

1 день. Понедельник

Меню-раскладка Дети от 3 до 7 лет (безмолочная)

Утверждаю



В. П. Родина
09.01.2025



Блюдо	Энергетическая ценность, Ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г	№ технологической карты
Второй завтрак						
Сок фруктовый 100г	42,71429	0,00046	0,00009	0,00920	100	7.031/1
Итого:	42,71429	0,00046	0,00009	0,00920		
Завтрак						
Каша пшенная безмолочная с раст. маслом	194,93250	0,00538	0,00728	0,02268	200	2021/1/14
Кофейный напиток	116,67982	0,00329	0,00338	0,01480	200	7.084-1
Хлеб пшеничный с маслом 40/5	132,11786	0,00307	0,00449	0,02008	45	7.429
Итого:	443,73018	0,01173	0,01515	0,05756		
Обед						
Салат из отварной свеклы с чесноком 50г	38,70018	0,00072	0,00170	0,00539	50	7.143/3
Суп-пюре из разных овощей на мясном бульоне. (Суп овощной с мясом)	93,23304	0,00222	0,00405	0,01064	200	7.252 (7.043с-1)
Гуляш из отварного мяса (ягн 60г, сад 80г)	121,67125	0,01150	0,01005	0,00452	80	7.256
Греча с овощами.	186,97625	0,00471	0,00576	0,02948	150	7.368-2
Компот из сухофруктов	77,16429	0,00027	0,00000	0,02061	200	4.5/10
Хлеб ржаной 40 гр	65,93571	0,00236	0,00043	0,01493	40	7.003
Хлеб пшеничный 20 гр	47,02500	0,00152	0,00018	0,01002	20	7.050
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5	7.044
Итого:	630,70571	0,02329	0,02216	0,09558		
Полдник						
Чай с сахаром.	38,09603	0,00000	0,00000	0,00893	0,2	7.354
Каша пшенная безмолочная с раст. маслом с яблоками 100	266,48268	0,01211	0,01667	0,01582	100	2021/1/14
Печенье 20 гр	93,23571	0,00208	0,00104	0,01536	20	7.308/6
Хлеб пшеничный 20г	26,19375	0,00083	0,00010	0,00550	20	2021/103
Итого:	600,08179	0,02481	0,02496	0,06328		
Всего:	1745,52595	60,29482	62,36482	225,62393	1630	

Утверждаю

В.П. Родина

09.01.2025



2 день. Вторник
Меню-раскладка ДЕТИ от 3 до 7 лет (Безмолочная)

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г	№ технологической карты
Второй завтрак						
Яблоко 110 гр.	40,45345	0,00035	0,00035	0,01038	0,11	7,344
Итого:	40,45345	0,00035	0,00035	0,01038	0,11	
Завтрак						
Каша геркулесовая безмолочная с маслом растительным 200гр	213,17310	0,00585	0,00785	0,02861	0,2	7,20218/4/4
Сыр 9 гр	29,67724	0,00215	0,00222	0,00000	0,009	7,435/5
Кофейный напиток	116,67982	0,00329	0,00338	0,01480	200	7,084-1
Хлеб пшеничный с маслом 40/5	132,03793	0,00307	0,00449	0,02008	0,045	7,429
Итого:	491,48948	0,01436	0,01793	0,06350	0,454	
Обед						
Салат из моркови с растительным маслом 60 гр	35,45707	0,00059	0,00184	0,00508	0,06	7,057/1
Расольник "Ленинградский" с мясом	119,81845	0,00389	0,00441	0,01425	0,2	(7,165/1) 7,037с
Тертели из говядины с рисом ("Ежики")	175,48379	0,01081	0,01007	0,00593	0,08	7,н-104
Капуста тушеная.	120,39931	0,00354	0,00486	0,01616	0,15	7,н7бс
Компот из ягод	83,50172	0,00018	0,00000	0,02231	0,2	4,5/10
Хлеб ржаной 40 гр	57,10862	0,00204	0,00037	0,01290	0,04	7,003
Хлеб пшеничный 20 гр	46,99655	0,00152	0,00018	0,01002	0,02	7,050
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005	7,044
Чеснок 3 гр	0,14276	0,00002	0,00000	0,00002	0,003	7,371-1
Итого:	638,88828	0,02259	0,02174	0,08668	0,743	
Поддник						
Картофель отварной 100 гр (икара каб50, бульон конс 20)	99,36207	0,00191	0,00217	0,01663	0,1	7,63сд2
Чай с лимоном.	51,79793	0,00004	0,00000	0,01203	0,2	7,087
Печенье 20 гр	93,17931	0,00208	0,00104	0,01536	0,02	7,308/6
Хлеб пшеничный 20 гр	42,01810	0,00136	0,00016	0,00894	0,02	7,050
Итого:	286,35741	0,00539	0,00338	0,05296	0,34	
Всего:	1436,68310	42,67914	43,39672	213,51931	1,647	

