УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ №25
_____Колпакова И.П.
Приказ №137 от 27 июня 2022г

МЕНЮ
двухнедельное

для детей, посещающих муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №25 компенсирующего вида» г.Мончегорска, Мурманской области

Составлено на основе СанПиН 2.3/2.4.3590-20
«Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МАДОУ № 25
_____ Колпакова И.П.
Приказ № 137 от " 27 " июня 2022г

Приложение №8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

2-х недельное меню для воспитанников МАДОУ № 25 в возрасте 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность	Витамин "С"	№ тех карты
			Б	Ж	У			
Завтрак	**1й день (понедельник)**							
	Каша рисовая молочная	200	4,80	6,51	24,89	171,52	0,95	167
	Бутерброд с маслом с сыром	33	4,46	7,48	7,51	115,48	0,34	492
	Кофейный напиток В-1	200	2,96	2,69	11,93	80,60	0,13	391
		433	**12,22**	**16,69**	**44,33**	**367,60**	**1,42**	
2й завтрак	Молоко кипяченое	180	5,08	4,50	8,51	89,44	0,23	405
		180	**5,08**	**4,50**	**8,51**	**89,44**	**0,23**	
Обед	Салат из свеклы с морковью	60	0,78	6,05	4,62	75,42	4,56	36
	Суп картофельный с бобовыми с гренками	180	2,27	3,25	20,75	119,52	7,01	67
	Бигус	200	17,00	7,85	8,72	270,14	36,27	329
	Компот из сухофруктов	180	0,33	0,00	14,19	56,38	0,11	399
	Батон нарезной	25	1,93	0,75	12,45	66,00	0,00	125
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	51,50	0,00	123
		670	**23,96**	**18,17**	**70,97**	**638,96**	**47,95**	
Уплотненный полдник	Рыба запеченная в омлете	80	14,73	9,30	3,05	154,76	0,68	218
	Икра кабачковая	50	0,68	2,61	3,68	39,33	13,60	150
	Чай с молоком	200	2,27	2,03	10,79	68,13	0,11	386
	Батон нарезной	17	1,31	0,51	8,47	44,88	0,00	125
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,22	8,20	41,20	0,00	123
	Булочка школьная	45	3,95	2,57	30,69	163,03	0,04	588
	Фрукты свежие	90	0,36	0,00	9,36	40,50	148,50	90
		502	**24,62**	**17,24**	**74,23**	**551,83**	**162,93**	

Итого за 1 день			**65,86**	**56,60**	**198,04**	**1647,83**	**212,54**	
	2-й день (вторник)							
Завтрак	Запеканка морковная с творогом	150	13,71	8,98	25,28	233,57	5,08	196
	Соус молочный сладкий	40	1,03	1,92	6,53	46,15	0,08	338
	Бутерброд с маслом	20	1,27	3,36	8,01	67,36	0,11	496
	Чай с сахаром	200	0,01	0,03	6,01	22,74	0,01	381
		410	**16,02**	**14,28**	**45,82**	**369,82**	**5,29**	
2-й завтрак	Кефир	180	5,04	5,76	7,38	90,00	1,26	406
		180	**5,04**	**5,76**	**7,38**	**90,00**	**1,26**	
Обед	Винегрет овощной	60	0,41	5,06	2,28	49,93	2,88	50
	Суп крестьянский с крупой	200	1,96	4,98	10,63	86,98	9,91	74
	Печень говяжья по-строгановски	70	14,56	5,70	0,00	109,64	26,84	238
	Соус сметанный	30	1,10	4,32	2,13	51,82	0,20	341
	Макароны отварные	130	4,75	2,51	30,59	164,72	0,04	306
	Напиток вит. "Витошка"	200	0,00	0,00	32,76	72,00	18,00	5
	Батон нарезной	20	2,00	0,78	12,95	68,64	0,00	125
	Хлеб ржаной	25	0,99	0,17	6,15	30,90	0,00	123
		735	**25,78**	**23,51**	**97,48**	**634,62**	**57,88**	
Уплотненный полдник	Жаркое по-домашнему	200	16,42	5,53	18,86	230,07	23,81	247
	Кисель из клюквы	200	0,13	0,06	11,60	45,71	2,41	393
	Вафли	20	1,51	2,36	14,88	87,20	0,00	602
	Фрукты свежие	90	0,36	0,00	9,36	40,50	14,40	90
	Батон нарезной	25	2,31	0,90	14,94	79,20	0,00	125
	Хлеб ржаной	25	1,98	0,33	12,30	61,80	0,00	123
		560	**22,70**	**9,18**	**81,94**	**544,49**	**40,63**	
Итого за 2й день			**69,54**	**52,73**	**232,62**	**1638,93**	**105,05**	
	3-й день (среда)							
Завтрак	Омлет натуральный	110	10,22	12,28	2,60	160,18	0,18	188
	Икра кабачковая	50	0,68	2,61	2,60	39,33	13,60	150
	Бутерброд с джемом с маслом	25	1,15	2,71	13,21	83,86	0,10	498
	Какао с молоком в-1	200	3,27	2,83	11,24	81,81	0,13	387
		385	**15,31**	**20,42**	**29,65**	**365,17**	**14,01**	1223
2-й завтрак	Ряженка	**180**	**4,99**	**5,70**	**7,31**	**89,10**	**1,25**	**406**

