

МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

09.01.2025г.

Неделя вторая											
ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет											
ВОЗРАСТ 6-7 до 7 лет											
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	<b>День: Четверг - Завтрак</b>	грамм					грамм				
ТТК 55	Бутерброд с маслом	35	1.88	7.98	12.86	131.90	35	1.88	7.98	12.86	131.90
113**	Каша молочная кукурузная жидкая	150	6.40	6.04	30.61	145.38	190	8.10	7.65	38.77	184.14
ТТК 57	Чай с сахаром	180	0.16	0.00	9.22	37.41	180	0.16	0.00	9.22	37.41
	<b>Итого за завтрак:</b>	365	8.44	14.02	52.69	314.69	405	10.14	15.63	60.85	353.45
	<b>Второй завтрак</b>										
пром	Сок фруктовый	100	0.00	0.00	11.20	45.00	100	0.00	0.00	11.20	45.00
	<b>Обед</b>										
ТТК 45	Суп рыбный из консервов	150	5.48	5.61	13.11	244.41	180	6.58	6.73	15.73	245.29
321*	Пюре картофельное	150	3.09	5.06	16.67	145.80	150	3.09	5.06	16.67	145.80
247**	Соус томатный с маслом сливочным						30	0.37	0.90	2.93	21.37
ТТК15	Ежики мясные	60	7.98	5.04	4.74	96.60	60	7.98	5.04	4.74	96.60
пром	Хлеб пшеничный	30	2.49	0.57	16.80	70.14	30	2.49	0.57	16.80	70.14
пром	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.30	0.30	8.60	66.00	30	1.95	0.45	12.90	99.00
Тк 4	Кисель с витаминами "Витошка"	180	0.00	0.00	21.60	85.50	180	0.00	0.00	21.60	85.50
	<b>Итого за обед:</b>	590	20.34	16.58	81.52	708.45	660	22.46	18.75	91.37	763.70
	<b>Полдник</b>										
пром	Печенье сахарное	30	2.14	3.66	11.58	135.30	50	3.57	6.10	19.30	225.50
ТТК 59	Чай сладкий с молоком	150	2.39	1.88	10.90	69.76	180	2.87	2.26	13.08	83.71
	<b>Итого за полдник:</b>	180	4.53	5.54	22.48	205.06	230	6.44	8.36	32.38	309.21
	<b>Всего за день:</b>	1235	33.31	36.14	167.89	1273.20	1395	39.04	42.74	195.80	1471.36

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»

пос. Фурманов  Прохуткина Т.А.



МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

10.01.2025г.

		ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет					ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет				
№ рецепту ры	Наименование блюд	Масса порции грамм	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции грамм	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
<b>Неделя вторая</b>											
<b>День: Пятница - завтрак</b>											
ТТК 55	Бутерброд с маслом	35	1.88	7.98	12.86	131.90	35	1.88	7.98	12.86	131.90
ТТК51	Суп молочный с вермишелью	150	4.30	3.91	14.13	108.90	200	5.74	5.21	18.84	145.20
395*	Кофейный напиток с молоком	180	5.04	4.00	18.31	131.69	180	5.04	4.00	18.31	131.69
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>365</b>	<b>11.22</b>	<b>15.89</b>	<b>45.30</b>	<b>372.49</b>	<b>415</b>	<b>12.66</b>	<b>17.19</b>	<b>50.01</b>	<b>408.79</b>
<b>Второй завтрак</b>											
пром	Сок фруктовый	100	0.00	0.00	11.20	45.00	100	0.00	0.00	11.20	45.00
<b>Обед</b>											
ТТК 43	Щи со сметаной	150	1.32	3.53	6.60	64.33	200	1.75	4.70	8.81	85.77
ТТК 58	Плов из отварной птицы	100	7.92	9.60	19.21	191.00	180	14.26	17.28	34.58	343.80
пром	Хлеб ржано-пшеничный	30	1.95	0.45	12.90	99.00	50	3.25	0.75	21.50	165.00
376*	Компот из сухеных фруктов	180	0.43	0.00	24.32	97.86	180	0.43	0.00	24.32	97.86
<b>Итого за обед:</b>		<b>460</b>	<b>11.62</b>	<b>13.58</b>	<b>63.03</b>	<b>452.19</b>	<b>610</b>	<b>19.69</b>	<b>22.73</b>	<b>89.21</b>	<b>692.43</b>
<b>Полдник</b>											
пром	Кондитерское изделие ( пряники)	35	1.40	2.10	21.00	108.50	35	1.40	2.10	21.00	108.50
пром	Батон "Домашний" нарезной						15	1.43	0.56	10.23	51.60
пром	Кисломолочный продукт - РЯЖЕНКА ( варенец)	180	5.22	4.50	7.56	92.00	180	5.22	4.50	7.56	92.00
<b>Итого за полдник:</b>		<b>215</b>	<b>6.62</b>	<b>6.60</b>	<b>28.56</b>	<b>200.50</b>	<b>230</b>	<b>8.05</b>	<b>7.16</b>	<b>38.79</b>	<b>252.10</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>1140</b>	<b>29.46</b>	<b>36.07</b>	<b>148.09</b>	<b>1070.18</b>	<b>1355</b>	<b>40.40</b>	<b>47.08</b>	<b>189.21</b>	<b>1398.32</b>
<b>СРЕДНИЕ показатели за неделю:</b>		<b>1202</b>	<b>32.03</b>	<b>35.03</b>	<b>170.44</b>	<b>1148.53</b>	<b>1403</b>	<b>39.72</b>	<b>43.81</b>	<b>204.93</b>	<b>1402.75</b>

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»  
пос. Фурманов



Прохуткина Т.А.

МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

13.01.2025г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет					ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет			
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
<b>Неделя первая</b>											
<b>День-1: Понедельник-завтрак</b>											
ТТК 55	Бутерброд с маслом	35	1.88	7.98	12.86	131.90	35	1.88	7.98	12.86	131.90
ТТК 20	Каша из пшена и риса молочная жидкая "Дружба"	140	4.10	5.13	21.21	148.37	200	5.86	7.33	30.30	211.96
пром	Хлеб пшеничный						30	2.49	0.57	16.80	70.14
ТТК 57	Чай с сахаром	180	0.16	0.00	9.22	37.41	180	0.16	0.00	9.22	37.41
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>355</b>	<b>6.14</b>	<b>13.11</b>	<b>43.29</b>	<b>317.68</b>	<b>445</b>	<b>10.39</b>	<b>15.88</b>	<b>69.18</b>	<b>451.41</b>
<b>Второй завтрак</b>											
пром	Сок фруктовый	100	0.00	0.00	11.20	45.00	100	0.00	0.00	11.20	45.00
<b>Обед</b>											
45*	Винегрет овощной						50	0.70	5.02	3.65	62.55
ТТК38	Щи по-уральски (с крупой)	150	0.91	2.20	6.61	50.14	180	1.12	2.25	8.18	57.85
52**	Макароны отварные с маслом	130	5.72	4.99	32.53	197.63	150	6.60	5.76	37.53	228.03
ТТК13	Кнели из мяса цыпленка с рисом	60	10.15	9.79	7.84	133.70	60	10.15	9.79	7.84	133.70
пром	Хлеб пшеничный	20	1.66	0.38	11.20	46.76	30	2.49	0.57	16.80	70.14
пром	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.30	0.30	8.60	66.00	30	1.95	0.45	12.90	99.00
372*	Компот из свежих яблок	180	0.14	0.14	25.09	103.14	180	0.14	0.14	25.09	103.14
<b>Итого за обед:</b>		<b>560</b>	<b>19.88</b>	<b>17.80</b>	<b>91.87</b>	<b>597.37</b>	<b>680</b>	<b>23.15</b>	<b>23.98</b>	<b>111.99</b>	<b>754.41</b>
<b>Полдник</b>											
ТТК 57	Чай с сахаром	180	0.16	0.00	9.22	37.41	180	0.16	0.00	9.22	37.41
45	Пирожок печеный с капустой (или картофелем)	70	4.69	5.10	42.80	224.20	70	4.69	5.10	42.80	224.20
<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>	<b>4.85</b>	<b>5.10</b>	<b>52.02</b>	<b>261.61</b>	<b>250</b>	<b>4.85</b>	<b>5.10</b>	<b>52.02</b>	<b>261.61</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>1265</b>	<b>30.87</b>	<b>36.01</b>	<b>198.38</b>	<b>1221.66</b>	<b>1475</b>	<b>38.39</b>	<b>44.96</b>	<b>244.39</b>	<b>1512.43</b>
16*	Салат летний						50	0.61	2.6	3.22	38.75

