

1.Понедельник

МАДОВ № 410

Приказ № 50 от 01.02.2022

2022



Т/К	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
14/4/2	Каша ячнев. вяз. на к/м	150	5,95016	2,35	7,93508	0,32	23,67098	190,41521
11/10/2	Чай с лимоном	150	2,2018	0,95	2,24393	0,75	17,88705	101,70236
035/2	Батон с маслом	31	3,10505	0,00	5,32508	5,32508	21,36	120,19869
	Итого за прием	331	11,25701	3,3	15,50409	6,39508	62,91803	412,31626
	10-00 ч.							
031-9	Сок	125	0,7	0,00	0,14	0,00	14,14	58,51
	Итого за прием	125	0,7	0,00	0,14	0,00	14,14	58,51
	Обед							
27/1/2	Салат из карт. с кукурузой	40	0,9	0,04	4,1	0,2	5,8	64
165-1/2	Рассольник Ленинг. со сметан.	150	2,39639	1,23	3,85016	11,36	17,46852	110
5/9/2	Биточки из м/куры	60	14,3	1,2	11,7	0,5	11,9	211
205	Капуста тушеная	100	21,65049	13,5	8,11033	2,5	13,96443	203
9/10/2	Кисель из кураги	150	2,64	0,00	48	0,00	16,72	66
н003-1	Хлеб ржаной	20	2,64	0,00	0,48	0,00	10,02	42
044	Соль	5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
500	Аскорбиновая кислота	0,005	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого за прием	525	31,75	14,73	64,72	14,66	58,17295	696
	Полдник							
9/5	Запеканка из творога	100	16,9	8	9,6	2,87	13,2	209
185	Повидло	20	1,1059	0,00	1,30557	0,00	8,60164	44,23869
281	Кефир	110	4,19	0,05	4,79	0,00	6,14	76,1
049	Хлеб пшеничный	15	1,52	0,00	0,18	0,2	10,02	42,26164
	Итого за День	245	23,71	8,05	15,87	3,07	37,96	371,6
		1206	67,25	26,08	96,62	24,66	191,32	2337,08

2. Вторник

Приказ № 50 от 01.02 2022

МАДЮУ № 410



Т/К	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
038/1	Омлет натуральный	100	11,80721	2,35	15,1116	0,32	3,78836	201,74813
14/10/2	Какао с молоком	150	0,0423	0,00	0,00443	0,00	12,93754	50,0462
035/9	Батон с маслом	35/6	3,10508	0,00	5,32508	0,9	21,36	120,19869
	Итого за прием		291	14,94	20,44	1,22	38,09	372,02
	10:00							
129	Банан	130	1,89	0,00	0,12607	0,00	27,46803	103,28961
	Итого за прием	130	1,89	0,00	0,13	0,00	27,47	103,93
098	Помидор св. порц.	40	0,54918	1,47	2,08377	0,32	2,40623	25,92738
НЗ9с/2	Борщ с фасолью и мясом	150	5,95213	2,1	6,15311	1,5	9,36115	111,16387
10/7/2	Кнели рыбные	60	8,86459	0,00	2,2682	4,81	4,26246	87,91643
153	Картофельное пюре	120	2,97	0,9	3,95	0,023	13,41	92,93
15/10/2	Напиток из шиповника	150	0,32	0,00	0,00	0,00	18,17	68,75
Н003-1	Хлеб ржаной	20	2,64	0,00	0,48	0,00	16,72	66,23
044	Соль	5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
500	Аскорбиновая кислота	0,005	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого за прием	545	21,2959	4,47	10,9851	6,653	50,91984	426,43
	Полдник							
11/4/2	Каша пшениная молочная	150	3,92	2,47	4,08	2,87	21,32	178
8/12	Сдоба обыкновенная	60	6,84	0,74	6,18	0,03	33,23	213,53
270	Йогурт питьевой	100	7,49	4,49	4,79	0,00	12,72	116,52
049	Хлеб пшеничный	15	1,52	0,00	0,18	0,00	10,02	42,26
	Итого за прием	295	19,77	7,7	15,23	2,9	77,29	550,31
	Итого за День	1291	59,42	14,52	46,97	10,77	203,79	1452,69