Обед	Салат из белокачанной капусты с морковью	60	1,00	6,05	5,83	81,17	11,49	3
	Суп картофельный с макаронными издел.	200	2,03	3,17	14,65	68,73	10,88	70
	Кнели из кур с рисом	70	22,51	7,70	5,41	179,77	0,12	294
	Соус томатный	50	0,55	1,83	3,53	32,34	1,95	354
	Картофельное пюре	130	2,93	3,96	18,82	63,40	21,67	317
	Сок	200	1,00	0,00	18,20	76,00	4,00	408
	Батон нарезной	33	2,54	0,99	16,43	87,12	0,00	125
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,33	12,30	61,80	0,00	123
		773	**34,54**	**24,03**	**95,17**	**650,33**	**50,11**	
Уплотненный полдник	Суфле из рыбы	70	12,58	5,57	3,22	111,93	0,77	268
	Соус молочный в-1	30	1,19	2,94	4,11	46,73	0,12	333
	Чай с молоком	180	2,04	1,82	9,71	61,32	0,10	386
	Булочка домашняя	50	4,37	5,05	32,62	194,98	0,00	429
	Батон нарезной	25	1,93	0,75	12,45	66,00	0,00	125
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,17	6,15	30,90	0,00	123
	Фрукты свежие	90	0,36	0,00	9,36	40,50	14,40	90
		460	**23,45**	**16,30**	**77,63**	**552,36**	**15,39**	
Итого за 3 день			**78,29**	**66,46**	**209,75**	**1656,96**	**80,76**	
	4-й день (четверг)							
Завтрак	Запеканка из творога	150	25,68	15,40	12,58	295,45	0,78	195
	Соус клюквенный	40	0,04	0,0192	4,45	17,30	0,72	370
	Чай с сахаром	200	0,01	0,03	6,01	22,74	0,01	381
	Батон с маслом	10	0,57	2,37	3,52	37,32	0,08	496
		400	**26,29**	**17,82**	**26,55**	**372,81**	**1,59**	
2-й завтрак	Молоко кипяченое	180	5,08	4,50	8,51	89,44	0,23	405
		180	**5,08**	**4,50**	**8,51**	**89,44**	**0,23**	405
Обед	Салат картофельный с зеленым горошком	60	1,77	5,82	6,00	67,53	7,43	42
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1,49	3,07	9,38	62,99	11,05	62
	Азу	200	19,53	21,81	14,86	300,42	15,79	282
	Напиток вит. "Витошка"	180	0,00	0,00	32,76	72,00	18,00	5
	Батон нарезной	21	1,62	0,63	10,46	55,44	0,00	125
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	51,50	0,00	123

