

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ Пильнинский
Медов детский сад №1 «Теремок»
Пильнинский район



Е.П. Ключникова

**Десятидневное меню
муниципальных дошкольных образовательных
учреждений Пильнинского муниципального округа
на 2025 год**

Наименование блюда и продукта	Выход блюда		1,5 – 3 года Кол-во (гр)		3-7 лет Кол-во (гр)		Химический состав					калории		№ рецеп туры		
							белки		жиры	углеводы						
	1,5-3 г	3-7	Брутто	нетто	брутто	1,5-3г	3-7л	1,5-3г		3-7л	1,5-3г	3-7л				
День 1 завтрак-1																
Суп молочный с макар.изд	150	200												171		
молоко			135	135	180	180										
вода			15	15	20	20										
Макар.издел			12	12	16	16										
сахар			2	2	3	3										
масло			1,5	1,5	2	2										
сливочное																
Какао с молоком	180	200					4,65	6,2		4,65	6,2	19	25,3 4	135,9	181,1 8	22
Какао			2	2	2	2										
порошок																
сахар			8	8	10	10										
молоко			120	120	120	120										
вода			65	65	80	80										
Завтрак 2																
Фрукты	95	100					0,4	0,4		0,4	0,4	9,5	9,8	45	46	368
ябл																
Нера.побачионал	40	60					0,76	1,14		3,56	5,34	3,08	4,62	47,6	71,4	19
Нера	180	200					1,31	1,46		3,52	3,92	9,18	10,2	73,8	82	57
картофель			19,26	14,4	21,4	16										
морковь			11,34	9	12,6	10										
капуста			18	14,4	20	16										
душ.петруш			8,64	7,2	9,6	8										
савола			36	28,8	40	32										
Томатное			5,4	5,4	6	6										
суп																

/растительное			3.6	3.6	4	4	4													
соль			0.2	0.2	0.25	0.25	0.25													
сахар			1.8	1.8	2	2	2													
Бульон или			144	144	160	160	160													
вода			4	4	5	5	5													
метана																				
Макаронны	100	150																		
тварные																				
Макаронны			32	32	49	49	49													
Масса			-	97	-	-	145													
отвар.макарон			3,5	3,5	5	5	5													
Масло сливоч																				
Мурица отварная	75	80																		
Масло птицы			131	94	139,7	100,3	100,3													
Лук репчатый			2,5	2	2,7	2,1	2,1													
Компот из	150	200																		
укорфр.																				
Масло			19	19	23	23	23													
укорфруктов																				
Чай курага			19	19	23	23	23													
Чай чернослав			19	19	23	23	23													
Чай изюм			19	19	23	23	23													
Чай яблоки			19	19	23	23	23													
Чайные																				
Сахар песоч			12	12	14	14	14													
вода			143	143	181	181	181													
Полдник																				
Булочка	60	70																		
Домашняя																				
Булоч			40	40	46	46	46													
Булочка на подпыл			1.7	1.7	2	2	2													
Сахар			7	7	8	8	8													
Сахар для отделения			1.7	1.7	2	2	2													
Полд			1/11	3.6	1/10ш	4	4													

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

МОЛОКО		90	90	100	100	100														
сахар		10	10	11	11	11														
агран 2	95	100																		368
унты																				
ед																				
лау из свеклы с	45	60																		53
а. горошком																				
еда до 1		35	27	46	36															
варя		37	27	49	36															
еда с 1 января		27	27	36	36															
рошен																				
лен консер		15	15	20	20															
ало																				
естительное	180	200																		76
ассольник																				
аппаградский																				
Крупа рис		3.6	3.6	4	4															
картофель		72	54	80	60															
Марковь		9	7.2	10	8															
Дун		4.32	3.6	4.8	4															
Огурец соленый		12.06	10.8	13.4	12															
вода		135	135	150	150															
ало		3.6	3.6	4	4															
естительное																				
Сметана		4	4	5	5															
Марков по	170	220																		292
аппаграду																				
аппаграду		132	97	175	129															
аппаграду		12	10	13	11															
аппаграду		155	116	175	131															
аппаграду		-	-	10	10															
аппаграду		4	4	6	6															
аппаграду																				
аппаграду	150	180																		393
аппаграду		20	20	30	30															

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

		/12																8			
чай			0.5	0.5	0.6	0.6	0.6														
вода			40	40	53	53	53														
чай-заварка				40			53														
сахар			12	12	15	15	15														
вода			110	110	147	147	147														
завтрак 2																					
фрукты	95	100																19.5	78.3	82.5	371
																		6			
обед																					
салат из свеклы с	45	60																			
сыром																					
свекла																					
до января			52	52	69	69	69														
с января			55	55	73	73	73														
масса отв. свеклы				41			55														
сыр			3.5	3	4.7	4	4														
масло растител.			2	2	3	3	3														
брюссельская капуста	180	200																			
картофель																					
свекла			19.26	14.4	21.4	16	16														
картофель			11.34	9	12.6	10	10														
картофель			18	14.4	20	16	16														
картофель			8.64	7.2	9.6	8	8														
картофель			36	28.8	40	32	32														
картофель			5.4	5.4	6	6	6														
картофель			3.6	3.6	4	4	4														
картофель			0.2	0.2	0.25	0.25	0.25														
картофель			1.8	1.8	2	2	2														
картофель			144	144	160	160	160														
картофель																					

