Управление образования Администрации муниципального округа Сухой Лог
Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 43 «Малыш»
(МАДОУ № 43)
ул. Белинского, д.18-А, г. Сухой Лог, Свердловская область, 624804,
тел.: (34373) 4-55-85 E-mail: malis43-sl@yandex.ru
БИК 016577551, ОГРН 1096633000639 ИНН 6633015816, КПП 663301001

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МАДОУ № 43
_____С.В. Семухина
Приказ № 46/1 от 17.02.2025г.

Примерное 10-дневное меню

2025 год

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад №43 "МАЛЫШ"
Примерное 10 дневное меню от 14.11.2022 года

МЕНЮ
на 1 день понедельник
для группы: Ясли

№т/к	Наименование	Калорийн.	Выход, кг
ЗАВТРАК			
21/2	Суп молочный с макаронными изделиями	72,0	0,150
13/10	Кофейный напиток на молоке с сах	67,0	0,150
4/13	Батон с слив маслом	105,0	0,035
		244,0	**0,335**
ЗАВТРАК 2			
16/10	Сок ясли	45,0	0,100
		45,0	0,100
ОБЕД			
7/1	Салат из капусты и огурца	30,0	0,040
9/2	Рассольник со сметан	51,0	0,150
12/7	Тефтели рыбные в соусе	100,0	0,100
45/3	рис отварной	131,0	0,100
6/10	Компот из сушеных фруктов	54,0	0,150
	Хлеб пшеничный	46,0	0,020
	Хлеб ржаной	75,0	0,035
		487,0	**0,595**
ПОЛДНИК			
17/10	Молоко кипячёное	98,0	0,170
17/2-12	Пирожок печеный с повидлом	214,0	0,070
		312,0	**0,240**
УЖИН			
27/6	Кнели мясные /филе/	141,0	0,060
3/3	картофельное пюре	117,0	0,130
12/10	Чай с сахаром и молоком	67,0	0,150
	Хлеб пшеничный	46,0	0,020
		371,0	**0,360**
ИТОГО:		**1459,0**	

МЕНЮ
на 1 день понедельник
для группы: сад

№т/к	Наименование	Калорийн.	Выход, кг
ЗАВТРАК			
21/2	Суп молочный с макаронными изделиями	95,0	0,200
13/10	Кофейный напиток на молоке с сах	89,0	0,200
4/13	Батон с слив маслом	150,0	0,050
		334,0	**0,450**
ЗАВТРАК 2			
16/10	Сок сад	45,0	0,100
		45,0	0,100
ОБЕД			
7/1	Салат из капусты и огурца	43,0	0,060
9/2	Рассольник со сметан	68,0	0,200
12/7	Тефтели рыбные с рисом в соусе	131,0	0,130
45/3	рис отварной	131,0	0,100
6/10	Компот из сушеных фруктов	72,0	0,200
	Хлеб пшеничный	67,0	0,030
	Хлеб ржаной	90,0	0,040
		602,0	**0,760**
ПОЛДНИК			
17/10	Молоко кипяченое	98,0	0,170
17/2-12	Пирожок печеный с повидлом	214,0	0,070
		312,0	**0,240**
УЖИН			
27/6	Кнели мясные /филе/	189,0	0,080
3/3	картофельное пюре	135,0	0,150
12/10	Чай с сахаром и молоком	35,0	0,200
	Хлеб пшеничный	69,0	0,030
		428,0	**0,460**
ИТОГО:		**1721,0**	

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад №43 "МАЛЫШ"
Примерное 10 дневное меню от 14.11.2022 года