		686	**26,06**	**31,60**	**83,71**	**609,88**	**52,26**	
Уплотненный полдник	Каша гречневая на молоке	180	7,23	6,34	29,33	202,27	0,27	157
	Напиток из шиповника	200	0,27	0,00	11,40	30,12	24,00	409
	Печенье	26	1,96	3,07	19,34	113,36	0,00	604
	Батон нарезной	44	3,39	1,32	21,91	116,16	0,00	125
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,22	8,20	41,20	0,00	123
	Фрукты свежие	90	0,36	0,00	9,36	40,50	11,05	0
		560	**14,52**	**10,95**	**99,54**	**543,61**	**14,40**	90
Итого за 4-й день			**71,95**	**64,86**	**218,32**	**1615,74**	**68,49**	
	5-й день (пятница)							
Завтрак	Каша овсянная "Геркулес"	200	6,86	7,26	26,38	197,62	0,24	162
	Кофейный напиток В-1	180	2,66	2,42	10,74	72,54	0,12	391
	Бутерброд с сыром	31	4,85	5,16	7,47	97,13	0,26	492
		411	**14,37**	**14,84**	**44,58**	**367,28**	**0,61**	
2-й завтрак	Иогурт	150	7,13	2,14	12,11	92,63	0,86	531
		150	**7,13**	**2,14**	**12,11**	**92,63**	**0,86**	
Обед	Салат из свеклы с солёным огурцом	60	0,77	6,05	4,37	74,29	0,46	38
	Бульон из кур с гренками	200	5,51	5,28	0,57	71,60	0,00	51
	Гренки	12	0,89	0,11	5,84	25,87	0,00	58
	Плов из отварной птицы	200	16,35	10,26	31,08	275,96	7,69	289
	Кисель из чёрной смородины	200	0,02	0,04	13,18	53,52	38,80	393
	Батон нарезной	25	1,93	0,75	12,45	66,00	0,00	125
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	51,50	0,00	123
		722	**27,12**	**22,76**	**77,74**	**618,75**	**46,95**	
Уплотненный полдник	Глубцы ленивые	150	17,71	16,57	10,47	260,88	20,60	244
	Соус молочный в-1	30	1,02	1,85	2,77	31,17	0,08	333
	Сок	180	0,90	0,00	16,38	68,40	3,60	408
	Пряник	20	0,96	0,56	15,55	70,00	0,00	603
	Батон нарезной	18	1,39	0,54	8,96	47,52	0,00	125
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,22	8,20	41,20	0,00	123
	Фрукты свежие	90	0,36	0,00	9,36	40,50	14,40	90
		508	**23,65**	**19,73**	**71,69**	**559,67**	**38,68**	
Итого за 5 день			**72,26**	**59,47**	**206,12**	**1638,33**	**87,10**	

	6-й день (понедельник)							
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая	180	7,56	6,78	33,24	223,93	0,26	165
	Какао с молоком в-1	200	3,27	2,83	11,24	81,81	0,13	387
	Бутерброд с маслом	20	1,27	3,36	8,01	67,36	0,11	0
		400	**12,10**	**12,97**	**52,49**	**373,09**	**0,50**	
2-й завтрак	Молоко	180	5,08	4,50	8,51	89,44	0,23	405
		180	**5,08**	**4,50**	**8,51**	**89,44**	**0,23**	
Обед	Салат картофельный с кукурузой и морковью	60	2,07	3,81	12,32	85,09	3,68	87
	Суп из овощей	180	1,60	3,14	8,29	47,58	12,03	66
	Суфле из печени	70	11,11	5,57	5,34	180,34	7,47	7018
	Соус молочный в-1	30	1,02	1,85	2,77	31,17	0,08	333
	Макароны отварные	130	4,75	2,51	30,59	164,72	0,04	306
	Напиток вит. "Витошка"	180	0,00	0,00	32,76	72,00	18,00	5
	Батон нарезной	17	1,31	0,51	8,47	44,88	0,00	125
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,17	6,15	30,90	0,00	123,00
		682	**22,86**	**17,55**	**106,69**	**656,69**	**41,31**	
Уплотненный полдник	Картофельное пюре	130	2,78	3,83	18,57	60,69	21,67	317
	Сельдь с луком	50	4,62	5,14	1,60	70,97	1,87	233
	Яйцо	20	2,54	2,30	0,14	31,40	0,00	187
	Чай с лимоном	180	0,07	0,03	6,50	26,02	2,60	383
	"Крендель сахарный"	50	3,46	3,19	31,33	166,93	0,07	415
	Батон нарезной	39	3,00	1,17	19,42	102,96	0,00	125
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,26	54,00	0,00	123
	Фрукты свежие	90	0,36	0,00	9,36	40,50	14,40	90
		499	**18,81**	**16,01**	**97,18**	**553,46**	**40,61**	
Итого за 6 день			**58,85**	**51,02**	**264,87**	**1672,68**	**82,66**	
	7-й день (вторник)							
Завтрак	Пудинг творожный запеченый	150	21,49	13,65	17,92	278,84	1,38	201
	Соус клюквенный	30	0,03	0,0144	2,74	10,70	0,54	370
	Чай с сахаром	200	0,01	0,03	6,01	22,74	0,01	381
	Батон нарезной с маслом	20	1,34	2,67	8,50	63,72	0,08	496
		400	**22,87**	**16,36**	**35,16**	**376,00**	**2,01**	
2-й завтрак	**Кефир**	180	5,04	5,74	7,36	90,00	1,26	406

