,56	22,49	118,28	140,5	X	X
	Яблоко	70	100	0,28	0,4	0,28	0,4	7,28	10,4	31,5	45	X	X
Итого	X	X	X	12,912	16,243	13,16	17,82	59,727	76,61	409,65	534,52	X	X

Обед

стр.474	Суп картофельный с макаронными изделиями	160	250	1,3	2,46	1,91	3,08	9,44	18,14	60,59	111,71	X	X
стр 478	Котлета куриная	60	100	14,1	23,91	16,04	28,31	9,02	13,876	237,18	406,56	X	X

Итого	X	X	X	11,27	13,71	9,91	13,06	52,3	63,05	327,86	407	X	X
Всего	X	X	X	43,032	58,253	42,75	61,7	191,98	248,94	1312,77	1775,34	X	X

ПЯТНИЦА

Завтрак													
стр. 429	Каша молочная рисовая	180	220	4,76	5,99	4,97	6,6	20,46	25,22	144,79	183,26	X	X
	Хлеб пшеничный	25	35	1,75	2,45	0	0	12,25	17,15	62,25	87,15	X	X
	Масло сливочное	3	5	0,002	0,003	2,5	4,1	0,027	0,05	22,44	37,44	X	X
	Сыр твердый	3	5	0,72	1,2	0,93	1,55	0	0	11,4	19	X	X
стр. 513	Кофейный напиток на молоке	160	180	3,92	4,48	3,5	4	18,56	22,49	118,28	140,05	X	X
	Яблоко	70	100	0,28	0,4	0,28	0,4	7,28	10,4	31,5	45	X	X
Итого	X	X	X	11,432	14,523	12,18	16,65	58,577	75,31	390,66	511,9	X	X

Обед

стр. 376	Суп гречневый на м/б	180	200	2,51	2,95	3,13	4,58	15,69	18,61	102,06	128,57	X	X
стр. 396	Жаркое по домашнему	110	170	10,03	16,52	12,04	19,47	14,4	22,69	207,7	334,6	X	X
	Хлеб пшеничный	50	85	3,5	5,6	0	0	24,5	39,3	124,5	199,2	X	X
	Овощи консервированные	30	40	0,35	0,7	0,05	0,1	1,15	2,3	6,4	12,8	X	X
	Сок фруктовый	150	180	0,88	1,1	0,08	0,1	10,8	12,6	44,8	56	X	X
	Кондитерские изделия	10	30	0,6	2	1,44	4,32	7,2	21,54	43,6	130,8	X	X
Итого	X	X	X	17,87	28,87	16,74	28,57	73,74	117,04	529,06	861,97	X	X

Ужин

стр. 381	Ленивые вареники	110	135	18,21	22,52	9,26	11,3	16,45	20,05	220,01	266,02	X	X
стр. 403	Сметанный соус	10	15	0,43	0,7	2,99	5,18	1,06	1,96	32,12	56,89	X	X
стр. 512	Чай	150	200	0	0	0	0	9,98	12,97	37,9	49,27	X	X
Итого	X	X	X	18,64	23,22	12,25	16,48	27,49	34,98	290,03	372,18	X	X
Всего	X	X	X	47,942	66,613	41,17	61,7	159,81	227,33	1209,75	1746,05	X	X
Всего за 1-ю неделю	X	X	X	224,09	320,19	208	305,77	898,17	1216,6	6384,42	8973,89	X	X