3. Среда

МАДОУ № 410



Приказ № 50 от

01.02

2022

Утверждаю
Заведующий МАДОУ № 410

Т.Ю. Гросс

Т/К	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
7/4/2	Каша рисовая молочная	150	4,55	2,35	7,16	0,52	23,42	169,24
011	Кофейный напиток с молоком	150	3,87	2,9	3,48	0,75	22,9	134,79
034	Батон с маслом и сыром	35/5/6	5,44	0,00	7,74	0,9	21,36	149,23
	Итого за прием	346	13,86	5,25	18,38	2,17	67,68	453,26
	10:00 [190]							
	Итого за прием							
	Обед							
30/1	Салат из карт. моркови и огур. конс.	45	0,61	0,00	2,57	0,00	2,65	29,81
27/4/4	Суп крестьянский на м/б сметана	150	2,62	0,00	5,07	2,3	16,21	118,29
н15-1-3	Макароны с маслом	100	3,03	1	2,51	1	21,65	116,36
21/8/2	Тефтели из говядины паровые	60	14,7	2,35	15,7	3,58	3,5	214
6/10/2	Компот из сухофруктов	150	0,49	0,00	0,48	0,03	16,72	72,13
н003-1	Хлеб ржаной	20	2,64	0,00	0,03	0,03	18,26	66,23
050	Аскорбиновая кислота	0,005	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
044	Соль	5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого за прием	530	25,61	2,35	18,28	6,07	89,01	559,08
	Полдник							
312-4	Мандарины	100	0,35	0,00	0,35	0,00	10,38	39,60
262	Слушечка	10	1,1	0,2	1,3	0,12	8,6	44,24
363-4	Ряженка	100	4,49	4,49	8,99	8,99	6,14	125,8
17/5	Пудинг из творога	100	12,3	0,2	17,68	0,00	15,1	271,54
049	Хлеб пшеничный	15	1,52	0,00	0,18	0,2	10,02	42,26
	Итого за прием	325	19,76	4,89	28,5	9,63	50,24	523,44
	Итого за день	1201	59,54	12,49	65,26	17,87	217,03	1581,78

1818M

4. Четверг

МАДОР № 410

Приказ № 50 от 01.02

Т.Ю. Гросс

2022



Т/К	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г			Жиры, г			Углево-дв, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.				
	Завтрак									
15/4/2	Каша пшеничная молочная	150,00	4,67	2,93	6,82	0,50	21,21	160,33		
12/10/2	Чай с молоком	150,00	1,32	0,03	1,40	0,07	11,22	61,20		
035/9	Батон с маслом	35,00	3,11	0,04	6,15	0,00	21,37	127,04		
	Итого за прием	341,00	9,10	3,00	14,37	0,57	53,80	348,57		
	10:00 [100]									
031-9	Сок	125,00	3,37	0,00	4,15	0,00	14,13	109,57		
	Итого за прием	125,00	3,37	0,00	4,15	0,00	14,13	109,57		
	Обед									
014-1	Отруец порц.	30,00	0,39		0,07		1,77	8,29		
н145-4	Щи из св.капусты с мясом	150,00	2,70	0,40	3,60	0,32	9,50	81,00		
9/8/3	Печень по-строгородовски	50,00	11,50	1,20	10,05	5,27	4,52	109,24		
1/3/2	Картофель отварной	130,00	5,29	0,48	4,81	0,00	32,59	191,00		
4/10/2	Компот из кураги	150,00	0,31	0,00	0,01	0,02	18,35	71,47		
н003-1	Хлеб ржаной	20,00	2,64	0,04	48,00	0,00	16,72	66,23		
050	Аскорбиновая кислота	0,005	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
044	Соль	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	Итого за прием	535,00	22,44	1,64	66,47	5,61	81,68	589,87		
	Полдник									
1/4/3	Каша гречневая молоч.	120,00	5,07	0,20	6,51	0,30	5,99	96,81		
269	Снежок	100,00	0,04	0,00	0,00	0,00	12,93	50,05		
049	Хлеб пшеничный	15,00	1,52	0,00	0,18	0,14	10,02	42,26		
208	Печенье	10,00	1,92	0,21	1,12	0,40	31,08	128,07		
	Итого за прием	275,00	25,65	0,41	16,63	0,84	69,83	463,13		
	Итого за день	900,00	35,00	5,05	101,62	7,02	219,44	1510,57		

5.Пятница

МАДЛОУ № 410



Заведующий МАДЛОУ № 410
Т.Ю. Гросс
01.фев 2022

Приказ № 50 от 410

2022

Т/К	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г			Жиры, г			Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.				
	Завтрак									
4/4/2	Каша кукурузная молоч.	150,00	5,47	2,30	7,37	1,29	29,25	191,10		
011	Кофейный напиток с молоком	150,00	2,80	0,00	2,81	0,07	16,87	102,47		
035/9	Батон с маслом	35,00	3,11	0,46	6,15	0,90	21,37	127,04		
	Итого за прием	341,00	11,38	2,76	16,33	2,26	67,49	420,61		
	10:00									
312-1	Мандарины	110,00	0,50	0,00	0,10	0,00	10,10	46,00		
	Обед [760]									
423/2	Суп рыбный с крупной	150,00	7,92	3,96	5,33	5,33	14,54	297,80		
33/8-410	Колбаски с отрубями	80,00	26,90	1,03	19,30	0,65	4,50	302,00		
16/3/3	Свекла тушеная со сметаной	100,00	17,65	3,50	19,66	4,19	6,55	272,28		
4/10/2	Компот из изюма курага	150,00	0,33	0,00	0,08	0,04	18,36	54,84		
044	Соль	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
050	Аскорбиновая кислота	0,005	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
н003-1	Хлеб ржаной	20,00	1,98	0,00	0,36	0,02	12,54	49,31		
	Итого за прием	505,00	54,78	8,49	44,73	10,23	56,49	976,23		
	Полдник									
21/2/3	Суп молочный с лапшой	150,00	10,27	2,30	5,13	1,40	0,00	81,51		
049	Хлеб пшеничный	15,00	2,38	1,45	3,58	0,01	20,73	121,55		
271	Кефир	100,00	4,19	0,20	4,79	2,10	6,14	76,76		
8/12	Сдоба обыкновенная	60,00	2,50	0,21	1,30	0,40	15,20	83,00		
	Итого за прием	325,00	19,34	4,16	14,80	3,91	42,07	362,82		
	Итого за день	1281,00	87,52	15,41	76,14	16,53	186,17	1847,31		