[illegible]

Мат из кукурузы и луком	45	60								3.95	5.27	5.37	7.16	15.8	21.0	127	169.3	154
куруза			37	25	49	33											3	
лук			10	8	13	11												
лук			1/4шт	10	1/3шт	13												
лук растител.			3	3	4	4												
из	180	200								1.26	1.4	3.51	3.9	6.10	6.78	61.02	67.8	67
капуста																		
капуста свеж.			45	36	50	40												
капуста			28.8	21.6	32	24												
капуста			11.34	9	12.6	10												
капуста			8.64	7.2	9.6	8												
капуста			1.8	1.8	2	2												
капуста			3.6	3.6	4	4												
капуста			144	144	160	160												
капуста			4	4	5	5												
капуста	125	165								8.91	12.31	6.59	9.5	20.43	25.7	177	237	291
капуста			54	40	72	53												
капуста			20	18	24.3	22												
капуста			33.3	29	35	33.3												
капуста			2	2	3	3												
капуста			153	115	204	153												
капуста			10	8	13	11												
капуста			1	1	2	2												
капуста			2	2	3	3												
капуста			5	5	5	5												
капуста	180	200								0.9	1	0	0	18.18	20.2	76	76	399
капуста																		
капуста	25	50								1.15	2.3	7.65	15.3	15.62	31.2	137.5	275	
капуста															5			
капуста	150/9	200								0	0	0	0	8.98	11.9	30	45	
капуста		/12													8			
капуста			0.5	0.5	0.6	0.6												
капуста			40	40	53	53												

наименование а и продукта	Выход блюда		1,5 – 3 года Кол-во (гр)		3-7 лет Кол-во (гр)		Химический состав					калории		№ рецеп туры	
	1,5-3 г	3-7	Брутто	нетто	брутто	1,5-3г	белки		жиры	углеводы		1,5-3г	3-7л		
							1,5-3г	3-7л		1,5-3г	3-7л				
1 завтрак-1															
молочный с р.изд	150	200					5,01	6,68	5,50	7,33	16,39	21,8 5	134,25	179	171
олоко			135	135	180	180									
уда			15	15	20	20									
акар.издел			12	12	16	16									
хар			2	2	3	3									
асло			1,5	1,5	2	2									
нное															
с МОЛОКОМ	180	200					4,65	6,2	4,65	6,2	19	25,3 4	135,9	181,1 8	22
Какао			2	2	2	2									
шок															
сахар			8	8	10	10									
молоко			120	120	120	120									
вода			65	65	80	80									
ван-2															
ты	95	100					0,4	0,4	0,4	0,4	9,5	9,8	45	46	368
лабачковая	40	60													
артофель	180	200	19,26	14,4	21,4	16	0,76	1,14	3,56	5,34	3,08	4,62	47,6	71,4	19
картофель			11,34	9	12,6	10	1,31	1,46	3,52	3,92	9,18	10,2	73,8	82	57
акуста			18	14,4	20	16									
репина			8,64	7,2	9,6	8									
вода			36	28,8	40	32									
оматное,			5,4	5,4	6	6									

[illegible]

[illegible]

152-

крахмал			9	9	10	10	8.87	13.3	10.53	15.8	27	40.5	280.13	420.2	130
вода			126	126	140	140									
булдунок															
сырники из творога	100/20	130/30													
творог			91	90	118	117									
мука			13	13	17	17									
яйцо			1/13 шт	3	1/10шт	4									
Соль															
Масло сливочное			2	2	3	3									
Молоко			20	20	30	30									
пшеничное															
сметан	180	200	185	180	205	200	5.22	5.8	4.5	5	7.2	8	90	100	401
кисель ржаной	40	50					3.24	4.05	1.36	1.70	16.88	21.10	88.8	111	
кисель пшеничный	60	80					4.86	6.48	0.60	0.80	29.28	39.04	145.2	193.6	
Всего за 3 день							67.99	80.09	74.77	87.6	183.03	229.12	1605.23	1960.64	
День -4															
Завтрак -1															
Завтрак пшенная	150	200													
Завтрак															
Завтрак			19	19	25	25									
Завтрак			26	26	35	35									
Завтрак			113	113	150	150									
Завтрак			4	4	5	5									
Завтрак															
Завтрак															
Завтрак			2	2	3	3									
Завтрак с молоком	180	200					4.65	6.2	4.65	6.2	19	25.34	135.9	181.18	22
Завтрак			2	2	2	2									

39-

[illegible]

