



ИП Бушуева Д.А.  
Меню на 04.02.2025 года

**МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "ИТ-МИР" (1-3 ГОДА)**

| № тех.кар. | Наименование блюда | Выход | Белки, г | Жиры, г | Углев., г | Калор., кк |
|------------|--------------------|-------|----------|---------|-----------|------------|
|------------|--------------------|-------|----------|---------|-----------|------------|

**ЗАВТРАК**

|     |                                          |      |      |       |       |        |
|-----|------------------------------------------|------|------|-------|-------|--------|
| 171 | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 150 | 150  | 5,97 | 4,01  | 26,35 | 165,37 |
| 514 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 150                     | 150  | 2,24 | 1,87  | 9,36  | 63,22  |
| 2   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/5                  | 30\5 | 2,30 | 12,33 | 15,49 | 182,08 |

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

|                     |    |
|---------------------|----|
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦ. | 80 |
|---------------------|----|

**ОБЕД**

|     |                                    |     |      |      |       |        |
|-----|------------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
|     | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 40   | 40  | 0,72 | 0,04 | 3,05  | 15,44  |
| 136 | СВЕКОЛЬНИК ЯСЛИ                    | 150 | 1,50 | 2,90 | 10,30 | 73,28  |
| 334 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 150 | 150 | 2,74 | 3,02 | 19,00 | 113,81 |
| 462 | СОУС ТОМАТНЫЙ 30 ГР.               | 30  | 0,39 | 1,10 | 6,12  | 35,97  |
| 529 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С АПЕЛЬСИНАМИ      | 200 | 0,48 | 0,20 | 19,36 | 81,16  |
| 114 | ХЛЕБ ПОРЦ ЯСЛИ                     | 20  | 1,60 | 0,20 | 9,94  | 47,96  |
| 15  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 35                     | 35  | 1,65 | 0,25 | 17,43 | 78,51  |

**ПОЛДНИК**

|     |                     |     |      |      |       |        |
|-----|---------------------|-----|------|------|-------|--------|
|     | КЕФИР ПОРЦ ЯСЛИ     | 180 | 4,50 | 4,50 | 7,20  | 87,30  |
| 559 | ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ | 60  | 3,73 | 1,64 | 35,89 | 172,94 |

**УЖИН**

|     |                            |     |       |       |       |        |
|-----|----------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| 307 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 150      | 150 | 12,79 | 20,65 | 2,95  | 239,25 |
|     | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 30 Г ЯСЛИ | 30  | 0,43  | 0,06  | 2,80  | 13,42  |
| 114 | ХЛЕБ ПОРЦ 40 Г             | 40  | 3,20  | 0,40  | 19,88 | 95,92  |
| 531 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ЯСЛИ       | 180 | 0,41  | 0,09  | 22,45 | 92,27  |

**Итого по меню:**

44,65 53,26 227,57 1557,90

Использован сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений 2013 года. под редакцией Перевалова А.Я.

калькулятор

/ Бушуева Д.А. /



ИП Бушуева Д.А.  
Меню на 05.02.2025 года

**МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "ИТ-МИР" (1-3 ГОДА)**

| № тех.кар. | Наименование блюда | Выход | Белки, г | Жиры, г | Углев., г | Калор., кк |
|------------|--------------------|-------|----------|---------|-----------|------------|
|------------|--------------------|-------|----------|---------|-----------|------------|

**ЗАВТРАК**

|     |                             |       |      |       |       |        |
|-----|-----------------------------|-------|------|-------|-------|--------|
| 266 | КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ ЯСЛИ | 150   | 4,08 | 5,05  | 20,24 | 142,76 |
| 514 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 150        | 150   | 2,24 | 1,87  | 9,36  | 63,22  |
| 4   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30/10     | 30\10 | 4,93 | 11,43 | 15,42 | 184,27 |

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

|                     |    |
|---------------------|----|
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦ. | 80 |
|---------------------|----|

**ОБЕД**

|     |                                  |     |      |      |       |        |
|-----|----------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
|     | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ ЯСЛИ | 40  | 0,67 | 0,05 | 3,43  | 16,86  |
| 116 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ 150    | 150 | 1,31 | 0,84 | 7,02  | 40,83  |
|     | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 120  | 120 | 2,54 | 3,16 | 18,03 | 110,75 |
| 327 | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА          | 50  | 0,45 | 2,42 | 2,31  | 32,80  |
| 526 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 150       | 150 | 0,15 | 0,15 | 16,18 | 66,71  |
| 114 | ХЛЕБ ПОРЦ 20 Г                   | 20  | 1,60 | 0,20 | 9,94  | 47,96  |
| 15  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 35                   | 35  | 1,65 | 0,25 | 17,43 | 78,51  |