МЕНЮ
на 2 день вторник
для группы: Ясли

№т/к	Наименование	Калорийн.	Выход, кг
ЗАВТРАК			
2/4	Каша гречневая молочная с маслом	150,0	0,150
13/10	Кофейный напиток на молоке с сах	67,0	0,150
1/6	яйцо вар	32,0	0,025
1/13	Батон со сливочным маслом	105,0	0,035
		354,0	**0,360**
ЗАВТРАК 2			
16/10	Сок	45,0	0,100
		45,0	**0,100**
ОБЕД			
10/1	Салат из моркови с яйцом 1/4	78,0	0,040
29/2	Суп-пюре гороховый с гренками	72,0	0,150
5/9	биточки из мяса кур	158,0	0,060
4/13	Капуста тушеная	66,0	0,130
8/10	кисель	86,0	0,150
34/2	гренки	26,0	0,010
	Хлеб пшеничный	46,0	0,020
	Хлеб ржаной	75,0	0,035
		607,0	**0,465**
ПОЛДНИК			
17/10	Молоко кипячёное	98,0	0,170
8/13	Печенье	155,0	0,030
		253,0	**0,200**
УЖИН			
18/5	запеканка творожно-морковная	195,0	0,150
3/11	соус молочный сладкий	31,0	0,050
12/12	Чай с сахаром	26,0	0,150
	Хлеб пшеничный	46,0	0,020
		298,0	**0,370**
ИТОГО:		**1557,0**	

МЕНЮ
на 2 день вторник
для группы: сад

№т/к	Наименование	Калорийн.	Выход, кг
ЗАВТРАК			
2/4	Каша гречневая молочная с маслом	206,0	0,200
13/10	Кофейный напиток на молоке с сахар	89,0	0,200
1/6	яйцо вар	32,0	0,025
1/13	Батон со сливочным маслом	181,0	0,060
		508,0	**0,485**
ЗАВТРАК 2			
16/10	Сок	45,0	0,100
		45,0	**0,100**
ОБЕД			
10/1	Салат из моркови с яйцом 1/4	116,0	0,060
29/2	Суп -пюре гороховый с гренками	96,0	0,200
5/9	биточки из мяса кур	211,0	0,800
4/13	капуста тушеная	81,0	0,160
8/10	кисель	115,0	0,200
34/2	гренки	34,0	0,015
	Хлеб пшеничный	67,0	0,030
	Хлеб ржаной	90,0	0,040
		810,0	**1,505**
ПОЛДНИК			
17/10	Молоко кипяченое	98,0	0,170
8/13	Печенье	206,0	0,040
		304,0	**0,210**
УЖИН			
18/5	запеканка творожно-морковная	195,0	0,150
3/11	соус молочный сладки	31,3	0,050
12.дек	Чай с сахаром сад Н	35,0	0,200
	Хлеб пшеничный сад	69,0	0,030
		330,3	**0,430**
ИТОГО:		**1997,3**	

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад №43 "МАЛЫШ"
Примерное 10 дневное меню от 14.11.2022 года

МЕНЮ
на 3 день срда
для группы: Ясли

№т/к	Наименование	Калорийн.	Выход, кг
ЗАВТРАК			
18/4	Каша ассорти/рис+гречана мол с масл	131,0	0,150
13/10	Кофейный напиток на молоке с сах	67,0	0,150
1/13	Батон со сливочным маслом	105,0	0,035
		303,0	**0,335**
ЗАВТРАК 2			
16/10	Сок	45,0	0,100
		45,0	**0,100**
ОБЕД			
12/1	Салат свекла с изюмом	62,0	0,040
19/2	Суп рыбный с картофелем	62,0	0,150
2/9	Мясо кур отварное в соусе	175,0	0,100
43/3	Макароные изделия отварные	163,0	0,130
4/10	Компот из кураги и изюма	53,0	0,150
	Хлеб пшеничный	46,0	0,020
	Хлеб ржаной	75,0	0,035
		636,0	**0,625**
ПОЛДНИК			
17/10	Молоко кипячёное	98,0	0,170
8/12	сдоба обыкновенная	157,0	0,050
		255,0	**0,220**
УЖИН			
34/8	оладьи из печени	115,0	0,060
4/3	картофельное пюре с морковью	102,0	0,130
12/10	Чай с сахаром и молоком	46,0	0,150
	Хлеб пшеничный	46,0	0,020
		309,0	0,360
ИТОГО:		**1548,0**	