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»  
пос. Фурманов *Прокуткина Т.А.* Прокуткина Т.А.



МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

14.01.2025г.

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции	ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет				Энергетическая ценность (ккал)	ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет			
			Пищевые вещества (г)					Пищевые вещества (г)			
			Б	Ж	У	Э		Б	Ж	У	Э
<b>День: Вторник - Завтрак</b>											
ТТК 55	Бутерброд с маслом	35	1.88	7.98	12.86	131.90	35	1.88	7.98	12.86	131.90
ТТК 51	Суп молочный с вермишелью	150	4.30	3.91	14.13	108.90	200	5.74	5.21	18.84	145.20
пром	Хлеб пшеничный	30	2.49	0.57	16.80	70.14	30	2.49	0.57	16.80	70.14
395*	Кофейный напиток с молоком	180	5.04	4.00	18.31	131.69	180	5.04	4.00	18.31	131.69
<b>Итого за завтрак:</b>		365	11.22	15.89	45.30	372.49	445	15.15	17.76	66.81	478.93
<b>Второй завтрак</b>											
пром	Сок фруктовый	100	0.00	0.00	11.20	45.00	100	0.00	0.00	11.20	45.00
<b>Обед</b>											
ТТК 61	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	150	4.10	6.31	11.81	71.18	200	5.47	8.41	15.74	94.90
ТТК 41	Мясо отварное, тушеное с картофелем домашнему	150	8.97	8.52	14.33	165.69	200	11.96	11.36	19.11	220.92
пром	Хлеб пшеничный	30	2.49	0.57	16.80	70.14	30	2.49	0.57	16.80	70.14
пром	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.30	0.30	8.60	66.00	30	1.95	0.45	12.90	99.00
Тк 4	Кисель с витаминами "Витошка"	180	0.00	0.00	21.60	85.50	180	0.00	0.00	21.60	85.50
<b>Итого за обед:</b>		530	16.86	15.70	73.14	458.51	640	21.87	20.79	86.15	570.46
<b>Полдник</b>											
451*	Оладьи с яблоками	60	4.22	3.98	26.30	158.00	85	5.84	7.51	36.42	218.80
ТТК 57	Чай с сахаром	180	0.16	0.00	9.22	37.41	180	0.16	0.00	9.22	37.41
<b>Итого за полдник:</b>		240	4.38	3.98	35.52	195.41	265	6.00	7.51	45.64	256.21
<b>Всего за день:</b>		1235	32.46	35.57	165.16	1071.41	1450	43.02	46.06	209.80	1350.60

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»  
пос. Фурманов *А.И.* Прохуткина Т.А.





# МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

15.01.2025г.