6. Понедельник

Приказ №

МАДОВ № 410

50 от 01.02

2022



Утверждаю
Заведующий МАДОВ № 410

Т.Ю.Гросс

Т/К	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г			Жиры, г			Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.				
	Завтрак									
6/4/2	Каша из овсяных хлопьев на конц.	150,00	5,83	2,35	8,57	1,32	21,94	175,84		
035/9	Батон с маслом	35,00	3,11	0,00	6,15	0,75	21,37	126,13		
11/10/2	Чай с сахаром и лимоном	150,00	2,20	0,30	2,24	0,90	17,89	100,97		
	Итого за прием	335,00	11,14	2,65	16,96	2,97	61,20	402,94		
	10:00									
031-9	Сок	125,00	0,70	0,00	0,14	0,00	14,14	58,49		
	Итого за прием	125,00	0,70	0,00	0,14	0,00	14,14	58,49		
47с/4	Суп-лапша с мясом курры	150,00	1,01	1,01	1,58	1,58	4,88	34,11		
Н114	Котлета из м/куры	60,00	20,32	11,20	7,67	0,81	3,34	162,18		
180	Рагу из овощей	100,00	2,13	2,13	3,47	3,47	13,31	92,93		
6/10/2	Компот из сухофруктов	150,00	0,33	0,03	0,01	0,00	21,62	82,80		
044	Соль	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
500	Аскорбиновая кислота	0,005	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Н003-1	Хлеб ржаной	20,00	2,64	0,00	0,48	0,48	16,72	72,40		
	Итого за прием	485,00	26,43	14,37	13,21	6,34	59,87	444,42		
	Полдник									
2/5	Запеканка из творога с рисом	100,00	13,14	3,49	19,83	0,25	17,13	303,34		
271	Кефир	100,00	5,80	5,80	6,40	0,00	8,00	116,60		
262	Молоко стуч.	10,00	0,08	0,00	0,00	0,00	13,30	45,80		
144	Хлеб пшеничный	15,00	1,52	0,00	0,18	0,20	10,02	41,96		
	Итого за прием	225,00	20,54	9,29	26,41	0,45	48,45	507,70		
	Итого за день	1345,00	58,81	26,31	56,70	9,76	183,66	1413,55		

7. Вторник

МАДЛОУ № 410

Приказ № 50 от "01" декабря 2022



2022

Т/К	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
Н038/2	Омлет натуральный	80	10,11	3	10,27	0,75	5,67	154,46
14/10/2	Какао с молоком	150	1,32	0,24	1,4	0,75	11,22	60,7
035/9	Батон с маслом	35	3,11	0,00	6,15	0,9	21,37	126
	Итого за прием	265	4,43	3,24	7,55	2,4	32,59	341,16
	10:00							
090-1	Апельсин	100	1,2	0,00	0,27	0,00	13,7	48,44
	Итого за прием	100	1,2	0,00	0,27	0,00	13,7	48,44
	Обед							
19/1/2	Салат из морск.капусты с морков.	40	1,31	0,00	9,08	0,00	4,14	103,9
086/2	Суп гороховый	150	2,5	0,2	2,6	0,57	11,8	82
Н149	Биточки рыбные	60	15,02	1,23	0,23	0,59	7,04	147,14
1/10/2	Компот из яблок	150	0,17	0,00	0,00	0,00	18,38	68,47
3/3/3	Картофельное пюре	100	2,79	0,35	4,05	0,75	18,36	115,80
500	Аскорбиновая кислота	0,005	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
044	Соль	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Н003-1	Хлеб ржаной	20	3,3	0,00	0,6	0,6	16,7	88,39
	Итого за прием	525	26,41	1,78	16,69	2,64	85,76	650,58
	Полдник							
Н151-3	Макароны с маслом	100	2,47	1,18	2,86	1,52	9,39	71,29
270	Йогурт питьевой	100	7,49	0,00	4,79	0,24	12,73	115,53
150/4	Ватрушка с повидлом	60	5,33	0,08	6,26	0,2	29,8	194,81
049	Хлеб пшеничный	15	1,52	0,00	0,18	0,00	10,02	41,92
	Итого за прием	275	16,81	1,26	9,3	1,72	56,00	423,55
	Итого за День	1165	48,85	6,28	33,81	6,76	188,05	1463,73