Утверждаю

В.П. Родина №153
09.01.2025



3 день. Среда
Меню-раскладка Дети от 3 до 7 лет (безмолочная)

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки	Жиры	Углеводы	Выход блюда	№ технологической карты
Второй завтрак						
Сок фруктовый 100 гр	48,04444	0,00051	0,00010	0,01038	0,1	7.031/1
Итого:	48,04444	0,00051	0,00010	0,01038	0,1	
Завтрак						2021/15/4
Каша речневая безмолочная с растительным маслом	179,53852	0,00467	0,00682	0,02121	0,2	7.285а
Какао	122,66630	0,00381	0,00392	0,01516	0,2	7.429
Хлеб пшеничный с маслом 40/5	132,20370	0,00307	0,00449	0,02008	0,045	
Итого:	434,40852	0,01154	0,01522	0,05644	0,445	
Обед						7.367-2
Огулец консервированный 50 гр	3,98426	0,00023	0,00003	0,00068	0,05	7.043с-4
Суп овощной с мясом	108,48148	0,00469	0,00618	0,00627	0,2	7.н163/8
Котлета мясная 80 гр	151,53185	0,01426	0,00788	0,00280	0,08	7.362-1
Пюре из гороха со раст. маслом.	208,47407	0,01109	0,00464	0,02788	0,15	4.5/10
Компот	75,15759	0,00024	0,00000	0,02004	0,2	7.003
Хлеб ржаной 40 гр	47,59630	0,00169	0,00031	0,01068	0,04	7.050
Хлеб пшеничный 20 гр	47,05556	0,00152	0,00018	0,01002	0,02	7.044
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005	7.371-1
Чеснок 3 гр	1,15852	0,00016	0,00000	0,00015	0,003	
Итого:	644,01926	0,03389	0,01923	0,07867	0,738	
Полдник						7.131-4
Яблоко 100 гр	36,39167	0,00032	0,00032	0,00935	0,1	7.328
Ябло вареное	163,41667	0,00896	0,01101	0,00217	0,04	7.087
Чай с лимоном.	43,93204	0,00004	0,00000	0,01013	0,2	7.050
Хлеб пшеничный 20 гр	19,72056	0,00062	0,00007	0,00409	0,02	
Итого:	263,46093	0,00994	0,01141	0,02574	0,41	
Всего:	1373,10969	55,88074	45,95815	171,22870	1,683	

Утверждаю

В.П. Родина

09.01.2025

4 день. Четверг
Меню-раскладка Дети от 3 до 7 лет (безмолочная)

