



**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 223**

Юридический адрес: 620085, Свердловская область, г. Екатеринбург, б-р Самоцветный, д. 8  
тел.: 218-07-77, 218-09-77 e-mail: [mdou223@eduekb.ru](mailto:mdou223@eduekb.ru), сайт: [dc223.pf](http://dc223.pf)

Утверждаю:  
Заведующий МАДОУ №223  
Басова И.В.  
Приказ № 11- ОД от «12» января 2024г.



**СПЕЦИАЛЬНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ  
ДЛЯ ДЕТЕЙ, НУЖДАЮЩИХСЯ В ЛЕЧЕБНОМ И  
ДИЕТИЧЕСКОМ ПИТАНИИ**

**Возрастная категория: с 3 до 7 лет  
Длительность пребывания воспитанников – 10,5 часов**



Екатеринбург, 2024 г

**Меню**  
 7.ДОУ 223 АУ, Дети (безмол. меню), 5 д 10,5 ч День 1

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Второй завтрак</b>					
Сок фруктовый 100 г	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
<b>Итого:</b>	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
<b>Завтрак</b>					
Джем 30 гр	80,29500	0,00012	0,00000	0,02106	0,03
Каша геркулесовая безмолочная	191,65300	0,00402	0,00644	0,02633	0,2
Батон 40 гр	94,00000	0,00308	0,00120	0,02132	0,04
Чай 200 г	26,53000	0,00000	0,00000	0,00636	0,2
<b>Итого:</b>	392,47800	0,00722	0,00764	0,07507	0,47
<b>Обед</b>					
Икра кабачковая 45 гр	54,77800	0,00090	0,00404	0,00422	0,045
Суп крестьянский с крупой (безмол.)	150,25000	0,00168	0,00369	0,01163	0,2
Картофельное пюре (без молока)	151,20200	0,00275	0,00381	0,02409	0,15
Напиток из шиповника	75,16000	0,00032	0,00000	0,01818	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	72,40000	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
<b>Итого:</b>	443,79000	0,00829	0,01203	0,07484	0,635
<b>Полдник</b>					
Каша рисовая рассыпчатая 150г	194,24200	0,00372	0,00392	0,03017	0,15
Чай 150 гр,	31,45700	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Хлеб ржаной 25 гр	45,25000	0,00165	0,00030	0,01045	0,025
Пряник 30 гр	105,00000	0,00144	0,00084	0,02331	0,03
<b>Итого:</b>	375,94900	0,00681	0,00506	0,07074	0,355
<b>Всего:</b>	1389,69970	22,81300	24,82600	230,74600	1,56

Меню  
7.ДОУ 223 АУ, Дети (безмол. меню), 5 д 10,5 ч День 2

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Второй завтрак</b>					
Яблоко 100гр	39,60000	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
<b>Итого:</b>	39,60000	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
<b>Завтрак</b>					
Каша пшеничная безмолочная с	209,35200	0,00432	0,00468	0,02886	0,2
Джем 30 гр	80,29500	0,00012	0,00000	0,02106	0,03
Батон 40 гр	94,00000	0,00308	0,00120	0,02132	0,04
Чай 200 г	26,53000	0,00000	0,00000	0,00636	0,2
<b>Итого:</b>	410,17700	0,00753	0,00588	0,07759	0,47
<b>Обед</b>					
Суп крестьянский с крупой (безм	90,25000	0,00168	0,00369	0,01163	0,2
Салат из помидоров с растител	30,70000	0,00064	0,00211	0,00277	0,05
Суп из овощей на курином булье	44,01700	0,00115	0,00102	0,00733	0,15
Гуляш из отварного мяса (ясли	119,25100	0,01153	0,01005	0,00474	0,08
Котлета из мяса куры	126,11900	0,01541	0,00412	0,00433	0,08
Картофельное пюре (без молока	151,20200	0,00275	0,00381	0,02409	0,15
Макаронные изделия отварные 1	219,72500	0,00500	0,00322	0,03479	0,15
Компот из яблок и чернослива	78,89200	0,00019	0,00008	0,01726	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	72,40000	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
<b>Итого:</b>	932,55600	0,04099	0,02859	0,12365	1,105
<b>Полдник</b>					
Каша безмолочная ассорти (рис	138,80000	0,00218	0,00505	0,02005	0,2
Чай 150 гр,	31,45700	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Хлеб ржаной 25 гр	45,25000	0,00165	0,00030	0,01045	0,025
<b>Итого:</b>	215,50700	0,00383	0,00535	0,03731	0,375
<b>Всего:</b>	1599,50410	52,69500	40,16700	248,94100	2,05