МЕНЮ
на 3 день среда
для группы: сад

№т/к	Наименование	Калорийн.	Выход, кг
ЗАВТРАК			
18/4	Каша ассорти на мол/рис+греча/с масл	175,0	0,200
13/10	Кофейный напиток на молоке с сахар	89,0	0,200
1/13	Батон со сливочным маслом	181,0	0,060
		445,0	**0,460**
ЗАВТРАК 2			
16/10	Сок	45,0	0,100
		45,0	**0,100**
ОБЕД			
12/1	Салат свекла с изюмом	100,0	0,060
19/2	Суп рыбный с картофелем	87,0	0,200
2/9	Мясо кур отварное в соусе	210,0	0,120
43/3	Макароные изделия отварные	188,0	0,150
4/10	Компот из кураги и изюма	71,0	0,200
	Хлеб пшеничный	67,0	0,030
	Хлеб ржаной	90,0	0,040
		813,0	**0,800**
ПОЛДНИК			
17/10	Молоко кипяченое	98,0	0,170
8/12	сдоба обыкновенная	188,0	0,060
		286,0	**0,230**
УЖИН			
34/8	оладьи из печени	154,0	0,080
4/3	картофельное пюре с морковью	118,0	0,150
12/10	Чай с сахаром и молоком	36,0	0,170
	Хлеб	69,0	0,030
		377,0	0,430
ИТОГО:		**1966,0**	

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад №43 "МАЛЫШ"

Примерное 10 дневное меню от 14.11.2022 года

МЕНЮ
на 4 день четрерг
для группы: Ясли

№т/к	Наименование	Калорийн.	Выход, кг
ЗАВТРАК			
11/4	Каша пшенная с маслом	113,0	0,150
13/10	Кофейный напиток на молоке с сах	67,0	0,150
1/13	Батон со сливочным маслом	105,0	0,035
		285,0	**0,335**
ЗАВТРАК 2			
16/10	сок ясли	45,0	0,100
		45,0	**0,100**
ОБЕД			
31/1	Салат из картофеля с огурцом	43,0	0,040
5/2	Свекольник со сметаной	70,0	0,150
19/7	суфле из мчса кур	181,0	0,060
44/3	греча отварная	216,0	0,130
6/10	Компот из сухофруктов	56,0	0,150
	Хлеб пшеничный	46,0	0,020
	Хлеб ржаной	75,0	0,035
		687,0	**0,585**
ПОЛДНИК			
17/10	Молоко кипячёное	98,0	0,170
5/12	Ватрушка с творогом	197,0	0,065
		295,0	**0,235**
УЖИН			
23/2	Суп молочный с овощами	81,0	0,150
34/2	Гренки	132,0	0,050
1/6	Яйцо вареное	32,0	0,025
15/10	Напиток из шиповника	47,0	0,150
		292,0	**0,375**
ИТОГО:		**1604,0**	

МЕНЮ
на 4 день четверг
для группы: Сад

№т/к	Наименование	Калорийн.	Выход, кг
ЗАВТРАК			
11/4	Каша пшенная с маслом	113,0	0,200
6/4	Кофейный напиток на молоке с сахар	89,0	0,200
13/10	Батон со сливочным маслом	181,0	0,050
		383,0	**0,450**
ЗАВТРАК 2			
16/10	сок	45,0	0,100
		45,0	**0,100**
31/1	Салат из картофеля с огурцом	94,0	0,060
5/2	Свекольник со сметаной	93,0	0,200
19/7	суфле из мчса кур	241,0	0,080
44/3	греча отварная	250,0	0,150
6/10	Компот из сухофруктов	72,0	0,200
	Хлеб пшеничный	67,0	0,030
	Хлеб ржаной	90,0	0,040
		907,0	**0,760**
ПОЛДНИК			
17/10	Молоко кипяченое	98,0	0,170
5/12	Ватрушка с творогом	197,0	0,065
		295,0	**0,235**
УЖИН			
23/2	Суп молочный с овощами	108,0	0,200
34/2	Гренки	132,0	0,050
1/6	Яйцо вареное	32,0	0,025
15/10	Напиток из шиповника	65,0	0,200
		337,0	**0,475**
ИТОГО:		**1967,0**	

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад №43 "МАЛЫШ"
Примерное 10 дневное меню от 14.11.2022 года