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, кг	№ технологической карты
Второй завтрак						
Сок фруктовый 100г	46,00000	0,00049	0,00010	0,00991	0,1	7.031/1
Итого:	46,00000	0,00049	0,00010	0,00991	0,1	
Завтрак						
Каша рисовая рассыпчатая 200г	352,78037	0,01563	0,02087	0,01482	0,15	7н.039
Какао	107,96296	0,00332	0,00340	0,01436	0,2	7.285а
Хлеб пшеничный с маслом 40/5	132,20370	0,00307	0,00449	0,02008	0,045	7.429
Итого:	592,94704	0,02201	0,02875	0,04927	0,395	
Обед						
Кукуруза консервированная 50 г.	36,11481	0,00085	0,00016	0,00677	0,05	7.044с-1
Суп овощной на курином бульоне со сметаной	61,00722	0,00136	0,00276	0,00714	0,2	7.203/47
Филе птицы отварное	184,31741	0,01081	0,01165	0,00266	0,08	7.179
Рис припущенный с овощами	177,27204	0,00322	0,00614	0,02557	0,13	4.5/10
Компот	73,99074	0,00022	0,00000	0,01979	0,2	7.003
Хлеб ржаной 40 гр	45,25000	0,00160	0,00029	0,01014	0,04	7.050
Хлеб пшеничный 20 гр	34,86389	0,00112	0,00013	0,00738	0,02	
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005	7.044
Итого:	612,81611	0,01918	0,02113	0,07944	0,705	
Полдник						
Рагу овощное	103,82370	0,00240	0,00289	0,01728	0,1	7.083
Чай	98,60704	0,00276	0,00296	0,01357	0,2	4.10/10
Вафли 22 гр	97,22222	0,00089	0,00078	0,02247	0,022	7.015/2
Хлеб пшеничный 20 гр	34,35056	0,00110	0,00013	0,00726	0,02	7.050
Итого:	334,00352	0,00716	0,00675	0,06059	0,342	
Всего:	1564,92387	48,84352	56,73185	199,21648	1,542	



Утверждаю



5 день. Пятница
Меню-раскладка дети от 3 до 7 лет (безмолочная)

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, кг	№ технологической карты
Второй завтрак						7.346
Яблоко 100гр	34,37813	0,00030	0,00030	0,00877	0,1	
Итого:	34,37813	0,00030	0,00030	0,00877	0,1	
Завтрак						7.н162-3
Каша рисовая рассыпчатая 200г	193,17667	0,00564	0,00702	0,02299	0,2	7.435/2
Сыр 10 гр	37,32667	0,00270	0,00278	0,00000	0,01	7.285а
Какао	105,95938	0,00321	0,00326	0,01398	0,2	7.429
Хлеб пшеничный с маслом 40/5	132,50417	0,00307	0,00449	0,02008	0,045	
Итого:	468,96688	0,01462	0,01755	0,05705	0,455	7.9/1/1
Обед						7.н39с
Салат из белокочанной капусты с яблоками, морковью и растительным маслом 50 гр.	47,30438	0,00080	0,00256	0,00605	0,05	
Борщ с мясом	113,86792	0,00416	0,00574	0,00961	0,2	7.117/5
Рыба отварная	166,59479	0,01660	0,00497	0,00219	0,07	7.63с/2
Картофель отварной	147,13479	0,00298	0,00395	0,02201	0,15	4.5/1/0
Компот	71,99583	0,00018	0,00000	0,01928	0,2	7.003
Хлеб ржаной 40 гр	49,77500	0,00176	0,00032	0,01115	0,04	7.050
Хлеб пшеничный 20 гр	47,16250	0,00152	0,00018	0,01002	0,02	7.044
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005	
Итого:	643,83521	0,02801	0,01771	0,08031	0,745	
Полдник						4.10/10
Чай	169,28542	0,00520	0,00640	0,02180	0,18	4.9/13
Хлеб пшеничный (полдник)	50,77188	0,00153	0,00017	0,00978	0,025	2021/16/5
Морковь тушеная 100г	78,52500	0,00137	0,00328	0,01098	0,1	4.23/12/3
Леченье овсяное (пряник)	238,54167	0,00542	0,00271	0,04000	0,04	
Итого:	537,12396	0,01352	0,01256	0,08256	0,345	
Всего:	1663,88356	56,43958	48,11000	228,68604	1,645	