Меню  
7.ДОУ 223 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч День 3

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Второй завтрак</b>					
Сок фруктовый 100 г	46,21296	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
<b>Итого:</b>	46,21296	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
<b>Завтрак</b>					
Омлет натуральный 120 гр.	176,66210	0,00942	0,01207	0,00303	0,12
Батон с маслом, сыром 40/5/9 г	161,29278	0,00526	0,00754	0,02136	0,054
Чай с молоком.	97,21477	0,00276	0,00296	0,01357	0,2
<b>Итого:</b>	435,16964	0,01744	0,02257	0,03796	0,374
<b>Обед</b>					
Салат из отвар. картофеля, мор	70,24185	0,00071	0,00448	0,00549	0,05
Суп картофельный с зеленым го	67,67185	0,00152	0,00279	0,00790	0,2
Тефтели из говядины с рисом "Е	180,81130	0,01143	0,01058	0,00593	0,08
Капуста тушеная.	109,26630	0,00293	0,00483	0,01392	0,15
Компот из сухофруктов	78,18028	0,00028	0,00000	0,01893	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	72,73519	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
<b>Итого:</b>	578,90676	0,01952	0,02316	0,06889	0,775
<b>Полдник</b>					
Морковь тушеная 100г	90,75000	0,00139	0,00461	0,01047	0,1
Чай 150 гр,	28,56537	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Шанежка с картофелем 70 гр	216,32625	0,00533	0,00627	0,02980	0,07
Хлеб пшеничный 20 гр	46,41389	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
<b>Итого:</b>	382,05551	0,00824	0,01105	0,05710	0,34
<b>Всего:</b>	1439,60627	45,70528	56,88125	174,05546	1,589

Меню  
7.ДОУ 223 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч День 4

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Второй завтрак</b>					
Груша 100 гр	42,70591	0,00036	0,00027	0,00931	0,1
<b>Итого:</b>	42,70591	0,00036	0,00027	0,00931	0,1
<b>Завтрак</b>					
Суфле творожное 120 гр	295,78218	0,01273	0,01793	0,01269	0,12
Джем 20 г.	52,68682	0,00008	0,00000	0,01375	0,02
Масло сливочное 5гр	37,57000	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Батон 40 гр	94,10682	0,00307	0,00120	0,02125	0,04
Какао с молоком 180г	82,79909	0,00282	0,00294	0,00948	0,18
<b>Итого:</b>	562,94491	0,01872	0,02619	0,05721	0,365
<b>Обед</b>					
Салат из огурцов с растительным	21,15755	0,00048	0,00150	0,00213	0,05
Свекольник вегетарианский со с	100,84377	0,00177	0,00410	0,01372	0,2
Тефтели рыбные в соусе 80 гр	116,55145	0,00751	0,00400	0,00696	0,08
Рис припущенный с овощами .	216,84714	0,00397	0,00719	0,03169	0,15
Компот из яблок 200г	34,70936	0,00006	0,00006	0,00824	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	74,37455	0,00270	0,00049	0,01710	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Чеснок 1 гр	0,68582	0,00010	0,00000	0,00009	0,001
<b>Итого:</b>	565,16964	0,01658	0,01735	0,07993	0,776
<b>Полдник</b>					
Каша ячневая молочная со слив	167,87755	0,00426	0,00641	0,02037	0,2
Чай 150 гр,	18,22645	0,00000	0,00000	0,00433	0,15
Хлеб пшеничный 20 гр	43,94250	0,00144	0,00017	0,00948	0,02
<b>Итого:</b>	230,04650	0,00570	0,00658	0,03419	0,37
<b>Всего:</b>	1397,37380	41,36164	50,38950	180,64064	1,611

Меню  
7.ДОУ 223 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч День 5

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Второй завтрак</b>					
Сок фруктовый 100 г	46,23469	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
<b>Итого:</b>	46,23469	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
<b>Завтрак</b>					
Каша молочная ассорти (пшени	191,61327	0,00495	0,00573	0,02577	0,18
Батон 40 гр	94,47959	0,00308	0,00120	0,02132	0,04
Масло сливочное 5гр	37,59082	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Кофейный напиток с молоком 18	105,96561	0,00252	0,00253	0,01545	0,18
<b>Итого:</b>	429,64929	0,01057	0,01359	0,06258	0,405
<b>Обед</b>					
Салат из морковью с раститель	54,72638	0,00059	0,00337	0,00668	0,05
Суп-пюре из картофеля 200 гр	93,17296	0,00241	0,00281	0,01290	0,2
Биточки (котлеты) из мяса говяд	264,90031	0,01855	0,01685	0,00303	0,08
Рагу из овощей	107,68633	0,00276	0,00400	0,01390	0,15
Компот из чернослива	75,22184	0,00019	0,00000	0,01809	0,2
Хлеб ржаной 30 гр.	54,57704	0,00198	0,00036	0,01254	0,03
Гренки 10 гр	27,86143	0,00086	0,00010	0,00547	0,01
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
<b>Итого:</b>	678,14628	0,02734	0,02748	0,07261	0,775
<b>Полдник</b>					
Снежок 150 г	124,96158	0,00389	0,00479	0,01632	0,15
Макаронные изделия отварные	199,74837	0,00606	0,00527	0,02827	0,13
Хлеб пшеничный 10 гр	23,21786	0,00076	0,00009	0,00501	0,01
<b>Итого:</b>	347,92781	0,01071	0,01015	0,04961	0,29
<b>Всего:</b>	1494,42871	49,12490	51,32449	194,89949	1,57