**ПОЛДНИК**

|     |                        |     |      |      |      |       |
|-----|------------------------|-----|------|------|------|-------|
| 534 | МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ ЯСЛИ | 180 | 5,40 | 4,50 | 8,46 | 95,94 |
| 607 | кондитерские изделия   | 30  |      |      |      |       |

**УЖИН**

|     |                                         |       |      |      |       |        |
|-----|-----------------------------------------|-------|------|------|-------|--------|
| 434 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 130 ГР                | 130   | 2,65 | 4,80 | 17,41 | 123,40 |
| 244 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ 70\10 | 70\10 | 6,62 | 4,40 | 6,23  | 91,02  |
|     | ЧАЙ С САХАРОМ 150                       | 150   |      |      | 6,47  | 25,90  |
| 114 | ХЛЕБ ПОРЦ 40 Г                          | 40    | 3,20 | 0,40 | 19,88 | 95,92  |

**Итого по меню:**

37,49 39,52 177,81 1216,85

Использован сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений 2013 года. под редакцией  
Перевалова А.Я.

калькулятор

/ Бушуева Д.А. /



ИП Бушуева Д.А.  
Меню на 06.02.2025 года

**МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "ИТ-МИР" (1-3 ГОДА)**

| № тех.кар. | Наименование блюда | Выход | Белки, г | Жиры, г | Углев., г | Калор., кк |
|------------|--------------------|-------|----------|---------|-----------|------------|
|------------|--------------------|-------|----------|---------|-----------|------------|

**ЗАВТРАК**

|     |                                 |     |      |       |       |        |
|-----|---------------------------------|-----|------|-------|-------|--------|
|     | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150 | 150 | 3,97 | 4,89  | 16,91 | 127,54 |
| 508 | КАКАО С МОЛОКОМ 180             | 180 | 3,10 | 2,25  | 18,55 | 106,85 |
| 117 | БАТОН ПОРЦ.                     | 40  | 3,00 | 11,60 | 20,56 | 198,64 |
| 111 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)      | 5   | 0,05 | 3,63  | 0,07  | 33,11  |

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

|  |                     |    |  |  |  |  |
|--|---------------------|----|--|--|--|--|
|  | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦ. | 80 |  |  |  |  |
|--|---------------------|----|--|--|--|--|

**ОБЕД**

|     |                                |     |      |      |       |        |
|-----|--------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
|     | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 30             | 30  | 0,02 |      | 0,07  | 0,40   |
| 23  | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ ЯСЛИ | 150 | 1,45 | 0,17 | 8,31  | 40,55  |
| 434 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 120 ГР       | 120 | 2,65 | 4,80 | 17,41 | 123,40 |
|     | КОТЛЕТА РЫБНАЯ 60              | 60  | 9,35 | 2,12 | 6,41  | 81,72  |
| 528 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ      | 200 | 0,26 | 0,21 | 17,81 | 74,16  |
| 114 | ХЛЕБ ПОРЦ ЯСЛИ                 | 20  | 1,60 | 0,20 | 9,94  | 47,96  |
| 15  | ХЛЕБ РЖАНОЙ 35                 | 35  | 1,65 | 0,25 | 17,43 | 78,51  |

**ПОЛДНИК**

|     |                            |     |      |      |       |        |
|-----|----------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| 585 | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ           | 50  | 4,76 | 0,95 | 34,13 | 164,07 |
| 516 | КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ 150 | 150 | 0,01 | 0,01 | 8,46  | 33,97  |

**УЖИН**

|     |                                            |        |       |       |       |        |
|-----|--------------------------------------------|--------|-------|-------|-------|--------|
| 199 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ / ПОВИДЛО 180/20 | 180/20 | 28,18 | 29,97 | 49,93 | 580,51 |
| 117 | БАТОН                                      | 30     | 2,25  | 8,70  | 15,42 | 148,98 |
|     | ЧАЙ С САХАРОМ 180                          | 180    |       |       | 10,53 | 42,12  |

**Итого по меню:**

62,30 69,75 251,94 1882,49

Использован сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений 2013 года. под редакцией  
Перевалова А.Я.

калькулятор

/ Бушуева Д.А. /



ИП Бушуева Д.А.  
Меню на 07.02.2025 года

**МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "ИТ-МИР" (1-3 ГОДА)**

| № тех.кар. | Наименование блюда | Выход | Белки, г | Жиры, г | Углев., г | Калор., кк |
|------------|--------------------|-------|----------|---------|-----------|------------|
|------------|--------------------|-------|----------|---------|-----------|------------|

**ЗАВТРАК**

|     |                                     |       |      |       |       |        |
|-----|-------------------------------------|-------|------|-------|-------|--------|
| 4   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30/10             | 30\10 | 4,93 | 11,43 | 15,42 | 184,27 |
| 56  | КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150    | 150   | 6,01 | 5,77  | 27,05 | 184,16 |
| 514 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (2-Й ВАРИАНТ) ЯСЛИ | 180   | 2,70 | 2,25  | 11,25 | 76,05  |