Номер рецептуры	Наименование блюда согласно рецептуре	Выход блюда для разных возрастных категорий детей		Химический состав блюд					Энергетическая ценность, ккал	Распределение еды по калорийности в течение дня (%)			
				белки		жиры	углеводы						
		Ясли	Старшая группа	4	5		6	7	8				
A	1	2	3	4	5	6	7	8					
ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ													
ПОНЕДЕЛЬНИК													
Завтрак													
стр.507	Каша пшеничная	100	160	3,66	5,57	1,85	4,23	22,66	34,35	123,78	200,57	X	X
стр.428	Яйцо вареное	20	40	2,54	5,08	2,3	4,6	0,14	0,28	31,4	62,8	X	X
стр.501	Икра кабачковая	40	50	0,78	0,98	3,22	4,27	4,86	5,8	49,27	62,66	X	X
	Хлеб пшеничный	25	35	1,75	2,45	0	0	12,25	17,15	62,25	87,15	X	X
	Масло сливочное	3	5	0,002	0,003	2,5	4,1	0,027	0,05	22,44	37,44	X	X
	Сыр твердый	3	5	0,72	1,2	0,93	1,55	0	0	11,4	19	X	X
стр.512	Чай	150	200	0	0	0	0	9,98	12,97	37,9	49,27	X	X
	Яблоко	70	100	0,28	0,4	0,28	0,4	7,28	10,4	31,5	45	X	X
Итого	X	X	X	9,732	15,683	11,08	19,15	57,197	81	369,94	563,89	X	X
Обед													
стр.473	Суп картофельный	160	250	1,31	2,03	1,97	3,09	9,97	15,73	64,19	101,03	X	X
стр.485	Плов с мясом	120	160	10,36	19,44	11,81	22,66	12,59	21,55	256,71	383,39	X	X
	Овощи консервированные	30	40	0,35	0,7	0,05	0,1	1,15	2,3	6,4	12,8	X	X
стр.516	Компот из сухофруктов	150	180	0,42	0,49	0	0	26,07	29,67	97,85	113,22	X	X
	Хлеб пшеничный	50	85	3,5	5,6	0	0	24,5	39,3	124,5	199,2	X	X
Итого	X	X	X	15,94	28,26	13,83	25,85	74,28	108,55	549,65	809,64	X	X
Ужин													
стр.381	Суп молочный с макаронами	150	200	4,64	6,19	4,58	6,36	14,14	18,82	119,86	160,75	X	X
стр.509	Булочка сдобная	55	75	4,39	5,46	4,52	5,63	25,21	34,86	152,05	204,6	X	X
стр.514	Какао на молоке	160	180	5,45	6,01	4,7	5,2	17,84	19,78	132,51	146,7	X	X
Итого	X	X	X	14,48	17,66	13,8	17,19	57,19	73,46	404,42	512,05	X	X
Всего	X	X	X	40,152	61,603	38,71	62,19	188,67	263,01	1324,01	1885,58	X	X
ВТОРНИК													
Завтрак													
стр. 503	Каша манная молочная	180	220	5,64	7,32	5,56	8,79	19	25,3	147,6	208,5	X	X
	Хлеб пшеничный	25	35	1,75	2,45	0	0	12,25	17,15	62,25	87,15	X	X
	Масло сливочное	3	5	0,002	0,003	2,5	4,1	0,027	0,05	22,44	37,44	X	X
	Сливочный	3	5	0,72	1,2	0,93	1,55	0	0	11,4	19	X	X

стр.513	Кофейный напиток на молоке	160	180	3,92	4,48	3,5	4	18,56	22,49	118,28	140,5	X	X
	Яблоко	70	100	0,28	0,4	0,28	0,4	7,28	10,4	31,5	45	X	X
Итого	X	X	X	12,312	15,853	12,77	18,84	57,117	75,39	393,47	537,59	X	X

Обед

стр. 476	Суп гороховый с гренками на м/б	160/10	250/15	3,6/1,52	5,66/3,04	2,16/0,18	4,10/0,36	14,71/9,38	22,51/18,76	91,05/46,20	146,9/92,4	X	X
стр.409	Котлета рыбная	70	130	9,03	17,88	5,26	7,91	9,63	12,62	121,33	192,54	X	X
стр.506	Каша рисовая вязкая	100	160	3,66	5,57	1,85	4,23	22,66	34,35	123,78	200,57	X	X
стр.359	Овощи консервированные	30	40	0,25	0,5	0,05	0,1	0,75	1,5	4,25	8,5	X	X
стр.439	Сок фруктовый	150	180	0,88	1,1	0,08	0,1	10,8	12,6	44,8	56	X	X
	Хлеб пшеничный	50	85	3,5	5,6	0	0	24,5	39,3	124,5	199,2	X	X
Итого	X	X	X	17,32	30,65	7,24	12,34	68,34	100,37	418,66	656,81	X	X