МЕНЮ
на 5 день пятница
для группы: Ясли

№т/к	Наименование	Калорийн.	Выход, кг
ЗАВТРАК			
15/4	Каша пшеничная на молоке с маслом	152,0	0,150
13/10	Кофейный напиток на молоке с сах	67,0	0,150
1/6	Яйцо вареное	32,0	0,025
2/13	Батон со слив маслом	105,0	0,035
		356,0	**0,360**
ЗАВТРАК 2			
16/10	Сок	45,0	0,100
		45,0	**0,100**
ОБЕД			
4/1	Салат из капусты с кукурузой	43,0	0,040
24/2	Суп пюре из птицы	110,0	0,150
9/7	Котлета рыбная из минтая	63,0	0,060
3/3	Картофельное пбре	117,0	0,130
6/10	Компот из сухофруктов	54,0	0,150
	Хлеб пшеничный	46,0	0,020
	Хлеб ржаной	75,0	0,035
		508,0	**0,585**
ПОЛДНИК			
17/10	Молоко кипячёное	98,0	0,170
8/13	Печенье	155,0	0,030
		253,0	0,200
УЖИН			
43/3	Макароны отварные	163,0	0,130
5/13	сыр	53,0	0,015
15/10	Напиток из шиповника	47,0	0,150
	Хлеб пшеничный	46,0	0,020
		309,0	**0,315**
ИТОГО:		**1471,0**	

МЕНЮ
на 5 день пятница
для группы: сад

№т/к	Наименование	Калорийн.	Выход, кг
ЗАВТРАК			
15/4	Каша пшеничная на молоке с маслом	206,0	0,200
13/10	Кофейный напиток на молоке с сахар	89,0	0,200
1/6	Яйцо вареное	32,0	0,025
2/13	Батон со сливочным маслом	181,0	0,050
		508,0	**0,475**
ЗАВТРАК 2			
16/10	Сок	45,0	0,100
		45,0	**0,100**
ОБЕД			
4/1	Салат из капусты с кукурузой	64,0	0,060
24/2	Суп пюре из птицы	146,0	0,200
9/7	Котлета рыбная из минтая	84,0	0,080
3/3	Картофельное пюре	135,0	0,150
6/10	Компот из сухофруктов	72,0	0,200
	Хлеб пшеничный	67,0	0,030
	Хлеб ржаной	90,0	0,040
		658,0	**0,760**
ПОЛДНИК			
17/10	Молоко кипяченое	98,0	0,170
8/13	Печенье	206,0	0,040
		304,0	0,210
УЖИН			
43/3	Макароны отварные	188,0	0,150
5/13	сыр	53,0	0,015
15/10	Напиток из шиповника	65,0	0,170
	Хлеб сад	69,0	0,030
		375,0	**0,365**
ИТОГО:		**1890,0**	

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад №43 "МАЛЫШ"
Примерное 10 дневное меню от 14.11.2022 года

МЕНЮ
на 6 день понедельник
для группы: Ясли

№т/к	Наименование	Калорийн.	Выход, кг
ЗАВТРАК			
9/4	Каша рисовая на молоке с маслом	152,0	0,150
13/10	Кофейный напиток на молоке с сах	67,0	0,150
1/13	Батон со слив маслом	105,0	0,035
		324,0	**0,335**
ЗАВТРАК 2			
15/10	Сок	45,0	0,100
		45,0	**0,100**
ОБЕД			
14/1	Салат из капусты.моркови	43,0	0,040
12/2	Суп картоф со сметаной	46,0	0,150
14/7	Суфле из рыбы	67,0	0,060
1/3	картофель отварной	120,0	0,130
15/10	Напиток из шиповника	54,0	0,150
	Хлеб пшеничный	46,0	0,020
	Хлеб ржаной	75,0	0,035
		451,0	**0,585**
ПОЛДНИК			
17/10	Молоко кипячёное	98,0	0,170
7/13	Батон с повидлом	155,0	0,050
		253,0	**0,220**
УЖИН			
5/5	вареники ленивые	305,0	0,130
12/10	Чай с сахаром и молоком	46,0	0,150
16/7	Хлеб пшеничный	46,0	0,020
		397,0	0,300
		1470,0	**0,300**
ИТОГО:			