Меню  
7.ДОУ 223 АУ, Дети (безмол. меню), 5 д 10,5 ч День 6

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Второй завтрак</b>					
Сок фруктовый 100 г	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
<b>Итого:</b>	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
<b>Завтрак</b>					
Джем 30 гр	80,38333	0,00012	0,00000	0,02106	0,03
Каша геркулесовая безмолочная	193,58889	0,00402	0,00644	0,02633	0,2
Батон 40 гр	94,00000	0,00308	0,00120	0,02132	0,04
Чай 200 г	26,53000	0,00000	0,00000	0,00636	0,2
<b>Итого:</b>	394,50222	0,00722	0,00764	0,07507	0,47
<b>Обед</b>					
Горошек зеленый 50 гр.	39,11556	0,00147	0,00190	0,00298	0,05
Суп картофельный с мясными ф	191,43333	0,00687	0,00745	0,01468	0,2
Бигус с мясом без сметаны	149,67333	0,01268	0,00962	0,01298	0,18
Запеканка картофельная с пече	315,71667	0,01645	0,00881	0,02985	0,2
Напиток из шиповника	75,16000	0,00032	0,00000	0,01817	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	72,40000	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
<b>Итого:</b>	843,49889	0,04042	0,02827	0,09538	0,87
<b>Полдник</b>					
Макаронные изделия отварные 1	222,54889	0,00500	0,00322	0,03479	0,15
Чай с лимоном 150 гр	29,00333	0,00003	0,00000	0,00679	0,15
Печенье 10 гр	45,80000	0,00104	0,00052	0,00768	0,01
Хлеб ржаной 25 гр	45,25000	0,00165	0,00030	0,01045	0,025
<b>Итого:</b>	342,60222	0,00772	0,00404	0,05971	0,335
<b>Всего:</b>	1570,71600	55,86000	40,04333	240,25778	1,775

**Меню**  
 7.ДОУ 223 АУ, Дети (безмол. меню), 5 д 10,5 ч День 7

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Второй завтрак</b>					
Яблоко 100гр	39,60000	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
<b>Итого:</b>	39,60000	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
<b>Завтрак</b>					
Джем 30 гр	80,16250	0,00012	0,00000	0,02106	0,03
Каша ячневая безмолочная с ма	203,31000	0,00376	0,00397	0,02973	0,2
Батон 40 гр	94,00000	0,00308	0,00120	0,02132	0,04
Чай 200 г	26,53000	0,00000	0,00000	0,00636	0,2
<b>Итого:</b>	404,00250	0,00696	0,00517	0,07847	0,47
<b>Обед</b>					
Салат из огурцов с растительнь	25,90000	0,00047	0,00206	0,00210	0,05
Суп с клецками с мясом куры 18	102,18000	0,00496	0,00267	0,00988	0,18
Мясо кур отварное (порц.,без ко	201,65125	0,01183	0,01117	0,00058	0,07
Капуста тушеная 150 г	101,27000	0,00334	0,00283	0,01690	0,15
Компот из яблок 200г	161,77875	0,00007	0,00007	0,01479	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	72,40000	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
<b>Итого:</b>	565,18000	0,02331	0,01927	0,06097	0,69
<b>Полдник</b>					
Каша пшеничная безмолочная с	214,11000	0,00432	0,00468	0,02886	0,2
Чай 150 гр,	72,21500	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Хлеб ржаной 25 гр	45,25000	0,00165	0,00030	0,01045	0,025
<b>Итого:</b>	291,57500	0,00597	0,00498	0,04612	0,375
<b>Всего:</b>	1683,08438	36,59500	29,77625	195,94125	1,635