Ужин

стр.435	Творожная запеканка	110	140	16,73	22,1	10,44	13,85	20,4	25,64	239,82	312,26	X	X
стр.403	Сметанный соус	10	15	0,43	0,7	2,99	5,18	1,06	1,96	32,12	56,89	X	X
стр.513	Чай с лимоном	150/5	180/6	0/0,05	0/0,05	0/0,01	0/0,01	14,97/0,15	17,96/0,18	56,85/1,70	68,22/2,04	X	X
Итого	X	X	X	17,16	22,8	13,43	19,03	21,46	27,6	271,94	369,15	X	X
Всего	X	X	X	46,792	69,303	33,44	50,21	146,92	203,36	1084,07	1563,55	X	X

СРЕДА

Завтрак

стр. 503	Каша молочная овсянная	180	200	6,16	7,65	6,37	9,37	19,41	23,89	157,04	210,56	X	X
	Хлеб пшеничный	25	35	1,75	2,45	0	0	12,25	17,15	62,25	87,15	X	X
	Масло сливочное	3	5	0,002	0,003	2,5	4,1	0,027	0,05	22,44	37,44	X	X
	Сыр твердый	3	5	0,72	1,2	0,93	1,55	0	0	11,4	19	X	X
стр.514	Какао на молоке	160	180	5,45	6,01	4,7	5,2	17,84	19,78	132,51	146,7	X	X
	Яблоко	70	100	0,28	0,4	0,28	0,4	7,28	10,4	31,5	45	X	X
Итого	X	X	X	14,362	17,713	14,78	20,62	56,807	71,27	417,14	545,85	X	X

Обед

стр.471	Суп рисовый на м/б	200	250	1,51	2,42	2,86	2,6	10,96	23,73	76,71	102,63	X	X
стр.481	Оладьи печеночные	35	70	7,26	14,59	4,27	7,07	4	7	83,33	149,92	X	X
стр.506	Каша гречневая	100	120	3,22	4,48	4,46	4,79	15,85	22,17	116,82	150,32	X	X
	Овощи консервированные	30	40	0,35	0,7	0,05	0,1	1,15	2,3	6,4	12,8	X	X

стр.516	Компот из сухофруктов	150	180	0,42	0,49	0	0	26,07	29,67	97,85	113,22	X	X
	Хлеб пшеничный	50	85	3,5	5,6	0	0	24,5	39,3	124,5	199,2	X	X
Итого	X	X	X	16,26	28,28	11,64	14,56	82,53	124,17	505,61	728,09	X	X
Ужин													
стр.412	Макароны отварные	120	150	4,23	5,27	4,07	4,18	27,97	34,95	167,87	201,57	X	X
стр.508	Оладьи со сгущенкой	70/10	100/20	4,82/0,38	6,89/0,76	5,38/0,49	7,96/0,98	31,34/7,64	45,07/15,28	186,02/35,80	269,46/71,60	X	X
стр.512	Чай	150	200	0	0	0	0	9,98	12,97	37,9	49,27	X	X
Итого	X	X	X	4,23	5,27	4,07	4,18	37,95	47,92	205,77	250,84	X	X
Всего	X	X	X	34,852	51,263	30,49	39,36	177,29	243,36	1128,52	1524,78	X	X