МЕНЮ
на 6 день понедельник
для группы: сад

№т/к	Наименование	Калорийн.	
ЗАВТРАК			
9/4	Каша рисовая на молоке с маслом	206,0	0,200
13/10	Кофейный напиток на молоке с сахар	89,0	0,170
1/13	Батон со сливочным маслом	181,0	0,050
		476,0	**0,420**
ЗАВТРАК 2			
15/10	Сок	45,0	0,100
		45,0	**0,100**
ОБЕД			
14/1	Салат из капус. моркови.	64,0	0,060
12/2	Суп с картоф с со сметаной	61,0	0,200
14/7	Суфле из рыбы	89,0	0,080
1/3	картофель отварной	139,0	0,150
15/10	Напиток из шиповника	72,0	0,170
	Хлеб пшеничный	67,0	0,030
	Хлеб ржаной	90,0	0,040
		582,0	**0,730**
ПОЛДНИК			
17/10	Молоко кипяченое	98,0	0,170
7/13	Батон с повидлом	250,0	0,070
		348,0	**0,240**
УЖИН			
5/5	вареники ленивые	352,0	0,150
12/10	Чай с сахаром и молоком	36,0	0,170
	Хлеб	69,0	0,030
		457,0	0,350
ИТОГО:		**1908,0**	

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад №43 "МАЛЫШ"
Примерное 10 дневное меню от 14.11.2022 года

МЕНЮ
на 7 день вторник
для группы: Ясли

№т/к	Наименование	Калорийн.	Выход, кг
ЗАВТРАК			
8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом	152,0	0,150
13/10	Кофейный напиток на молоке с сах	67,0	0,150
1/13	Батон с слив маслом	105,0	0,035
		324,0	**0,335**
ЗАВТРАК 2			
16/10	Сок	45,0	0,100
		45,0	**0,100**
ОБЕД			
2/1	Салат из зеленого горошка с яйцом	30,0	0,040
18/2	Суп картофель с вермешелью	47,0	0,150
16/7	Рыба тушеная с овощами	100,0	0,100
5/3	картофельное пюре со свеклой	105,0	0,130
9/10	кисель из сухофруктов	86,0	0,150
	Хлеб пшеничный	46,0	0,020
	Хлеб ржаной	75,0	0,035
		489,0	**0,625**
ПОЛДНИК			
17/10	Молоко кипячёное	98,0	0,170
7/12	Ватрушка с яблоками	146,0	0,050
		244,0	**0,220**
УЖИН			
31/8	Голубцы с мясом куры	191,0	0,180
	в сметанном соусе		
12/10	Чай с сахаром и молоком	67,0	0,150
	Хлеб пшеничный	46,0	0,020
		304,0	**0,350**
ИТОГО:		**1406,0**	

МЕНЮ
на 7 день вторник
для группы: сад

№т/к	Наименование	Калорийн.	
ЗАВТРАК			
8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом	202,0	0,200
13/10	Кофейный напиток на молоке с сахар	89,0	0,170
1/13	Батон с слив маслом	181,0	0,050
		472,0	**0,420**
ЗАВТРАК 2			
16/10	Сок	45,0	0,100
		45,0	**0,100**
ОБЕД			
2/1	Салат из зеленого горошка с яйцом	37,0	0,060
18/2	Суп картофельный с вермишелью	63,0	0,200
16/7	Рыба тушеная с овощами	120,0	0,120
5/3	картофельное пюре со свеклой	121,0	0,150
9/10	кисель из сухофруктов	115,0	0,170
	Хлеб пшеничный	67,0	0,030
	Хлеб ржаной	90,0	0,040
		613,0	**0,770**
ПОЛДНИК			
17/10	Молоко кипяченое	98,0	0,170
7/12	Ватрушка с яблоками	190,0	0,070
		288,0	**0,240**
УЖИН			
31/8	Голубцы с мясом говядины	251,0	230,000
	в сметанном соусе		
12/10	Чай с сахаром и молоком	67,0	0,170
	Хлеб	69,0	0,030
		387,0	230,200
ИТОГО:		**1805,0**	

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад №43 "МАЛЫШ"
Примерное 10 дневное меню от 14.11.2022 года