Утверждаю

В.П. Ролина

09.01.2025 153

6 день. Понедельник
Меню-раскладка дети от 3 до 7 лет (безмолочная)

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, кг	№ технологической карты
Второй завтрак						7.031/1
Сок фруктовый 100г	50,84211	0,00054	0,00011	0,01099	0,1	
Итого:	50,84211	0,00054	0,00011	0,01099	0,1	
Завтрак						2021/2/4/1
Каша гречневая безмолочная с растительным маслом.	217,75053	0,00649	0,00814	0,02804	0,2	7.285а
Какао	129,12544	0,00432	0,00446	0,01598	0,2	7.429
Хлеб пшеничный с маслом 40/5	132,07719	0,00307	0,00449	0,02008	0,045	
Итого:	478,95316	0,01387	0,01708	0,06410	0,445	
Обед						7.057
Салат из моркови с растительным маслом	46,70526	0,00065	0,00285	0,00565	0,05	7.061/1
Суп рыбный с крупой.	138,06316	0,00840	0,00284	0,01757	0,2	7.061/1
Бигус с мясом.	291,20860	0,01544	0,01643	0,01513	0,23	4.5/10
Компот	67,05667	0,00055	0,00003	0,01675	0,2	7.003
Хлеб ржаной 40 гр	48,26667	0,00171	0,00031	0,01085	0,04	7.003
Хлеб пшеничный 20 гр	47,01053	0,00152	0,00018	0,01002	0,02	7.050
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005	
Итого:	638,31088	0,02828	0,02265	0,07597	0,745	
Полдник						4.10/10
Чай	94,39439	0,00462	0,00528	0,00677	0,19	4.8/3
Калупа тушеная 130 гр	266,42053	0,01205	0,01544	0,01195	0,1	7.308/6
Печенье 20 гр	93,20702	0,00208	0,00104	0,01536	0,02	2021/1/03
Хлеб пшеничный 20г	31,81316	0,00102	0,00012	0,00672	0,02	
Итого:	582,56491	0,02195	0,02445	0,05773	0,35	
Всего:	1730,37905	64,64526	64,29579	208,78719	1,64	

7 день. Вторник

Меню-раскладка дети от 3 до 7 лет (безмолочная)

Утверждаю

В.П. Родина №153

09.01.2025



Блюдо	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, кг	№ технологической карты
Второй завтрак						7.346
Яблоко 100гр	40,36271	0,00035	0,00035	0,01038	0,1	
Итого:	40,36271	0,00035	0,00035	0,01038		2021/16/4
Завтрак						7.435/5
Каша пшеничная безмолочная с растительным маслом.	201,97542	0,00550	0,00732	0,02394	0,009	
Сыр 9 гр	28,99525	0,00210	0,00217	0,00000	0,2	7.285а
Какао	96,01508	0,00268	0,00272	0,01349	0,045	7.429
Хлеб пшеничный с маслом 40/5	132,00000	0,00307	0,00449	0,02008	0,454	
Итого:	458,98576	0,01335	0,01670	0,05750		7.055
Обед						7.246/1
Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом	36,52339	0,00085	0,00205	0,00457	0,05	
Рассолышник домашний на мясном бульоне	97,07729	0,00200	0,00337	0,01329	0,2	7.н163/8
Котлета мясная 80 гр	199,50780	0,01463	0,01256	0,00175	0,08	2021/46/4
Макаронные изделия отварные 150г	203,30847	0,00500	0,00322	0,03479	0,15	4.5/10
Компот	71,61017	0,00018	0,00000	0,01918	0,2	7.003
Хлеб ржаной 40 гр	61,35593	0,00219	0,00040	0,01389	0,04	7.050
Хлеб пшеничный 20 гр	59,23780	0,00192	0,00023	0,01268	0,02	7.044
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005	7.371-2
Чеснок 1 гр	0,38983	0,00005	0,00000	0,00005	0,001	
Итого:	729,01066	0,02684	0,02182	0,10020	0,746	
Полдник						7.н113-3
Свежая тушеная 150г	77,60678	0,00197	0,00243	0,01246	0,1	7.087
Чай с лимоном.	41,05542	0,00004	0,00000	0,00946	0,2	4.23/12-1
Пряники	88,98305	0,00120	0,00070	0,01943	0,025	7.050
Хлеб пшеничный 20 гр	20,35932	0,00064	0,00008	0,00425	0,02	
Итого:	228,00458	0,00386	0,00321	0,04559	0,345	
Всего:	1439,58931	44,39034	42,08254	213,67610	1,645	