ЧЕТВЕРГ

Завтрак													
стр. 428	Каша рисовая молочная	180	220	6,24	7,71	5,95	7,77	21,61	26,52	163,78	205,43	X	X
	Хлеб пшеничный	25	35	1,75	2,45	0	0	12,25	17,15	62,25	87,15	X	X
	Масло сливочное	3	5	0,002	0,003	2,5	4,1	0,027	0,05	22,44	37,44	X	X
	Сыр твердый	3	5	0,72	1,2	0,93	1,55	0	0	11,4	19	X	X
стр.513	Кофейный напиток на молоке	160	180	3,92	4,48	3,5	4	18,56	22,49	118,28	140,5	X	X
	Яблоко	70	100	0,28	0,4	0,28	0,4	7,28	10,4	31,5	45	X	X
												X	X
Итого	X	X	X	12,912	16,243	13,16	17,82	59,727	76,61	409,65	452,52	X	X
Обед													
стр.358	Борщ украинский на м/б с смет.	180	250	2,7	3,48	2,34	3,73	12,52	17,06	81,39	114,7	X	X
стр.479	Котлета мясная	50	100	13,01	24,39	13,51	25,43	5,76	13,03	173,96	336,96	X	X
стр.499	Картофельное пюре	110	150	2,58	3,53	2,46	5,01	16,07	21,91	99,55	150,47	X	X
	Овощи консервированные	30	40	0,25	0,5	0,05	0,1	0,75	1,5	4,25	8,5	X	X
стр.516	Компот из сухофруктов	150	180	0,42	0,49	0	0	26,07	29,67	97,85	113,22	X	X
	Хлеб пшеничный	30	65	3,5	5,6	0	0	24,5	39,3	124,5	199,2	X	X
Итого	X	X	X	22,46	37,99	18,36	34,27	85,67	122,47	581,5	902,2	X	X

Ужин

стр.508	Омлет	30	60	2,93	5,85	3,56	7,13	1,34	2,68	48,9	97,8	X	X
стр.501	Икра свекольно-морковная	90	120	1,49	1,79	3,1	3,12	9,75	11,78	67,25	75,61	X	X
стр.513	Чай с лимоном	150/5	180/6	0/0,05	0/0,05	0/0,01	0/0,01	14,97/0,15	17,96/0,18	56,85/1,70	68,22/2,04	X	X
	Хлеб пшеничный	20	25	3,5	5,6	0	0	24,5	39,3	124,5	199,2	X	X

1,44	4,32	7,2	21,54	43,6	130,8	X	X
8,1	14,57	42,79	75,3	284,25	657,97	X	X
						X	X
39,62	66,66	188,19	274,38	1275,4	2012,69	X	X
4,97	6,6	20,46	25,22	144,79	183,29	X	X
0	0	12,25	17,15	62,25	87,15	X	X
2,5	4,1	0,027	0,05	22,44	37,44	X	X
0,93	1,55	0	0	11,4	19	X	X
4,7	5,2	17,84	19,78	132,51	146,7	X	X
0,28	0,4	7,28	10,4	31,5	45	X	X
						X	X
3,38	17,85	57,857	72,6	404,89	518,58	X	X
97/5,03	3,09/7,43	9,97/0,21	15,73/0,30	64,19/58,86	101,03/86,72	X	X
9,7	13,32	17,36	25,64	185,01	264,6	X	X
0	0	24,5	39,3	124,5	199,2	X	X
0,08	0,1	2,32	2,9	14,4	18	X	X
						X	X
9,78	13,42	44,18	67,84	323,91	481,8	X	X
2,43	2,8	25,2	28,8	157,1	185,4	X	X
9,18	13,78	39,71	48,09	281,52	371,41	X	X
2,75	4,5	7,05	8,46	78	93,6	X	X
						X	X
5,36	21,08	71,96	85,35	516,62	650,41	X	X
						X	X
8,52	52,35	174	225,79	1245,42	1650,79	X	X
						X	X
						X	X
80,8	270,77	875,06	1209,9	6057,42	8637,39	X	X

Ю:
ИЙ
ДК»
НР
С.В.

дней	X		X	X	436,21	634,08	388,8	576,54	1773,2	2426,5	12441,84	17611,28	X	X
дней	X		X	X	43,621	63,408	38,88	57,654	177,32	242,65	1244,184	1761,128	X	X
день	X		X	X	46,6	68,1	45,6	71,7	167,6	239,2	1267,2	1874,8	X	X

НО:
 СИЙ
 ОК»
 ДНР
 С.В.

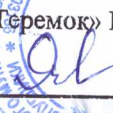
Государственное казенное дошкольное
образовательное учреждение «Новоазовский детский
сад № 1 «Теремок» Новоазовского муниципального
округа

Донецкой Народной Республики

В данном документе прошито, пронумеровано и
скреплено печатью

10 (десять) ЛИСТОВ

Заведующий ГКДОУ «Новоазовский детский сад № 1
«Теремок» М.О.» ДНР


С.В. Яценко