МЕНЮ
на 8 день среда
для группы: Ясли

№т/к	Наименование	Калорийн.	Выход, кг
ЗАВТРАК			
11/4	Каша пшенная на мол с масл	113,0	0,100
1/6	Яйцо вареное	32,0	0,025
13/10	Кофейный напиток на молоке с сах	67,0	0,150
1/13	Батон со сливочным маслом	105,0	0,035
		317,0	**0,310**
ЗАВТРАК 2			
16/10	Сок	45,0	0,100
		45,0	**0,100**
ОБЕД			
21/1	Салат из отварной свеклы и морковью	30,0	0,040
31/2	Суп крестьянский со сметаной	66,0	0,150
6/8	Зап-ка картофелбная с мясом кур с овощ	209,0	0,150
4/11	соус томатный	12,8	0,030
7/10	компот из сухофруктов и шиповника	53,0	0,150
	Хлеб пшеничный	46,0	0,020
	Хлеб ржаной	75,0	0,035
		491,8	**0,575**
ПОЛДНИК			
17/10	Молоко кипячёное	98,0	0,170
6/12	ватрушка с сметаной	240,0	0,070
		338,0	**0,240**
УЖИН			
9/8	Печень по строгановски	108,0	0,060
1/16	Макароные изделия отварные	163,0	0,130
12/10	Чай с сахаром и молоком	46,0	0,150
	Хлеб пшеничный	46,0	0,020
		363,0	**0,360**
ИТОГО:		**1416,0**	

МЕНЮ
на 8 день среда
для группы: сад

№т/к	Наименование	Калорийн.	
ЗАВТРАК			
11/4	Каша пшенная на мол с масл	170,0	0,150
1/6	Яйцо вареное	32,0	0,025
13/10	Кофейный напиток на молоке с сахар	89,0	0,170
1/13	Батон со сливочным маслом	181,0	0,050
		472,0	**0,395**
ЗАВТРАК 2			
16.окт	Сок	45,0	0,100
		45,0	**0,100**
ОБЕД			
21/1	Салат изотварной свеклы иморковью	44,0	0,060
31/2	Суп крестьянский со смет	88,0	0,200
6/8	Зап-ка картофелбная с мясом кур с овощ	251,0	0,210
4/11	соус томатный	26,0	0,030
7/10	компот из сухофруктов и шиповника	71,0	0,170
	Хлеб пшеничный	67,0	0,030
	Хлеб ржаной	90,0	0,040
		637,0	**0,740**
ПОЛДНИК			
17/10	Молоко кипяченое	98,0	0,170
6/12	ватрушка с сметаной	240,0	0,070
		338,0	**0,240**
УЖИН			
9/8	Печень по строгановски	144,0	0,080
1/16	макароные изд отварные	188,0	0,150
12/10	Чай с сахаром и молоком	61,0	0,170
	Хлеб	69,0	0,030
		462,0	**0,430**
ИТОГО:		**1954,0**	

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад №43 "МАЛЫШ"
Примерное 10 дневное меню от 14.11.2022 года

МЕНЮ
на 9 день четверг
для группы: Ясли

№т/к	Наименование	Калорийн.	Выход, кг
ЗАВТРАК			
21/2	Суп молочный с макар изделиями	72,0	0,150
13/10	Кофейный напиток на молоке с сах	67,0	0,150
4/13	Батон со слив маслом и сыром	137,0	0,045
		276,0	**0,345**
ЗАВТРАК 2			
16/10	Сок	45,0	0,100
		45,0	**0,100**
ОБЕД			
5/1	Салат из моркови и свеклы	45,0	0,040
2/2	Борщ со сметаной	61,0	0,150
4/9	Плов из отварной куры /филе/	331,0	0,180
4/10	Компот из кураги и изюма	53,0	0,150
	Хлеб пшеничный	46,0	0,020
	Хлеб ржаной	75,0	0,035
		611,0	**0,575**
ПОЛДНИК			
17/10	Молоко кипячёное	98,0	0,170
8/13	Печенье	156,0	0,030
		254,0	**0,200**
УЖИН			
6/5	сырники из творога	284,0	0,120
	соус шоколадный	31,0	0,050
10/10	Чай с сахаром	35,0	0,150
	Хлеб пшеничный	46,0	0,020
		396,0	**0,34**
ИТОГО:		**1582,0**	