8 день. Среда.

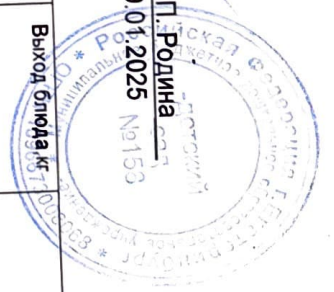
Утверждаю

В. П. Ролина

09.01.2025 №153

Меню-раскладка дети от 3 до 7 лет (безмолочная)

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, кг	№ технологической карты
Второй завтрак						7.031/1
Сок фруктовый 100г	47,55932	0,00051	0,00010	0,01027	0,1	
Итого:	47,55932	0,00051	0,00010	0,01027	0,1	
Завтрак						7.н162-3
Каша рисовая рассыпчатая 200г	182,05119	0,00427	0,00684	0,02225	0,2	7.084-1
Кофейный напиток	96,84627	0,00251	0,00253	0,01371	0,18	7.429
Хлеб пшеничный с маслом 40/5	132,00000	0,00307	0,00449	0,02008	0,045	
Итого:	410,89746	0,00984	0,01386	0,05604	0,425	
Обед						7.367-2
Оррец консервированный 50г.	3,60475	0,00020	0,00002	0,00062	0,05	7.н102
Свекольник с мясом	108,76407	0,00393	0,00397	0,01372	0,2	7.36/8/4
Запеканка картофельная фаршированная отварным мясом говядины 230 гр	365,72661	0,01799	0,01260	0,03804	0,23	4,5/10
Компот из сухофруктов	75,64068	0,00026	0,00000	0,02019	0,2	7.003
Хлеб ржаной 40 гр	68,10508	0,00244	0,00044	0,01544	0,04	7.050
Хлеб пшеничный 20 гр	46,98305	0,00152	0,00018	0,01002	0,02	7.044
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005	
Итого:	668,82424	0,02634	0,01712	0,09802	0,72	
Полдник						7.63с/2
Картофель отварной	255,28424	0,00602	0,00488	0,04259	0,12	7.087
Чай с лимоном.	41,04983	0,00004	0,00000	0,00946	0,2	4.23/12-1
Пряники. (Фрукты)	88,98305	0,00120	0,00070	0,01943	0,025	2021/103
Хлеб пшеничный 20г	23,68729	0,00075	0,00009	0,00497	0,02	
Итого:	409,00441	0,00802	0,00568	0,07644	0,365	
Всего:	1517,3615	44,70644	36,75119	240,78000	1,61	



9 день. Четверг.

Утверждаю



В. П. Ролина
09.01.2025



Меню-раскладка дети от 3 до 7 лет (безмолочная)