8.Среда

Приказ № 50 от 01.02

2022



МАДЛОУ № 410

Т/К	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
11/4/2	Каша пшенная мол.	150,00	4,45	3,34	5,94	0,20	21,95	159,00
036	Кофейный напиток с молок.	105,00	2,23	0,57	2,02	0,07	14,25	81,48
189-1	Батон с маслом и сыром	38832,00	5,44	4,71	7,73	0,90	14,25	148,20
	Итого за прием	290,00	12,12	8,62	15,69	1,17	50,45	388,68
	10:00							
031-9	Сок	125,00	0,70	0,00	0,14	0,00	14,14	58,51
	Итого за прием	125,00	0,70	0,00	0,14	0,00	14,14	58,51
	Обед							
258/3	Свекольник со сметаной	150,00	4,02	0,08	3,06	0,27	15,81	102,40
21/8/2	Тэфтели из говядины в мол.соусе	60,00	9,40	3,20	9,70	2,30	8,00	157,00
3/3/3	Картофельное пюре	100,00	3,10	1,23	4,20	1,20	20,60	135,00
6/10/2,	Компот из сухофруктов	150,00	0,49	0,00	0,03	0,03	18,26	72,13
044	Соль	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
500	Аскорбиновая кислота	0,005	0	0	0	0	0	0
н003-1	Хлеб ржаной	20,00	3,30	0,00	0,60	0,60	16,70	88,39
	Итого за прием	485,00	20,31	4,51	17,59	4,40	79,37	554,92
	Полдник							
346	Яблоко	100,00	0,36	0,00	0,27	0,00	9,81	37,80
19/5/3	Суфле творожное	80,00	14,42	12,76	22,22	10,95	16,34	327,86
262	Стуцелка	10,00	1,10	0,08	1,30	0,07	16,35	44,24
363-4	Раженка	100,00	4,49	4,49	8,99	8,99	6,14	125,80
049	Хлеб пшеничный	15,00	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32
	Итого за прием	305,00	22,35	17,33	32,78	20,21	62,65	603,02
	Итого за День	1205,00	75,68	35,81	79,37	31,51	137,37	1732,44

9. Четверг

МАДОУ № 410



Приказ № 1/от "01" 01.фев

2022

Т/К	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
4/4/2	Каша кукурузная молочная	150,00	4,99	2,99	5,88	0,51	25,63	175,47
036	Кофейный напиток с молоком	105,00	3,01	2,90	2,88	0,07	13,36	89,56
035/9	Батон с маслом	35,00	3,11	0,00	6,15	0,90	21,36	126,00
	Итого за прием	290,00	11,11	5,89	14,91	1,48	60,35	391,03
	10:00							
031	Сок	120,00	0,64	0,00	0,49	0,00	16,68	69,26
	Итого за прием	120,00	0,64	0,00	0,49	0,00	16,68	69,26
	Обед							
098	Помидор порц.	50,00	0,60	0,60	6,00	6,00	2,10	65,00
195-4	Суп карт. с зеленым горошком	150,00	8,40	1,23	2,84	1,02	17,32	123,05
39/8	Запеканка капустная с говядиной	100,00	2,86	1,02	4,75	0,05	15,28	110,53
8/10/1	Кисель из брусники	180,00	0,48	0,00	0,03	0,00	17,08	67,75
044	Соль	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Н003-1	Хлеб ржаной	20,00	3,30	0,00	0,60	0,60	16,70	88,39
500	Аскорбиновая кислота	0,005	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого за прием	505,00	16,96	2,85	20,35	7,80	77,82	499,6
	Полдник							
1/6/1	Яйцо	40,00	11,98	0,00	10,13	0,00	0,68	141,73
148/2	Шангя с картошкой	70,00	6,93	0,24	10,81	1,20	9,08	34,40
266	Бийогурт	110,00	7,49	7,49	4,79	4,79	12,73	127,30
049	Хлеб пшеничный	15,00	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	67,32
	Итого за прием	235,00	28,38	7,73	25,93	6,19	36,50	370,75
	Итого за День	1150,00	48,51	16,74	55,80	16,67	201,70	1279,98