**Меню**  
**7.ДОУ 223 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч День 8**

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Второй завтрак</b>					
Сок фруктовый 100 г	46,23232	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
<b>Итого:</b>	46,23232	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
<b>Завтрак</b>					
Омлет натуральный 120 гр.	176,76716	0,00943	0,01208	0,00303	0,12
Батон с маслом, сыром 40/5/9 г	161,36141	0,00526	0,00754	0,02136	0,054
Чай с молоком 200 гр	67,74040	0,00132	0,00141	0,01122	0,2
<b>Итого:</b>	405,86897	0,01601	0,02103	0,03561	0,374
<b>Обед</b>					
Икра кабачковая 45 гр	54,81374	0,00090	0,00404	0,00422	0,045
Суп овощной на вегетарианском	63,81838	0,00134	0,00277	0,00781	0,2
Биточки (котлеты) из мяса говяд	264,89242	0,01855	0,01685	0,00303	0,08
Макаронные изделия отварные	232,12000	0,00588	0,00348	0,04092	0,15
Компот из сухофруктов	78,21303	0,00028	0,00000	0,01893	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	72,76566	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
<b>Итого:</b>	766,62323	0,02959	0,02763	0,09164	0,77
<b>Полдник</b>					
Свекла, тушеная со сметаной	78,39394	0,00162	0,00332	0,01126	0,1
Чай 150 гр.	28,57813	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Ватрушка с курагой	201,79571	0,00480	0,00325	0,03563	0,06
Хлеб пшеничный 20 гр	46,43333	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
<b>Итого:</b>	355,20111	0,00794	0,00675	0,06371	0,33
<b>Всего:</b>	1568,64601	54,03833	55,51333	201,06566	1,574

Меню-раскладка  
7.ДОУ 223 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч День 9

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Второй завтрак</b>					
Апельсин 100 гр	31,65128	0,00071	0,00016	0,00810	0,1
<b>Итого:</b>	31,65128	0,00071	0,00016	0,00810	0,1
<b>Завтрак</b>					
Джем 20 г	56,19359	0,00008	0,00000	0,01474	0,02
Масло сливочное 5гр	37,59179	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Пудинг творожный с изюмом 120	301,61692	0,01433	0,01741	0,01404	0,12
Батон 40 гр	92,37308	0,00301	0,00117	0,02084	0,04
Какао с молоком 180 гр	108,60144	0,00285	0,00296	0,01546	0,18
<b>Итого:</b>	596,37682	0,02030	0,02567	0,06512	0,365
<b>Обед</b>					
Салат из помидоров с растител	30,23841	0,00059	0,00210	0,00264	0,05
Борщ вегетарианский со сметан	75,33369	0,00174	0,00268	0,01112	0,2
Рыба(горбуша), запеченная с ка	363,18492	0,02264	0,01390	0,02920	0,2
Кисель из клюквы 180 гр,	52,18882	0,00011	0,00000	0,01184	0,18
Хлеб ржаной 40 гр	71,51821	0,00259	0,00047	0,01643	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
<b>Итого:</b>	592,46405	0,02768	0,01916	0,07123	0,725
<b>Полдник</b>					
Биойогурт 150 г	169,15231	0,00447	0,00447	0,02830	0,15
Каша манная молочная со слив	174,30508	0,00460	0,00671	0,02087	0,2
Хлеб пшеничный 20 гр	44,06769	0,00144	0,00017	0,00951	0,02
<b>Итого:</b>	435,15636	0,01058	0,01135	0,07106	0,385
<b>Всего:</b>	1651,58598	59,26051	56,33769	215,50949	1,575

Меню  
7.ДОУ 223 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч День 10

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Второй завтрак</b>					
Сок фруктовый 100 г	51,39796	0,00056	0,00011	0,01123	0,1
<b>Итого:</b>	51,39796	0,00056	0,00011	0,01123	0,1
<b>Завтрак</b>					
Каша пшенная молочная со слив	184,54352	0,00497	0,00696	0,02144	0,2
Батон с маслом, сыром 40/8/9 гр	189,06153	0,00557	0,01028	0,02185	0,055
Кофейный напиток на молоке	91,00454	0,00266	0,00267	0,01198	0,2
<b>Итого:</b>	464,60959	0,01320	0,01991	0,05526	0,455
<b>Обед</b>					
Салат из белокачанной капусты	33,70235	0,00085	0,00180	0,00457	0,05
Уха рыбацкая 0,200	103,92505	0,00526	0,00261	0,01104	0,2
Жаркое по - домашнему	304,01148	0,01851	0,01888	0,02515	0,23
Компот из изюма	56,51832	0,00017	0,00000	0,01374	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	72,81556	0,00264	0,00048	0,01673	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Чеснок 1 гр	0,59143	0,00008	0,00000	0,00008	0,001
<b>Итого:</b>	571,72388	0,02753	0,02377	0,07135	1,776
<b>Полдник</b>					
Макаронные изделия в молоке с	103,70015	0,00330	0,00437	0,01103	0,15
Чай 150 гр,	28,57969	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Пирожок с капустой	231,23862	0,00671	0,00587	0,03320	0,09
Хлеб пшеничный 20 гр	44,07857	0,00144	0,00017	0,00951	0,02
<b>Итого:</b>	407,59704	0,01145	0,01041	0,06055	0,41
<b>Всего:</b>	1568,70109	52,72536	54,20393	198,40015	2,741