		180	**5,04**	**5,74**	**7,36**	**90,00**	**1,26**	
Обед	Салат из свеклы с чесноком	60	0,83	6,05	4,93	76,69	5,57	40
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	10,64	2,72	10,11	140,06	12,03	71
	Рыба тушеная в томате с овощами	120	15,44	7,01	7,75	155,22	5,17	224
	Картофельное пюре	130	3,46	4,07	23,20	69,59	27,06	317
	Компот из сухофруктов	180	0,33	0,00	14,19	56,38	0,11	399
	Батон нарезной	30	2,31	0,90	14,94	79,20	0,00	125
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	51,50	0,00	123
		745	**34,66**	**21,02**	**85,37**	**628,64**	**49,93**	
Уплотненный полдник	Каша овсянная "Геркулес"	200	6,86	7,26	26,38	197,62	0,24	162
	Кисель из брусники	200	0,26	0,13	23,20	91,43	4,82	393
	Фрукты свежие	90	0,36	0,00	9,36	40,50	14,40	90
	Печенье	25	1,88	2,95	18,60	109,00	0,00	604
	Батон нарезной	25	1,93	0,75	12,45	66,00	0,00	125
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,22	8,20	41,20	0,00	123
		560	**12,59**	**11,31**	**98,18**	**545,75**	**19,46**	
Итого за 7-й день			**75,17**	**54,43**	**226,08**	**1640,39**	**72,66**	
	8-й день (среда)							
Завтрак	Омлет натуральный	110	10,22	12,28	2,62	160,35	0,18	188
	Горошек зеленый консерв.	95	1,91	0,19	4,32	24,70	6,18	329
	Кофейный напиток В-1	200	2,96	2,69	11,93	80,60	0,13	391
	Батон с маслом	28	1,89	3,60	11,99	88,48	0,11	496
		433	**16,98**	**18,76**	**30,86**	**354,12**	**6,59**	
2-й завтрак	Ряженка	180	4,99	5,70	7,31	89,10	1,25	406
		180	**4,99**	**5,70**	**7,31**	**89,10**	**1,25**	
Обед	Салат овощной с зеленым горошком	60	1,67	4,30	6,28	55,42	7,21	46
	Рассольник домашний со сметаной	180	1,87	3,56	11,17	54,04	15,66	63
	Запеканка картофельная с печенью	180	19,24	20,03	26,88	279,94	32,73	354
	Соус молочный в-1	30	1,02	1,85	2,77	31,17	0,08	333
	Сок	200	1,00	0,00	18,20	76,00	4,00	408
	Батон нарезной	30	2,31	0,90	14,94	79,20	0,00	125
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,33	12,30	61,80	0,00	123
		710	**29,09**	**30,97**	**92,53**	**637,57**	**59,69**	

Уплотненный полдник	Морковная запеканка	150	5,87	5,09	30,30	188,43	8,31	101
	Соус молочный сладкий	30	0,77	1,22	3,70	28,18	0,05	338
	Напиток вит. "Витошка"	180	0,00	0,00	32,76	72,00	18,00	5
	Булочка "Веснушка"	40	3,26	3,94	27,04	157,63	2,06	424
	Батон нарезной	18	1,39	0,54	8,96	47,52	0,00	125
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,17	6,15	30,90	0,00	123
	Фрукты свежие	90	0,36	0,00	9,36	40,50	14,40	90
		523	**12,63**	**10,96**	**118,27**	**565,16**	**42,82**	
Итого за 8-й день			**63,69**	**66,40**	**248,97**	**1645,96**	**110,35**	
	9-й день (четверг)							
Завтрак	Лапшевник с творогом	150	13,50	8,61	30,15	250,00	0,39	211
	Соус молочный сладкий	30	0,77	1,44	4,30	32,34	0,06	338
	Чай с лимоном	200	0,07	0,03	7,22	28,91	2,89	383
	Бутерброд с маслом	20	1,34	2,67	8,50	63,72	0,08	496
		400	**15,69**	**12,75**	**50,16**	**374,97**	**3,43**	
2-й завтрак	Молоко	180	5,08	4,50	8,51	89,44	0,23	408
		180	**5,08**	**4,50**	**8,51**	**89,44**	**0,23**	
Обед	Салат из моркови	60	0,66	3,65	5,45	56,44	2,54	6
	Щи из свежей капусты	180	1,43	2,45	5,91	41,50	12,54	82
	Котлета из говядины	70	13,07	3,36	7,41	191,34	0,08	255
	Каша гречневая рассыпчатая	130	6,55	3,83	36,13	206,99	0,11	297
	Соус томатный	30	0,33	1,10	2,12	19,40	1,17	354
	Кисель из клюквы	180	0,13	0,06	11,60	45,71	2,41	393
	Батон нарезной	15	1,16	0,45	7,47	39,60	0,00	125
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,22	8,20	41,20	0,00	123
		685	**24,64**	**15,12**	**84,29**	**642,19**	**18,85**	
Уплотненный полдник	Котлеты рыбные любительские	70	9,53	3,04	4,81	83,89	1,82	227
	Картофельное пюре	130	2,83	3,83	18,95	61,17	22,13	317
	Кукуруза отварная	40	4,12	1,96	23,99	129,92	0,00	190
	Напиток из шиповника	200	0,27	0,00	11,40	30,12	24,00	409
	Печенье	20	1,51	2,36	14,88	87,20	0,00	604
	Фрукты свежие	90	0,36	0,00	9,36	40,50	14,40	90
	Батон нарезной	21	1,62	0,63	10,46	55,44	0,00	125