10.Пятница

МАДЛОУ № 410

Приказ № 12 от "12" Т.Ю.Г.росс 2022



Т/К	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г			Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
	Завтрак								
14/4/2	Каша ячневая, молочная	150,00	3,89	2,35	4,88	1,32	16,82	115,96	
285-1	Какао с молоком	105,00	3,11	2,90	6,15	0,75	21,36	126,17	
189-1	Батон с маслом, сыром	35,00	3,11	0,00	6,15	0,90	21,37	126,17	
	Итого за прием	290,00	12,75	5,29	13,97	2,97	69,23	368,30	
	10:00								
031/1	Сок	100,00	0,46	0,00	0,47	0,00	13,49	46,82	
	Итого за прием	100,00	0,46	0,00	0,47	0,00	13,49	46,82	
	Обед								
29/1/2	Салат карт.морковь,свекла	40,00	1,20	0,02	5,44	1,23	0,00	57,06	
10/2/3	Расолыник домашний со сметаной	150,00	6,49	2,96	6,56	2,12	11,21	123,29	
14/7/3	Суфле из рыбы	50,00	11,80	1,27	3,40	2,48	2,60	89,00	
337	Рис с овощами	120,00	2,27	2,27	4,23	4,23	17,99	119,21	
15/10/2	Напиток из шиповника	150,00	0,07	0,00	0,07	0,00	14,79	56,13	
044	Соль	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
050	Аскорбиновая кислота	0,005	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Н003-1	Хлеб ржаной	20,00	2,64	0,00	0,48	0,48	16,72	72,40	
	Итого за прием	535,00	24,47	6,52	20,18	10,54	63,31	517,09	
	Уплотненный полдник								
4/6	Омлет с картофелем	80,00	1,88	0,00	2,56	0,00	22,62	104,71	
271	Кефир	100,00	5,80	5,80	6,40	0,00	8,00	116,60	
049	Хлеб пшеничный	15,00	1,32	0,00	0,13	0,13	9,34	44,88	
	Итого за прием	220,00	9,00	5,80	9,09	0,13	39,96	559,19	
	Итого за День	1145,00	47,08	18,01	43,24	13,64	262,59	1491,40	

11.Понедельник

МАДОВ № 410

Приказ № 10 от 10.01.2022

2022



Т/К	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
15/4/2	Каша пшеничная на молоке	150,00	5,95	2,36	7,93	2,23	23,67	189,32
011	Кофейный напиток с молоком	120,00	3,01	2,90	2,88	0,07	13,36	101,12
035/9	Батон с маслом	36,00	3,11	0,00	6,15	0,00	21,37	126,31
	Итого за прием	306,00	12,07	5,26	16,96	2,30	58,40	416,75
031/1	Сок	100,00	1,99	0,00	0,13	0,00	28,99	108,13
	Итого за прием	100,00	1,99	0,00	0,13	0,00	28,99	108,13
	Обед							
275/2	Икра кабачковая	30,00	2,00	0,00	8,98	8,98	9,38	121,82
044	соль	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Н003-1	Хлеб ржаной	20,00	1,98	0,00	0,36	0,60	12,54	49,38
47с/4	Суп-лапша с м/к	150,00	7,74	0,23	3,35	2,35	13,00	106,17
634	Сердце говьяжье в соусе смет.	60,00	6,20	0,47	12,61	0,00	0,87	145,15
153	Картофельное пюре	120,00	2,86	1,02	4,75	0,05	15,28	110,53
9/10/2	Кисель из кураги	150,00	0,54	0,00	0,01	0,03	22,76	86,23
500	Аскарбиновая кислота	0,005	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого за прием	535,00	22,64	1,72	30,15	12,11	83,17	661,29
	Полдник							
Н039-5	Запеканка из творога	100,00	14,76	3,40	18,65	0,00	19,99	679,81
004	Сгущенка	15,00	0,80	0,00	0,10	0,10	1,70	12,69
281	Кефир	110,00	14,76	0,00	4,79	0,00	6,14	76,30
049	Хлеб пшеничный	15,00	1,52	0,00	0,18	0,00	10,02	42,02
	Итого за прием	240,00	31,84	3,40	23,72	0,10	37,85	810,82
	Итого за день	1181,00	65,54	10,38	10,38	5,56	199,03	1874,42

Утверждено
Заведующий МАДОУ № 410
К.Ю.Г. Росс

МЕНЮ

12. Вторник

Приказ № 50

01.02

2022

МАДОУ № 410

Т/К	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
Н038/1	Омлет натуральный	100	10,9	2,35	12,95	0,32	1,98	170,62
285	Какао с молоком	200	3,87	2,9	3,48	0,75	22,9	134,79
035/1	Батон с маслом	46	2,31	0	0,9	0,9	15,03	78,94
	Итого за прием	346	17,08	5,25	17,33	1,97	39,91	384,35
	10-00 ч.							
031/1	Сок	100	0,7	0	0,14	0	14,14	58,45
	Итого за прием	100	0,7	0	0,14	0	14,14	58,45
014-5	Огурец порционный	30	0,87	0,05	1,81	0,32	6,46	39,32
137	Ши с мясом со сметаной	200	5,71	4,98	6,12	1,23	7,24	102,69
149С-5	Тефтели рыбные	80	15,77	0,026	8,38	4,21	5,21	159,19
63С	Картофель отварной	150	2,8	0,02	4,1	0,12	17,1	118
115/1	Компот из сухофруктов	200	0,28	0	0	0	18,93	70,61
003	Хлеб ржаной	40	1,98	0	0,36	0	12,54	49,27
044	Соль	5	0	0	0	0	0	0
500	Аскорбиновая кислота	0,005	0	0	0	0	0	0
	Итого за прием	725	27,41	5,076	20,77	5,88	67,48	539,08
	Уплотненный полдник							
Н123С5	Каша из геркулеса на молоке	150	4,49	2,47	6,66	2,87	19,05	140,73
6/12/1	Ватрушка со сметаной	80	4,58	0,35	4,22	0,57	38,42	205,79
266	Йогурт питьевой	130	5,8	5,8	6,4	0	8	116,6
049	Хлеб пшеничный	15	1,98	0	0,2	0,2	14,01	67,32
	Итого за прием	375	16,85	8,62	17,48	3,64	79,48	530,44
	Итого за день	1556	63,56	18,946	55,9	11,67	211,03	1554,24