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

|                     |    |
|---------------------|----|
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦ. | 80 |
|---------------------|----|

**ОБЕД**

|     |                                 |     |      |      |       |        |
|-----|---------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| 57  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ ЯСЛИ | 40  | 0,76 | 0,05 | 4,24  | 20,50  |
|     | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ ЯСЛИ   | 150 | 6,80 | 2,76 | 12,03 | 100,18 |
| 243 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАСЫПЧАТАЯ 120 Г | 120 | 3,59 | 4,86 | 28,95 | 173,90 |
| 347 | КОТЛЕТА "ШКОЛЬНАЯ" 60 Г         | 60  | 9,41 | 6,28 | 5,79  | 117,29 |
| 531 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ЯСЛИ            | 150 | 0,35 | 0,08 | 18,68 | 76,79  |
| 114 | ХЛЕБ ПОРЦ 20 Г                  | 20  | 1,60 | 0,20 | 9,94  | 47,96  |

**ПОЛДНИК**

|     |                           |     |      |      |      |       |
|-----|---------------------------|-----|------|------|------|-------|
|     | КЕФИР ПОРЦ ЯСЛИ           | 180 | 4,50 | 4,50 | 7,20 | 87,30 |
| 607 | кондитерские изделия 20 Г | 20  | 0,56 | 0,46 | 7,20 | 35,18 |

**УЖИН**

|     |                                        |     |      |      |       |        |
|-----|----------------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| 301 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 150          | 150 | 5,95 | 5,22 | 28,14 | 183,29 |
| 1   | Икра кабачковая 30 гр                  | 30  |      |      |       |        |
| 526 | НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД ЯСЛИ | 150 | 0,73 | 0,03 | 26,49 | 109,16 |
| 115 | ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.25 Г                  | 25  | 1,18 | 0,18 | 12,45 | 56,08  |

**Итого по меню:**

49,07 44,07 214,83 1452,11

Использован сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений 2013 года. под редакцией Перевалова А.Я.

калькулятор

 / Бушуева Д.А. /



ИП Бушуева Д.А.  
Меню на 10.02.2025 года

**МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД "ИТ-МИР" (1-3 ГОДА)**

| № тех.кар. | Наименование блюда | Выход | Белки, г | Жиры, г | Углев., г | Калор., кк |
|------------|--------------------|-------|----------|---------|-----------|------------|
|------------|--------------------|-------|----------|---------|-----------|------------|

**ЗАВТРАК**

|     |                                     |      |      |       |       |        |
|-----|-------------------------------------|------|------|-------|-------|--------|
| 514 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (2-й ВАРИАНТ) ЯСЛИ | 180  | 2,70 | 2,25  | 11,25 | 76,05  |
| 266 | КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ 180          | 180  | 4,88 | 6,02  | 24,22 | 170,58 |
| 2   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/5             | 30\5 | 2,30 | 12,33 | 15,49 | 182,08 |

**2-ОЙ ЗАВТРАК**

ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦ.

80

**ОБЕД**

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ 40

|     |                                           |       |      |      |       |        |
|-----|-------------------------------------------|-------|------|------|-------|--------|
|     |                                           | 40    | 0,72 | 0,04 | 3,05  | 15,44  |
| 139 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ ЯСЛИ | 150\5 | 1,50 | 0,93 | 10,35 | 55,83  |
| 328 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 180                   | 180   | 3,76 | 4,58 | 28,55 | 170,45 |
|     | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ ЯСЛИ                     | 150   | 0,94 | 0,05 | 17,76 | 75,27  |
| 115 | ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.                         | 40    | 1,88 | 0,28 | 19,92 | 89,72  |

**ПОЛДНИК**

|     |                       |     |      |      |       |        |
|-----|-----------------------|-----|------|------|-------|--------|
| 534 | МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ 150 | 150 | 4,50 | 3,75 | 7,05  | 79,95  |
| 583 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ      | 60  | 4,50 | 0,62 | 35,86 | 166,90 |

**УЖИН**

|     |                                     |     |       |       |      |        |
|-----|-------------------------------------|-----|-------|-------|------|--------|
| 307 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 180               | 180 | 12,45 | 19,18 | 2,83 | 224,35 |
|     | ЗЕЛЕНЬЙ ГОРОШЕК НА ПОДГАРНИРОВКУ 40 | 40  | 1,24  | 0,08  | 2,60 | 16,08  |
|     | ЧАЙ С САХАРОМ ЯСЛИ                  | 180 |       |       | 7,80 | 31,20  |
| 114 | ХЛЕБ ПОРЦ 20 Г                      | 20  | 1,60  | 0,20  | 9,94 | 47,96  |

**Итого по меню:**

42,97 50,31 196,67 1401,86

Использован сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений 2013 года. под редакцией  
Перевалова А.Я.

калькулятор

/ Бушуева Д.А. /