МЕНЮ
на 9 день четверг
для группы: сад

№т/к	Наименование	Калорийн.	
ЗАВТРАК			
21/2	Суп молочный с макар изделиями	96,0	0,200
13/10	Кофейный напиток на молоке с сах	89,0	0,170
4/13	Батон со слив маслом и сыром	213,0	0,070
		398,0	**0,440**
ЗАВТРАК 2			
16/10	Сок	45,0	
		45,0	
ОБЕД			
5/1	Салат из моркови и свеклы	45,0	0,060
2/2	Борщ со сметаной	81,0	0,200
4/9	Плов из отварной куры /филе/	442,0	0,230
4/10	Компот из кураги и изюма	71,0	0,170
	Хлеб пшеничный	67,0	0,030
	Хлеб ржаной	90,0	0,040
		796,0	**0,730**
ПОЛДНИК			
17/10	Молоко кипяченое	98,0	0,170
8/13	Печенье	208,0	0,050
		306,0	**0,220**
УЖИН			
6/5	сырники из творога	355,0	0,150
	соус шоколадный	31,0	0,050
10/10	Чай с сахаром	35,0	0,170
	Хлеб пшеничный	69,0	0,030
		490,0	**0,400**
ИТОГО:		**2035,0**	

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад №43 "МАЛЫШ"
Примерное 10 дневное меню от 14.11.2022 года

МЕНЮ
на 10 день пятница
для группы: Ясли

№т/к	Наименование	Калорийн.	Выход, кг
ЗАВТРАК			
14/4	Каша ячневая на молоке с маслом ясли Н	148,0	0,150
14/10	Какао на молоке с сахаром ясли Н	101,0	0,150
1/13	Батон со сливочным маслом ясли Н	105,0	0,035
		354,0	**0,335**
ЗАВТРАК 2			
16/10	Сок ясли	45,0	0,100
		45,0	**0,100**
ОБЕД			
11/1	Салат из моркови с яблоками	41,0	0,040
6/2	Суп щи из св капусты с картофелем	41,0	0,150
4/7	Рыба туш с овощами	81,0	0,080
3/3	картофельное пюре ясли Н	117,0	0,130
4/10	Компот из кураги и изюма	53,0	0,150
	Хлеб пшеничный ясли	46,0	0,020
	Хлеб ржаной ясли	75,0	0,035
		454,0	**0,605**
ПОЛДНИК			
17/10	Молоко кипячёное ясли Н	98,0	0,170
123	пирожок с капустой	195,0	0,065
		293,0	**0,235**
УЖИН			
3/9	Рагу из мяса кур	263,0	0,150
15/10	Напиток из шиповника	47,0	0,150
	Хлеб пшеничный ясли	46,0	0,020
		356,0	**0,320**
ИТОГО:		**1502,0**	

МЕНЮ
на 10 день пятница
для группы: сад

№т/к	Наименование	Калорийн.	
ЗАВТРАК			
14/4	Каша ячневая на молоке с маслом сад н	195,0	0,200
14/10	Какао на молоке с сахаром сад Н	135,0	0,170
1/13	Батон со сливочным маслом сад Н	181,0	0,050
		511,0	**0,420**
ЗАВТРАК 2			
16.окт	Сок сад	45,0	0,100
		45,0	**0,100**
ОБЕД			
11/1	Салат из моркови с яблоками	61,0	0,060
6/2	Суп щи из св капусты с картофелем	55,0	0,200
4/7	Рыба туш с овощами	122,0	0,080
3/3	Картофельное пюре сад Н	135,0	0,150
4/10	Компот из кураги и изюма	71,0	0,170
	Хлеб пшеничный сад	67,0	0,030
	Хлеб ржаной сад	90,0	0,040
		601,0	0,730
ПОЛДНИК			
17/10	Молоко кипяченое сад Н	98,0	0,170
123	пирожок с капустой	236,0	0,070
		334,0	**0,240**
УЖИН			
3/9	Рагу из мяса кур	350,0	0,200
15/10	Напиток из шиповника	65,0	0,170
	Хлеб сад	69,0	0,030
		484,0	**0,400**
ИТОГО:		**1975,000**	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 270153293300626215937226367766664777663875334625

Владелец Семухина Светлана Викторовна

Действителен С 05.08.2024 по 05.08.2025