МЕНЮ

14.Четверг

МАДОУ № 410

Приказ № 13 от 13.06.2022



2022

Т/К	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
11/4/2	Каша пшеничная молочная	150	5,49	2,35	6,37	0,32	28,63	191,31
036	Кофе с молоком	105	3,87	2,9	3,48	0,75	16,86	104,24
035/9	Батон с маслом	36	3,11	0	6,15	0	21,37	126,05
	Итого за прием	291	12,47	5,25	16	1,07	66,86	421,6
	10-00 ч.							
346	Яблоко	100	0,63	0	0,63	0,14	18,69	64,77
	Итого за прием	100	0,63	0	0,63	0,14	18,69	64,77
285/1	Салат из св.помидор	45	0,48	0	0,06	0	2,28	7,63
165-1/2	Рассольник" Ленинградский"	150	1,8	0,01	2,8	0,02	14,04	80,9
н041	Запеканка кар.с мясом	150	8,76	6,71	9,95	4,54	9,62	163,25
4/10/2	Компот из кураги и изюма	150	0,49	0	0	0	18,71	69,4
049	Хлеб пшеничный	15	1,52	0	0,18	0	10,02	41,93
н003-1	Хлеб ржаной	20	1,98	0	0,36	0	12,54	49,28
500	Аскарбиновая кислота	0,005	0	0	0	0	0	0
044	Соль	5	0	0	0	0	0	0
	Итого за прием	535	15,03	6,72	13,35	4,56	67,21	412,39
	Полдник							
43-2/3/3	Макароны с сыром	100	5,1	2,03	3,9	2,87	6,5	82
298	Печенье	25	0,12	0	0	0	22,98	79,78
281	Кефир	110	4,19	0,023	4,79	0	11,81	98,54
049	Хлеб пшеничный	15	1,52	0	0,18	0	6,14	76,15
	Итого за прием	250	10,93	2,053	8,87	2,87	47,43	336,47
	Итого за День	1076	39,06	14,023	38,85	8,64	200,19	1235,14

МЕНЮ

15. Пятница

МАДОУ № 410



Приказ № 50 от 15.05.2022

2022

Т/К	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.	всего	в т.ч. раст.	
	Завтрак								
5/4/2	Каша манная молочная	150	6,44	2,35	6,32	0,32	31,29	209,34	
14/10/2	Какао с молоком	150	3,01	2,9	2,88	0,07	13,36	89,56	
035/9	Батон с маслом	36	5,44	0	7,74	0,9	21,36	147,99	
	Итого за прием	336	14,89	5,25	16,94	1,29	66,01	446,89	
	10-00 ч.								
031/1	Сок	100	0,7	0	0,14	0	14,14	58,44	
	Итого за прием	100	0,7	0	0,14	0	15,58	58,44	
014-1	Огурец порц.	40	0,84	0,02	1,88	0,56	6,08	41,85	
424/2	Суп из свежей рыбы с крупной	150	9,86	2,3	4,5	2,35	17,32	144,18	
20/8/1	Тефтели из говядины	60	12,42	0,5	10,88	2,71	3,73	162,7	
362	Пюре из гороха	150	2,93	0,04	4,83	0,01	13,62	98,78	
500	Аскорбиновая кислота	0,005	0	0	0	0	0	0	
15/10/2	Напиток из шиповника	150	0,32	0	0	0	18,17	68,2	
044	Соль	5	0	0	0	0	0	0	
003	Хлеб ржаной	40	1,98	0	0,36	0	12,54	49,28	
	Итого за прием	555	28,35	2,86	22,45	5,63	71,46	564,99	
	Полдник								
180	Овощное рагу	100	2,62	0,12	3,4	1,23	9,75	77,97	
8/12	Сдоба обыкновенная	60	4,73	0,12	6,08	0,05	41	232,99	
270-1	Йогурт питьевой	110	4,98	4,98	3,19	3,9	8,48	84,74	
049	Хлеб пшеничный	15	1,52	0	0,18	0	10,02	41,93	
	Итого за прием	285	13,85	5,22	12,85	5,18	69,25	437,63	
	Итого за День	1276	50,67	13,33	52,56	12,23	232,32	1548,99	