	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	51,50	0,00	123
		596	**21,88**	**12,10**	**104,09**	**539,74**	**62,35**	
Итого за 9-й день			**67,28**	**44,46**	**247,06**	**1646,33**	**84,87**	
	10-й день (пятница)							
Завтрак	Каша ячневая молочная	200	6,29	5,43	31,55	199,03	0,24	168
	Какао с молоком в-1	180	2,94	2,54	10,11	73,63	0,12	387
	Бутерброд с маслом с сыром	27,2	3,86	7,06	5,02	98,90	0,32	492
		407	**13,09**	**15,03**	**46,69**	**371,55**	**0,68**	
2-й завтрак	Йогурт	150	7,13	2,14	12,11	92,63	0,86	531
		150	**7,13**	**2,14**	**12,11**	**92,63**	**0,86**	
Обед	Салат картофельный с солёным огурцом	60	0,96	3,16	7,15	41,30	8,55	43
	Свекольник со сметаной	200	2,12	4,08	13,57	78,89	14,13	65
	Фрикадельки из говядины паровые	70	12,10	11,43	7,02	178,75	0,08	268
	Капуста тушеная	130	3,17	6,00	12,79	117,72	33,74	311
	Компот из изюма	200	0,05	0,05	8,30	32,56	22,10	403
	Батон нарезной	40	3,08	1,20	19,92	105,60	0,00	125
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	51,50	0,00	123
		725	**23,14**	**26,20**	**78,99**	**606,31**	**78,60**	
Уплотненный полдник	Рагу из птицы	175	16,66	8,21	18,68	164,53	21,80	290
	Чай с молоком	200	2,83	2,53	11,74	78,53	0,14	386
	Булочка российская	60	4,50	4,82	32,43	192,50	0,04	432
	Батон нарезной	10	0,77	0,30	4,98	26,40	0,00	125
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,22	8,20	41,20	0,00	123
	Фрукты свежие	90	0,40	0,00	10,40	45,00	16,00	90
		555	**26,48**	**16,08**	**86,42**	**548,16**	**37,98**	
Итого за 10-й день			**69,84**	**59,44**	**224,21**	**1618,64**	**118,12**	
Итого за весь период			693	576	2276	16422	1023	
Среднее значение за период			**69,27**	**57,59**	**227,60**	**1642,18**	**102,26**	
Содержание белков , жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности (+-5%)								

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

ПОДЛИННОСТЬ ДОКУМЕНТА НЕ ПОДТВЕРЖДЕНА.
ПРОВЕРЕНО В ПРОГРАММЕ КРИПТОАРМ.

ПОДПИСЬ

Общий статус подписи:	Подписи математически корректны, но нет полного доверия к одному или нескольким сертификатам подписи
Сертификат:	4DD68200B95E9C281CF4EDE037AD9519
Владелец:	МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 25 КОМПЕНСИРУЮЩЕГО ВИДА", Колпакова, Ирина Петровна, dou25@edumonch.ru, 510702072817, 5107110414, 06047299766, 1025100653929, МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД № 25 КОМПЕНСИРУЮЩЕГО ВИДА", Заведующий, г.Мончегорск, ул. Ферсмана, д.11, Мурманская область, RU
Издатель:	Казначейство России, Казначейство России, RU, г. Москва, Большой Златоустинский переулок, д. 6, строение 1, 1047797019830, 7710568760, 77 Москва, uc_fk@roskazna.ru
Срок действия:	Действителен с: 20.06.2022 12:55:00 UTC+03 Действителен до: 13.09.2023 12:55:00 UTC+03
Дата и время создания ЭП:	31.08.2022 10:30:32 UTC+03