Меню  
7.ДОУ 223 АУ, Дети (безмол. меню), 5 д 10,5 ч День 11

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Второй завтрак</b>					
Сок фруктовый 100 г	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
<b>Итого:</b>	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
<b>Завтрак</b>					
Джем 30 гр	80,25714	0,00012	0,00000	0,02106	0,03
Каша геркулесовая безмолочная	199,12000	0,00402	0,00644	0,02633	0,2
Батон 40 гр	94,00000	0,00308	0,00120	0,02132	0,04
Чай 200 г	26,53000	0,00000	0,00000	0,00636	0,2
<b>Итого:</b>	399,90714	0,00722	0,00764	0,07507	0,47
<b>Обед</b>					
Салат из белокачанной капусты	43,47857	0,00077	0,00304	0,00425	0,06
Суп крестьянский с крупой (безмол.)	90,29857	0,00168	0,00369	0,01163	0,2
Голубцы с мясом говядины и рисом	257,23000	0,01725	0,01356	0,01225	0,2
Напиток из шиповника	75,16000	0,00032	0,00000	0,01817	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	72,40000	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
<b>Итого:</b>	538,56714	0,02266	0,02077	0,06303	0,7
<b>Полдник</b>					
Макаронные изделия отварные 1	228,48000	0,00500	0,00322	0,03479	0,15
Чай с лимоном 150 гр	28,83857	0,00003	0,00000	0,00679	0,15
Печенье 20 гр	91,60000	0,00208	0,00104	0,01536	0,02
Хлеб ржаной 25 гр	45,25000	0,00165	0,00030	0,01045	0,025
<b>Итого:</b>	394,16857	0,00876	0,00456	0,06739	0,345
<b>Всего:</b>	1324,70043	39,14429	33,07000	215,58429	1,615

Меню  
7.ДОУ 223 АУ, Дети (безмол. меню), 5 д 10,5 ч День 12

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Второй завтрак</b>					
Яблоко 100гр	39,60000	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
<b>Итого:</b>	<b>39,60000</b>	<b>0,00035</b>	<b>0,00035</b>	<b>0,01038</b>	<b>0,1</b>
<b>Завтрак</b>					
Джем 30 гр	80,38333	0,00012	0,00000	0,02106	0,03
Каша ячневая безмолочная с ма	210,84000	0,00376	0,00398	0,02973	0,2
Батон 40 гр	94,00000	0,00308	0,00120	0,02132	0,04
Чай 200 г	26,53000	0,00000	0,00000	0,00636	0,2
<b>Итого:</b>	<b>411,75333</b>	<b>0,00696</b>	<b>0,00518</b>	<b>0,07847</b>	<b>0,47</b>
<b>Обед</b>					
Салат из помидоров с растител	30,70000	0,00064	0,00211	0,00277	0,05
Суп овощной с мясом куры	66,78333	0,00470	0,00227	0,00635	0,2
Гуляш из мяса куры	218,56500	0,01012	0,01089	0,00295	0,1
Рис припущенный с овощами .	216,65500	0,00398	0,00719	0,03169	0,15
Компот из яблок и чернослива	83,67333	0,00020	0,00008	0,01726	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	72,40000	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
<b>Итого:</b>	<b>688,77667</b>	<b>0,02226</b>	<b>0,02302</b>	<b>0,07774</b>	<b>0,745</b>
<b>Полдник</b>					
Джем 30 гр	80,38333	0,00012	0,00000	0,02106	0,03
Макаронные изделия отварные 1	232,92833	0,00500	0,00322	0,03479	0,15
Чай 150 гр,	33,47833	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Хлеб ржаной 25 гр	45,25000	0,00165	0,00030	0,01045	0,025
<b>Итого:</b>	<b>392,04000</b>	<b>0,00678</b>	<b>0,00352</b>	<b>0,07311</b>	<b>0,355</b>
<b>Всего:</b>	<b>1399,12817</b>	<b>36,35167</b>	<b>32,06667</b>	<b>239,69833</b>	<b>1,67</b>

