



ИП Бушуева Д.А.
Меню на 25.03.2025 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	104,27
508	ЧАЙ С МОЛОКОМ ЯСЛИ	180	1,13	0,94	8,78	48,07
272	КАША ОВСЯНАЯ ИЗ "ГЕРКУЛЕСА" ЖИДКАЯ ЯСЛИ	150	4,47	5,93	17,85	142,62

2-ОЙ ЗАВТРАК

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

ОБЕД

	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ 40	40	0,60	0,04	3,55	16,97
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ Я	150	1,74	1,86	12,91	75,33
428	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 120	120	3,16	4,08	12,72	100,25
417	КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ ИЗ КУРЫ ЯСЛИ	50	7,00	1,87	4,88	64,33
527	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150	150	0,42	0,02	19,79	81,00
115	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	40	1,88	0,28	19,92	89,72

ПОЛДНИК

	КЕФИР ПОРЦ ЯСЛИ	180	4,50	4,50	7,20	87,30
607	кондитерские изделия	30				

УЖИН

434	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ	130	2,98	5,16	20,06	138,60
	СУФЛЕ РЫБНОЕ 60	60	10,77	5,12	2,82	99,24
504	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	180	0,06	0,01	10,72	43,18
15	ХЛЕБ РЖАНОЙ 35	35	1,65	0,25	17,43	78,51

Итого по меню:

45,29 41,49 174,05 1249,39

Использован сборник технологических нормативов, рецептов 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 26.03.2025 года

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

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

ЗАВТРАК

508	КАКАО С МОЛОКОМ ЯСЛИ	180	3,10	2,25	18,55	106,85
	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 180	180	7,21	6,97	32,50	221,58
117	ВАТОП 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 СОЛЕНЫЙ 30	30	0,02		0,07	0,40
149	СУП ГОРОХОВЫЙ ЯСЛИ	150	3,43	2,44	12,33	85,04
434	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ 120 ГР	120	2,65	4,88	17,41	123,40
338	КНЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ ЯСЛИ	50	0,52	0,22	3,59	18,38
526	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК ЯСЛИ	150	0,15	0,15	16,18	66,71
115	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ. 25 Г	25	1,18	0,18	12,45	56,08

ПОЛДНИК

559	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	4,27	1,70	39,47	189,94
	ЧАЙ КАРКАДЕ 150	150			8,81	35,26

УЖИН

319	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	20,53	11,42	28,17	297,16
44	ПОДЛИВКА КИСЕЛЬНАЯ 50	50	0,01	0,01	4,24	17,07
	ЧАЙ С САХАРОМ 180	180			10,53	42,12
114	ХЛЕБ ПОРЦИОН.	30	2,40	0,30	14,91	71,94

Итого по меню:

48,52 45,67 239,84 1563,68

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 27.03.2025 года

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

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

ЗАБТРАК

	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 180	180	4,06	5,94	28,58	187,24
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (2-й ВАРИАНТ) ЯСЛИ	180	2,70	2,25	11,25	76,05
4	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30/10	30\10	4,93	11,43	15,42	184,27

2-ОЙ ЗАВТРАК

	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦ.	88				
--	---------------------	----	--	--	--	--

ОВЕД

	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ ЯСЛИ	40	0,67	0,05	3,43	16,86
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ЯСЛИ	150	1,18	0,12	5,77	28,91
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ СТВАРНЫЕ 120	120	2,54	3,16	18,03	110,75
392	СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОЙ ПЕЧЕНИ 60 \ 20 СОУС МОЛ	80	7,55	4,43	4,32	86,34
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

ПОЛДНИК

	КЕФИР ПОРЦ ЯСЛИ	180	4,50	4,50	7,20	37,30
101	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (2-й ВАРИАНТ) 50	50	2,69	10,15	27,74	213,05

УЖИН

201	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 150 ГР	150	2,53	0,31	14,50	70,92
456	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,38	2,38	0,02	28,94
114	ХЛЕБ ПОРЦ 40 Г	40	3,20	0,40	19,08	95,92
503	ЧАЙ С САХАРОМ	200			11,78	46,81

Итого по меню:

41,64 45,33 206,78 1398,60

Использован сборник технологических нормативов, рецептов 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 28.03.2025 года

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

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

ЗАВТРАК

270	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 180	180	6,70	5,94	32,50	210,32
2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30/5	30\5	2,30	12,33	15,49	182,08
	ЧАЙ С САХАРОМ 180	180			10,53	42,12

2-ОЙ ЗАВТРАК

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

ОВЕД

17	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ 40	40	0,70		1,17	7,51
133	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 150	150	1,75	0,84	10,37	56,00
411	ШОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ ЯСЛИ	180	22,60	5,88	38,40	287,05
527	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150	150	0,42	0,02	19,79	81,00
115	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	40	1,88	0,28	19,92	99,72

ПОЛДНИК

607	кондитерские изделия 20 г	20	0,00	0,90	18,00	82,40
534	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ 180	180	5,40	4,50	8,46	95,94

УЖИН

319	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	20,53	11,42	29,17	297,16
44	ПОДЛИВКА КИСЕЛЬНАЯ 50	50	0,01	0,01	4,24	17,07
114	ХЛЕБ ПОРЦ 40 Г	40	3,20	0,40	19,88	95,92
	ЧАЙ КАРКАДЕ 150	150			8,81	35,26

Итого по меню:

66,29 42,43 235,73 1589,55

Использован сборник технологических нормативов, рецептов 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 31.03.2025 года

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

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

ЗАВТРАК

168	КАША ЯЧЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	150	6,34	5,16	33,03	203,88
4	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 40	40	4,60	13,61	12,92	192,55
504	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	180	0,06	0,01	10,72	43,18

2-ОЙ ЗАБТРАК

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

ОБЕД

	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ 40	40	0,75	0,05	4,43	21,18
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ Я	150	1,74	1,86	12,91	75,33
8	КАПУСТА, ТУШЕНАЯ С КУРОЙ 150	150	10,50	2,57	6,17	89,82
528	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД ЯСЛИ	150	0,73	0,03	26,49	109,16
115	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	40	1,88	0,28	19,92	89,72

ПОЛДНИК

585	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,76	0,95	34,13	164,87
534	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ 150	150	4,50	3,75	7,05	79,95

УЖИН

	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ 130	138	13,12	4,14	27,37	199,25
	КОТЛЕТА РЫБНАЯ 70	70	11,72	3,10	7,96	106,86
504	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	180	0,06	0,01	10,72	43,18
114	ХЛЕБ ПОРЦ 20 Г	20	1,60	0,20	9,94	47,95

Итого по меню:

62,36 35,80 223,76 1466,09

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

калькулятор

 / Бушуева Д.А. /