МЕНЮ

16.Понедельник

МАДОУ № 410



Утверждаю
Заведующий МАДОУ № 410
Т.Ю.Гросс

2022

Т/К	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
14/4/2	Каша ячневая молоч.концен.	150	4,62	2,35	6,23	0,32	25,05	170,27
036	Кофейный напиток с молоком	105	2,8	0,2	2,81	0,75	16,86	101,68
189-1	Батон с маслом,сыром	35	5,26	0	7,54	0,9	21,36	145,78
	Итого за прием	290	12,68	2,55	16,58	1,97	63,27	417,73
	10-00 ч.							
031/1	Сок	100	0,75	0	0,15	0	15,15	62,64
	Итого за прием	100	0,75	0	0,15	0	15,58	62,64
19/1/2	Салат мор.капусты с морковью	40	0,22	0	3,02	0	1,06	142,18
10/2/3	Рассольник Домашний	150	1,9	1,9	2,8	1	11,1	78
4/9/2	Плов из отварной курды	180	23,04	1,26	10,96	0,87	38,38	328,71
5/10/2	Компот из изюма и чернослива	150	0,17	0	0	0	18,37	68,52
500	Аскорбиновая кислота	0,005	0	0	0	0	0	0
044	Соль	5	0	0	0	0	0	0
Н003-1	Хлеб ржаной	20	1,98	0	0,36	0	12,54	49,3
	Итого за прием	545	27,31	3,16	17,14	1,87	81,45	666,71
	Полдник							
270-1	Йогурт питьевой	110	7,48	0,03	4,79	0,25	12,69	115,62
185	Повидло	20	1,47	0,034	1,74	0,56	11,47	58,96
Н039-5	Запеканка из творога	100	15,28	0,4	19,65	1,26	11,45	288
049	Хлеб пшеничный	15	1,52	0,4	0,18	0	10,02	41,94
	Итого за прием	245	25,75	0,83	26,36	2,07	45,63	504,52
	Итого за День	1180	66,49	6,54	60,23	5,91	205,93	1651,6

МЕНЮ

17. Вторник

МАДОУ № 410

Приказ №



2022

Утверждаю
 Заведующий МАДОУ № 410
 Г.Ю. Гросс

Т/К	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
038/1	Омлет натуральный	100	10,12	2,35	10,26	0,32	5,67	154,46
12/10/2	Чай с молоком	150	3,01	2,9	2,88	0,07	13,36	89,56
261	Батон с маслом	34	3,11	0,56	6,15	0,9	21,36	120,2
005	Печенье	15	3,2	3,2	2,8	2,8	80,9	350
	Итого за прием	299	16,33	9,01	22,09	4,09	121,29	363,76
	10-00 ч.							
090-1	Апельсин	100	1,26	0	0,28	0	14,42	50,98
	Итого за прием	100	1,26	0	0,28	0	14,42	50,98
014-2	Огурец пор.	20	0,86	0,02	5,38	1,3	6,58	76,13
Н086-5	Суп гороховый с мясом	150	5,71	1,13	6,13	1,05	7,24	102,67
10/7/2	Кнели рыбные паровые	60	16,7	1,13	7,87	0,02	2,19	146,52
6/10/2,	Компот из сухофруктов	150	0,28	0	0	0	18,93	70,6
Н003-1	Хлеб ржаной	20	1,98	0	0,36	0	12,54	49,27
074	Картофельное пюре	100	2,97	0,9	3,947	0,023	22,012	131,66
044	соль	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
500	Аскорбиновая кислота	0,005	0	0	0	0	0	0
	Итого за прием	505	28,5	3,18	23,687	2,393	47,48	576,85
	Полдник							
2/4/3	Каша гречневая молочная	120	4,4	0,45	5,57	2,87	16,69	130,55
8/12	Сдоба обыкновенная	60	6,92	0,04	10,8	1,14	36,63	270,7
281	Кефир	110	7,49	7,49	4,79	0	12,73	115,53
049	Хлеб пшеничный	15	1,52	0	0,18	0	12,73	41,98
	Итого за прием	305	20,33	7,98	21,34	4,01	78,78	558,76
	Итого за День	1209	67,65	16,97	64,777	7,693	191,09	1592,27

МЕНЮ

18.Среда

МАДОУ № 410

Приказ №

от

г. Ярославль

2022



Т/К	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.	всего	в т.ч. раст.	
	Завтрак								
15/4/2	Каша пшеничная молочная	150	6,45	2,35	6,31	0,32	37,56	391,06	
219-1	Кофе с молоком	150	3,87	2,9	3,48	0,75	22,9	134,79	
189	Батон с маслом сыром	33	3,11	0,56	6,15	0,9	21,36	126,04	
	Итого за прием	333	13,43	5,81	15,94	1,97	81,82	651,89	
	10-00 ч.								
344	Яблоко	110	0,53	0	0,53	0	15,58	54,46	
	Итого за прием	110	0,53	0	0,53	0	15,58	54,46	
1/1/2	Зеленый горошек	40	0,8	0	0,1	0,01	3,9	14,28	
25/2/3	Суп-пюре картофельный	150	2,61	0,3	5,07	1,21	16,21	117,35	
30/8/2	Голубцы, ленивые говяжья	180	16,53	1,24	15,86	1,03	23,33	297,6	
8/10/1	Кисель из брусники	180	0,17	0	0,13	0,13	9,34	44,88	
500	Аскорбиновая кислота	0,005	0	0	0	0	0	0	
И003-1	Хлеб ржаной	20	1,98	0	0,36	0	12,54	49,28	
044	Соль	5	0	0	0	0	0	0	
	Итого за прием	575	22,09	1,54	21,52	2,38	65,32	523,39	
	Полдник								
13/5	Запеканка твор. с.морковью	100	13,93	1,27	24,48	2,87	17,47	311,98	
004	Слушанка	15	1,11	0	1,13	0	8,6	44,24	
363-4	Раженка	100	4,49	0,02	8,98	0,25	6,14	114,2	
049	Хлеб пшеничный	15	1,98	0	0,18	0	10,02	67,32	
	Итого за прием	230	21,51	1,29	34,77	3,12	42,23	537,74	
	Итого за День	1248	59,01	8,64	72,94	7,47	204,95	1834,8	