Меню  
7.ДОУ 223 АУ, Ясли, 5 д 10,5 ч День 13

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Второй завтрак</b>					
Сок фруктовый 100 г	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
<b>Итого:</b>	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
<b>Завтрак</b>					
Каша гречневая молочная с мас	157,71000	0,00464	0,00471	0,02412	0,15
Батон с маслом, сыром 35/5/6 г	140,77000	0,00428	0,00678	0,01870	0,046
Кофейный напиток с молоком	87,85000	0,00210	0,00211	0,01288	0,15
<b>Итого:</b>	386,33000	0,01102	0,01360	0,05569	0,346
<b>Обед</b>					
Икра кабачковая 30 гр	36,53222	0,00060	0,00270	0,00282	0,03
Суп овощной на вегетарианском	54,95500	0,00104	0,00274	0,00589	0,15
Биточки (котлеты) из мяса говяд	203,01778	0,01536	0,01299	0,00124	0,06
Макаронные изделия отварные	185,86222	0,00471	0,00279	0,03274	0,12
Компот из сухофруктов	55,08000	0,00028	0,00000	0,01348	0,15
Хлеб ржаной 35 гр	63,35000	0,00231	0,00042	0,01463	0,035
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,003
<b>Итого:</b>	598,79722	0,02429	0,02164	0,07080	0,583
<b>Полдник</b>					
Морковь тушеная 100г	90,75000	0,00139	0,00461	0,01047	0,1
Чай 150 гр,	28,42500	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Ватрушка со сметаной 60 гр	256,74778	0,00600	0,00931	0,03141	0,06
Хлеб пшеничный 20 гр	46,20000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
<b>Итого:</b>	422,12278	0,00891	0,01410	0,05870	0,33
<b>Всего:</b>	1453,01250	44,71778	49,43500	195,29667	1,359

Меню-раскладка  
7.ДОУ 223 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч День 14

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Второй завтрак</b>					
Банан 100 гр	62,78370	0,00105	0,00007	0,01526	0,1
<b>Итого:</b>	62,78370	0,00105	0,00007	0,01526	0,1
<b>Завтрак</b>					
Джем 20 г	55,65000	0,00008	0,00000	0,01460	0,02
Масло сливочное 5гр	37,60326	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Запеканка творожная 120 гр	318,87712	0,01526	0,01964	0,01145	0,12
Батон 40 гр	94,51087	0,00308	0,00120	0,02132	0,04
Какао с молоком 180 гр	108,86848	0,00286	0,00297	0,01548	0,18
<b>Итого:</b>	615,50973	0,02131	0,02793	0,06288	0,365
<b>Обед</b>					
Салат из огурцов с растительны	26,04495	0,00047	0,00206	0,00210	0,05
Свекольник вегетарианский со с	100,97804	0,00178	0,00410	0,01374	0,2
Рыба с овощами в омлете 200 г	306,47391	0,02579	0,01342	0,00478	0,2
Компот из изюма	75,88016	0,00017	0,00000	0,01838	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	72,79348	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
<b>Итого:</b>	582,17054	0,03085	0,02005	0,05572	0,745
<b>Полдник</b>					
Биойогурт 150 г	170,42120	0,00450	0,00450	0,02850	0,15
Каша ячневая молочная со слив	177,18701	0,00467	0,00682	0,02121	0,2
Хлеб пшеничный 20 гр	46,45109	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
<b>Итого:</b>	394,05929	0,01069	0,01150	0,05973	0,37
<b>Всего:</b>	1652,24597	63,89435	59,55033	193,58940	1,58

**Меню**  
**7.ДОУ 223 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч День 15**

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Второй завтрак</b>					
Сок фруктовый 100 г	46,25556	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
<b>Итого:</b>	46,25556	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
<b>Завтрак</b>					
Каша молочная ассорти (пшени	212,97667	0,00550	0,00637	0,02863	0,2
Батон 40 гр	94,52222	0,00308	0,00120	0,02132	0,04
Масло сливочное 5гр	37,60778	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Чай 150 гр,	28,59344	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
<b>Итого:</b>	373,70011	0,00860	0,01170	0,05680	0,395
<b>Обед</b>					
Зеленый горошек 45 гр	17,81778	0,00129	0,00008	0,00261	0,045
Рассольник "Ленинградский" со	96,29672	0,00195	0,00299	0,01401	0,2
Жаркое по - домашнему	341,03139	0,02302	0,02270	0,02514	0,23
Компот из яблок 200г	62,12228	0,00007	0,00007	0,01479	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	72,80222	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
<b>Итого:</b>	590,07039	0,02897	0,02632	0,07328	0,765
<b>Полдник</b>					
Снежок 150 г	125,02106	0,00389	0,00479	0,01632	0,15
Макаронные изделия отварные	199,84761	0,00606	0,00527	0,02827	0,13
Хлеб пшеничный 20 гр	46,45667	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
<b>Итого:</b>	371,32533	0,01147	0,01024	0,05462	0,3
<b>Всего:</b>	1467,29015	49,53883	48,35706	194,80344	1,56