сахар			7	7	10	10														
имон			4	3,5	7	6,5														
полдник																				
Манник со пуш.молоком	50/10	60/ 15																		
масло сливочное			1.7	1.7	2	2														
сахар			3	3	4	4														
шлю			1/8шт	5	1/7шт	6														
кетана			15	15	18	18														
ра			12	12	14	14														
рупа манная			20	20	24	24														
молоко			5	5	6	6														
масло			1	1	1.2	1.2														
ителительное																				
молоко стгуеное	150	200	10	10	15	15														
рижаной	40	50																		
пшеничный	60	80																		
за 5день																				
из	100/2	140																		
из	0	/30																		
или крупа			95	94	132	131														
			6	6	9	9														
			8	8	11	11														
			24	24	34	34														
			6	6	9	9														
			1/13	3	1/10ш	4														
			шт		т															
			2	2	3	3														
			2	2	3	3														

[illegible]

	/12	0.5	0.5	0.6	0.6						8				
ай		0.5	0.5	0.6	0.6										
ода		40	40	53	53										
ай-заварка			40		53										
хар		12	12	15	15										
ода		110	110	147	147										
оба	60	70													
ыкновенная						5.04	5.88	3.64	4.24	29.45	34.3 6	183.60	214.2 0	280	
ука		43	43	45	45										
ука на подпыл		1.7	1.7	2	2										
кар		4.8	4.8	5	5										
сло сливочное		1.3	1.3	1.4	1.4										
сло сливочное		1.8	1.8	2	2										
цо(для смаз)		1/25 шт	1.6	1/24ш т	1.7										
ожжи пресов.		1.2	1.2	1.4	1.4										
и сухие		0.3	0.3	0.4	0.4										
локо		19	19	20	20										
	150	200				0,9	1	0	0	18,18	20,2	76	76	399	
об ржаной	40	50				3.24	4.05	1.36	1.70	16.88	21.1 0	88.8	111		
об пшеничный	60	80				4.86	6.48	0.60	0.80	29.28	39.0 4	145.2	193.6		
до за 7 день						34.5 9	36.83	27.93	35.1 1	180.29	227. 03	1162.4 7	1475. 58		
ак 1															
а манная	150	200				4,66	6,21	5,6	7,47	18,82	25,0 9	144	192	88	
манная		15	15	20	20										
сно		113	113	150	150										
		27	27	36	36										
		4	4	5	5										
но сливочное		2	2	3	3										
сахаром	150/9	200				0	0	0	0	8.98	11.9	30	45		

[illegible]

метана	120	160	4	4	4	5	5	15.4 2	20.63	12.41	16.3	3.96	5.24	189	250	293
ляш из																
варного мяса																
вядина			132		97	175	129									
асса отварной					60		80									
вядины																
к			12		10	17	14									
урковъ			25		20	19	15									
мат пюре			-		-	6	6									
сло сливочное			4		4	5	5									
ль					0.2		0.25									
ка пшеничная			3		3	4	4									
ощной отвар					40		53									
сса соуса					60		80									
картоны	120	150						4.41	5.52	3.16	4.52	21.16	26.4	135	168	317
картонные			41		41	51	51									
еция			4		4	5	5									
сло сливочное					0.2		0.25									
млот из	150	200						0.42	0.51	0	0	20.45	24.2 3	83	99	241
фруктов																
фруктов			19		19	23	23									
курага			19		19	23	23									
чернослив			19		19	23	23									
яблоки			19		19	23	23									
песок			12		12	14	14									
капюс			143		143	181	181									
капюс с капюс	70	80						4.51	5.15	5.04	5.76	28.47	32.5 4	189	216	294
			32		32	37	37									
			2		2	2.3	2.3									

- 43 -

[illegible]

продукты	95	100	105	95	111	100	0.38	0.4	0.28	0.3	9.78	10.3	43.7	46	368
бед															
злат из	40	60					0.66	0.98	3	4	2.05	3.12	38.07	52.75	19
заш.капусты															
апушта			40	32	60	47									
ашенная															
асло			3	3	4	4									
истительное															
хар			1	1	1	1									
п с	172/2	215					5.2	6.5	4.24	5.3	11.62	14.5	133.8	191	39
рикадельками	8	/35										2			
ртофель															
01.09-31.10			91	69	114	86									
31.10-31.12			98	69	123	86									
31.10-28.02			106	69	132	86									
9.02-01.02			115	69	144	86									
орковь															
1 января			9	7	11	9									
января			10	7	12	9									
к			4	3	5	4									
сло сливочное			1.6	1.6	2	2									
ьон или вода			121	121	151	151									
икадельки				28		35									
овые															
ош для фрикад.															
ядина бескосн.			35	32	44	40									
на кости			44	32	55	40									
			4	3	5	4									
а			3	3	4	4									
а			1/20	2	1/13ш	3									
			шт		т										
са п/ф				38		47									
отварной	110	130					2,7	3,2	4,4	5,3	24,8	29,3	150	177,3	11
			39,6	39,6	46,8	46,8									
ло сливочное			4,9	4,9	5,9	5,9									
мета							9.32	12.44	0.07	9.24	9.64	12.5	139	183	299
идины	60	80													

-47-