19 четверг

МАДОУ № 410

Приказ № 502 от "01" октября 2018 г.

2022



Утверждаю
Заведующий МАДОУ № 410
Т.Ю. Гросс

Т/К	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
	Каша греча, рис молочная с маслом сливочным	150	5,79	2,35	4,29	0,32	27,33	191,12
18/4/2	Какао с молоком	150	3,01	2,9	2,88	0,07	13,36	89,56
220	Батон с маслом,	31	3,1	0	5,32	0,02	21,36	120,2
035/2	Итого за прием	331	11,9	5,25	12,49	0,41	62,05	400,88
	10-00 ч.							
269	Снежок	100	4,19	0,05	4,79	0	80,14	240,3
	Итого за прием	100	4,19	0,05	4,79	0	80,14	240,3
288/1	Салат из св. помидор	45	0,75	0,01	3,13	0,04	3,27	38,16
Н39с/2	Борщ с мясом свинины	150	9,89	1,27	6,9	1,07	17,73	167,38
149с	Биточки рыбные	50	26,9	2	2,9	0,2	13,6	94
15/10/2	Напиток из шиповника	150	0,32	0	0	0	18,17	68,75
Н003-1	Хлеб ржаной	20	1,98	0	0,36	0,6	12,54	49,26
173	Пюре картофельное	110	2,86	1,02	4,75	0,05	15,28	110,53
044	Соль	5	0	0	0	0	0	0
500	Аскорбиновая кислота	0,005	0	0	0	0	0	0
	Итого за прием	530	42,7	4,3	18,04	1,96	11,8	639,18
	Полдник							
Н038/2	Омлет натуральный	80	3,4	0,12	4,25	1,02	11,22	60,7
183	Банан	120	0	0	0,14	0	14,14	58,42
10/10/2	Чай с сахаром	150	0	0	0	0	11,8	45,07
049	Хлеб пшеничный	15	1,52	0	0,18	0,2	10,02	41,91
	Итого за прием	365	4,92	0,12	4,57	1,22	47,18	206,1
	Итого за День	1326	65,23	9,72	40,07	3,59	201,17	1486,16

МЕНЮ

20 пятница

МАДОУ № 410

Приказ № _____ от "___" _____ 2022

Утверждаю
Заведующий МАДОУ №410
Т.Ю. Гросс



Т/К	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
19/4/2	Каша молочная	150	3,29	1,03	3,82	0,9	12,52	95,78
219-1	ассорти(пшенично- кукурузная)	150	3,01	2,9	2,88	0,07	13,36	89,56
189	Кофейный напиток с молоком	33	3,11	0	6,15	0,9	21,37	125,98
	Батон с маслом,сыром							
	Итого за прием	333	9,41	3,93	12,85	1,87	47,25	311,32
	10-00 ч.							
031/1	Сок	100	0,36	0	0,27	0	9,27	38,4
	Итого за прием	100	0,36	0	0,27	0	9,27	38,4
130	Салат из огурцов и помидор	40	1,2	0,03	5,44	1,1	5,68	66,95
18/2/3	Суп картоф.с макаронами	150	6,59	1,13	7,25	1,26	11,85	124,12
63-1/1	Картофель отварной	130	11,53	1,36	11,22	1,22	11,48	189,73
22/8/2	Фрикадельки из говяд.	60	1,52	0	0,18	0	10,02	41,91
5/10/2	Компот из чернослива и изюма	150	0,49	0	0	0	18,71	69,36
Н003-1	Хлеб ржаной	20	1,98	0	0,36	0	12,54	49,26
044	Соль	5	0	0	0	0	0	0
500	Аскорбиновая кислота	0,005	0	0	0	0	0	0
	Итого за прием	555	23,31	2,52	24,45	3,58	70,28	576,97
	Полдник							
12/12	Пирожок с курагой	60	3,65	1,2	5,09	1,04	17,01	123,86
328	Яйцо вареное	40	0	0	1,12	0,02	32,36	127
270	Йогурт питьевой	100	0,5	4	0	0	11,8	45,07
049	Хлеб пшеничный	15	1,52	4,79	4,79	0	12,73	260,1
	Итого за прием	215	5,67	9,99	11	1,06	73,9	556,03
	Итого за День	1203	38,75	16,44	48,57	6,51	200,7	1482,72