Меню  
7. ДОУ 223 АУ, Дети (безмол. меню), 5 д 10,5 ч День 16

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Второй завтрак</b>					
Сок фруктовый 100 г	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
<b>Итого:</b>	46,00000	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
<b>Завтрак</b>					
Джем 30 гр	80,38333	0,00012	0,00000	0,02106	0,03
Каша геркулесовая безмолочная	188,78889	0,00372	0,00636	0,02516	0,2
Батон 40 гр	94,00000	0,00308	0,00120	0,02132	0,04
Чай 200 г	26,53000	0,00000	0,00000	0,00636	0,2
<b>Итого:</b>	389,70222	0,00692	0,00756	0,07389	0,47
<b>Обед</b>					
Щи из свежей капусты безмолочные	52,05333	0,00135	0,00189	0,00748	0,2
Салат из отварного картофеля,	83,08000	0,00114	0,00371	0,00950	0,06
Гуляш из отварного мяса (ясли)	214,04667	0,01683	0,01960	0,00473	0,08
Напиток из шиповника	75,16000	0,00032	0,00000	0,01817	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	72,40000	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
<b>Итого:</b>	496,74000	0,02227	0,02569	0,05662	0,585
<b>Полдник</b>					
Свекла, тушенная с яблоками 150 гр	184,75444	0,00191	0,00889	0,02338	0,15
Чай с лимоном 150 гр	29,00333	0,00003	0,00000	0,00679	0,15
Печенье 20 гр	142,48889	0,00324	0,00162	0,02389	0,02
Хлеб ржаной 25 гр	45,25000	0,00165	0,00030	0,01045	0,025
<b>Итого:</b>	401,49667	0,00682	0,01081	0,06452	0,345
<b>Всего:</b>	1391,07122	36,52222	44,15889	205,12889	1,5

Меню  
Дети (безмол. меню), 5 д 10,5 ч День 17

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Второй завтрак</b>					
Яблоко 100гр	39,60000	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
<b>Итого:</b>	39,60000	0,00035	0,00035	0,01038	0,1
<b>Завтрак</b>					
Джем 20 г.	53,53000	0,00008	0,00000	0,01404	0,02
Каша ячневая безмолочная с ма	198,79200	0,00376	0,00397	0,02973	0,2
Батон 40 гр	94,00000	0,00308	0,00120	0,02132	0,04
Чай 200 г	26,53000	0,00000	0,00000	0,00636	0,2
<b>Итого:</b>	372,85200	0,00692	0,00517	0,07145	0,46
<b>Обед</b>					
Суп-лапша на курином бульоне	189,22400	0,00840	0,00996	0,01255	0,2
Салат из огурцов с растительн	25,90000	0,00047	0,00206	0,00210	0,05
Мясо кур отварное (порц.,без ко	117,63700	0,01384	0,00152	0,00014	0,07
Капуста тушеная 150г.	100,98100	0,00333	0,00282	0,01682	0,15
Компот из яблок 200г	91,79000	0,00007	0,00007	0,01479	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	72,40000	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
<b>Итого:</b>	537,93200	0,02874	0,01691	0,06312	0,715
<b>Полдник</b>					
Макаронные изделия отварные 1	225,91600	0,00499	0,00379	0,03476	0,15
Чай 150 гр,	31,45700	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Печенье 20 гр	91,60000	0,00208	0,00104	0,01536	0,02
Хлеб ржаной 25 гр	45,25000	0,00165	0,00030	0,01045	0,025
<b>Итого:</b>	394,22300	0,00872	0,00513	0,06738	0,345
<b>Всего:</b>	1390,64870	44,73300	27,56300	212,33700	1,62

Меню  
 7.ДОУ 223 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч День 18

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Второй завтрак</b>					
Сок фруктовый 100 г	46,21905	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
<b>Итого:</b>	46,21905	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
<b>Завтрак</b>					
Омлет натуральный 120 гр.	176,59533	0,00942	0,01207	0,00303	0,12
Батон с маслом, сыром 40/5/9 г	161,32552	0,00526	0,00754	0,02136	0,054
Чай с молоком 200 гр	67,72095	0,00132	0,00141	0,01122	0,2
<b>Итого:</b>	405,64181	0,01599	0,02102	0,03561	0,374
<b>Обед</b>					
Огурец консервированный 50 гр	6,53590	0,00038	0,00004	0,00114	0,05
Суп крестьянский со сметаной	97,26810	0,00181	0,00449	0,01153	0,2
Суфле из печени.	168,11324	0,01668	0,00862	0,00197	0,08
Рагу из овощей	107,64838	0,00276	0,00400	0,01390	0,15
Компот из сухофруктов	78,19057	0,00028	0,00000	0,01893	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	72,74476	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
<b>Итого:</b>	530,50095	0,02454	0,01763	0,06419	0,775
<b>Полдник</b>					
Морковь тушеная 100г	90,75000	0,00139	0,00461	0,01047	0,1
Чай 150 гр,	28,56938	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Ватрушка с повидлом 70 гр	227,68910	0,00459	0,00423	0,03842	0,07
Хлеб пшеничный 20 гр	46,42000	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
<b>Итого:</b>	393,42848	0,00750	0,00902	0,06572	0,34
<b>Всего:</b>	1370,51151	48,53486	47,76410	175,61648	1,589