Блюдо	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, кг	№ технологической карты
Второй завтрак						
Сок фруктовый 100 г	44,51613	0,00048	0,00010	0,00961	0,1	7,031
Итого:	44,51613	0,00048	0,00010	0,00961	0,1	
Завтрак						
Рйцо вареное	196,28903	0,01049	0,01334	0,00275	0,15	7,328
Какао	104,61903	0,00312	0,00320	0,01404	0,2	7,285а
Хлеб пшеничный с маслом 40/5	131,89355	0,00307	0,00449	0,02008	0,045	7,429
Итого:	432,80161	0,01667	0,02102	0,03687	0,395	
Обед						
Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом.	56,04742	0,00129	0,00346	0,00632	0,06	7,001
Суп-лапша с мясом курды 200 гр	112,63113	0,00346	0,00467	0,01220	0,2	7,47с
Рагу из мяса кур.	436,65355	0,02316	0,02247	0,02517	0,23	7,3/133
Компот	85,43065	0,00042	0,00003	0,02270	0,2	4,5/10
Хлеб ржаной 40 гр	61,30645	0,00219	0,00040	0,01389	0,04	7,003
Хлеб пшеничный 20 гр	46,94516	0,00152	0,00018	0,01002	0,02	7,050
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005	7,044
Итого:	799,01435	0,03205	0,03121	0,09029	0,755	
Полдник						
Чай	41,05542	0,00004	0,00000	0,00946	0,18	4,10/10
Яблоко 110 гр.	44,36129	0,00039	0,00039	0,01142	0,11	7,344
Каша гречневая безмолочная с растительным маслом.	217,75053	0,00649	0,00814	0,02804	0,2	2021/2/4/1
Хлеб пшеничный 20 гр	14,71694	0,00046	0,00005	0,00303	0,02	7,050
Итого:	379,21161	0,01336	0,01185	0,05013	0,51	
Всего:	1634,94635	62,56210	64,16468	186,90629	1,76	

10 День. Пятница
 Меню-раскладка Дети от 3 до 7 лет (Безмолочная)

Утверждаю

В.П. Родина

В.П. Родина
 09.01.2025



Блюдо	Энергетическая ценность	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г	№ технологической карты
Второй завтрак						
Сок фруктовый 100 г	47,58621	0,00051	0,00010	0,01027	0,1	7,031
Итого:	47,58621	0,00051	0,00010	0,01027		
Завтрак						
Каша ячневая безмолочная с растительным маслом	179,53852	0,00467	0,00682	0,02121	0,2	2021/15/4
Сыр 9 гр	29,61655	0,00215	0,00221	0,00000	0,009	7,435/5
Кофейный напиток	127,42707	0,00374	0,00386	0,01570	0,2	7,084-1
Хлеб пшеничный с маслом 40/5	132,03793	0,00307	0,00449	0,02008	0,045	7,429
Итого:	468,39069	0,01362	0,01738	0,05698	0,454	
Обед						
Икра кабачковая 50гр.	35,96897	0,00058	0,00261	0,00272	0,05	7,275/1
Борщ с мясом	115,31897	0,00537	0,00533	0,01026	0,2	7,439с-2
Рыба отварная под маринадом	213,06086	0,01363	0,01165	0,00862	0,1	7,277/2
Рис припущенный с овощами.	220,28414	0,00400	0,00720	0,03186	0,15	7,179/1
Кисель из сухофруктов 200г	88,35810	0,00059	0,00004	0,01959	0,2	2021/20/11
Хлеб ржаной 40 гр	55,23621	0,00197	0,00036	0,01247	0,04	7,003
Хлеб пшеничный 20 гр	46,99655	0,00152	0,00018	0,01002	0,02	7,044
Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	0,005	
Итого:	775,22379	0,02766	0,02735	0,09553	0,745	
Полдник						
Хлеб пшеничный (полдник)	37,23879	0,00112	0,00012	0,00715	0,025	4,9/13
Макаронные изделия с маслом	133,27328	0,00430	0,00560	0,01379	0,11	7,1151-8
Чай с сахаром.	38,09603	0,00000	0,00000	0,00893	0,2	7,354
Пряники	81,46552	0,00110	0,00064	0,01775	0,025	4,23/12-1
Итого:	290,07362	0,00651	0,00637	0,04762	0,43	
Всего:	1658,71983	48,30069	51,19914	210,41259	1,729	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 447200959609934981311677372486379060188671997431

Владелец Родина Валерия Павловна

Действителен с 09.09.2024 по 09.09.2025