Меню  
7.ДОУ 223 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч День 19

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Второй завтрак</b>					
Груша 100 гр	42,52596	0,00036	0,00027	0,00927	0,1
<b>Итого:</b>	42,52596	0,00036	0,00027	0,00927	0,1
<b>Завтрак</b>					
Каша ячневая молочная со слив	177,07457	0,00467	0,00682	0,02121	0,2
Батон 40 гр	94,45192	0,00308	0,00120	0,02132	0,04
Масло сливочное 5гр	37,57981	0,00003	0,00413	0,00004	0,005
Какао с молоком	112,48553	0,00322	0,00326	0,01600	0,2
<b>Итого:</b>	421,59183	0,01099	0,01541	0,05857	0,445
<b>Обед</b>					
Салат из помидоров с растител	30,85755	0,00064	0,00211	0,00277	0,05
Борщ вегетарианский со сметан	77,33082	0,00182	0,00279	0,01128	0,2
Рыба, тушеная с овощами 80 гр	106,64096	0,00775	0,00419	0,00384	0,08
Картофельное пюре.	144,81572	0,00298	0,00395	0,02201	0,15
Компот из яблок 200г	62,07495	0,00007	0,00007	0,01479	0,2
Хлеб ржаной 40 гр	72,74808	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
<b>Итого:</b>	494,46808	0,01589	0,01358	0,07142	0,775
<b>Полдник</b>					
Йогурт питьевой 120 г	102,51082	0,00600	0,00384	0,01020	0,12
Каша манная молочная со слив	177,87841	0,00472	0,00676	0,02150	0,2
Хлеб пшеничный 20 гр	46,42212	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
<b>Итого:</b>	326,81135	0,01224	0,01078	0,04172	0,34
<b>Всего:</b>	1288,81008	39,48452	40,03514	180,97409	1,66

Меню  
7.ДОУ 223 АУ, Дети, 5 д 10,5 ч День 20

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда
<b>Второй завтрак</b>					
Сок фруктовый 100 г	46,22660	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
<b>Итого:</b>	46,22660	0,00050	0,00010	0,01010	0,1
<b>Завтрак</b>					
Каша гречневая молочная с мас	211,31586	0,00619	0,00628	0,03216	0,2
Батон с маслом, сыром 40/5/9 г	161,35172	0,00526	0,00754	0,02136	0,054
Кофейный напиток с молоком 18	105,93557	0,00252	0,00253	0,01545	0,18
<b>Итого:</b>	478,60315	0,01397	0,01636	0,06897	0,434
<b>Обед</b>					
Сельдь 30 гр	44,22857	0,00513	0,00257	0,00000	0,03
Уха с крупой 200 гр	109,20163	0,00657	0,00364	0,01059	0,2
Соус молочный (для подачи к бл	43,83488	0,00092	0,00255	0,00314	0,05
Запеканка картофельная с отва	402,00365	0,02050	0,02004	0,02601	0,18
Кисель из кураги 180 гр,	117,62483	0,00089	0,00001	0,02828	0,18
Хлеб ржаной 40 гр	72,75665	0,00264	0,00048	0,01672	0,04
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005
Аскорбиновая кислота в третье	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,05
<b>Итого:</b>	789,65020	0,03665	0,02928	0,08474	0,735
<b>Полдник</b>					
Рис в молоке со сливочным мас	67,82906	0,00227	0,00283	0,00735	0,1
Чай 150 гр,	28,56502	0,00000	0,00000	0,00681	0,15
Ватрушка с творогом	268,03562	0,00836	0,01089	0,02756	0,08
Хлеб пшеничный 20 гр	46,42759	0,00152	0,00018	0,01002	0,02
<b>Итого:</b>	410,85729	0,01215	0,01391	0,05174	0,35
<b>Всего:</b>	1717,78543	63,26010	59,64660	215,55975	1,619

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 313610560361790834405897087696873934965033578847

Владелец Басова Ирина Владимировна

Действителен с 15.01.2024 по 14.01.2025