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции	ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет				Энергетическая ценность	ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет				
			Пищевые вещества (г)					Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	У			Б	Ж	У	
<b>День: Среда - Завтрак</b>		грамм					грамм					
15***	Сыр твердых сортов (порциями)	15	3.92	4.56	0.00	56.64	15	3.92	4.56	0.00	56.64	
ТТК 56	Каша манная с маслом	140	3.90	5.13	16.02	126.85	200	5.57	7.33	22.89	181.21	
пром	Хлеб пшеничный	30	2.49	0.57	16.80	70.14	30	2.49	0.57	16.80	70.14	
ТТК 57	Чай с сахаром	180	0.16	0.00	9.22	37.41	180	0.16	0.00	9.22	37.41	
<b>Итого за завтрак:</b>		365	10.47	10.26	42.04	291.04	425	12.14	12.46	48.91	345.40	
<b>Второй завтрак</b>												
пром	Сок фруктовый	100	0.00	0.00	11.20	45.00	100	0.00	0.00	11.20	45.00	
<b>Обед</b>												
32*	Салат из свеклы с изюмом	30	0.47	1.84	4.06	34.62	50	0.78	3.06	6.77	57.70	
ТТК 46	Суп картофельный с вермишелью на бульоне из кур	180	1.83	2.08	14.25	83.51	180	1.83	2.08	14.25	83.51	
ТТК 58	Плов из отварной птицы	100	7.92	9.60	19.21	191.00	180	14.26	17.28	34.58	343.80	
пром	Хлеб пшеничный	20	1.66	0.38	11.20	46.76	30	2.49	0.57	16.80	70.14	
376*	Компот из сушеных фруктов	180	0.43	0.00	24.32	97.86	180	0.43	0.00	24.32	97.86	
<b>Итого за обед:</b>		510	12.31	13.90	73.04	453.75	620	19.79	22.99	96.72	653.01	
<b>Полдник</b>												
16	Сдобная мелочь	50	5.05	4.75	33.80	171.50	50	5.05	4.75	33.80	171.50	
400*	Молоко кипяченое	180	5.48	4.88	9.07	102.00	200	6.09	5.42	10.08	113.33	
<b>Итого за полдник:</b>		230	10.53	9.63	42.87	273.50	250	11.14	10.17	43.88	284.83	
<b>Всего за день:</b>		1205	33.31	33.79	169.15	1063.29	1395	43.07	45.62	200.71	1328.24	
<b>летние салаты</b>												
17*	Салат из свежих овощей с яблоками	30	0.26	1.56	1.58	21.39	50	0.44	2.6	2.64	35.65	

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»  
пос. Фурманов *Т.А. Прохуткина* Прохуткина Т.А.



# МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

16.01.2025г.

Неделя первая											
ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет											
ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет											
№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
<b>День: Четверг - Завтрак</b>											
ТТК 55	Бутерброд с маслом	35	1.88	7.98	12.86	131.90	35	1.88	7.98	12.86	131.90
ТТК 54	Каша жидкая молочная из овсяной крупы	150	6.44	7.71	27.15	203.30	200	8.59	10.28	36.20	271.07
пром	Хлеб пшеничный	30	2.49	0.57	16.80	70.14	30	2.49	0.57	16.80	70.14
Тк 15	Какао с молоком и витаминами "Витошка"	180	3.51	2.79	22.64	130.50	180	3.51	2.79	22.64	130.50
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>395</b>	<b>14.32</b>	<b>19.05</b>	<b>66.59</b>	<b>403.94</b>	<b>445</b>	<b>16.47</b>	<b>21.62</b>	<b>75.64</b>	<b>471.71</b>
<b>Второй завтрак</b>											
пром	Сок фруктовый	100	0.00	0.00	11.20	45.00	100	0.00	0.00	11.20	45.00
<b>Обед</b>											
ТТК47	Свекольник со сметаной	150	1.50	4.34	9.50	83.11	180	1.76	5.52	11.26	101.75
321*	Пюре картофельное	110	2.27	4.39	14.44	106.92	150	3.09	5.06	16.67	145.80
247**	Соус томатный с маслом сливочным						30	0.37	0.90	2.93	21.37
ТТК 49	"Рыбник" из минтая	50	8.75	6.50	4.55	110.97	50	8.75	6.50	4.55	110.97
пром	Хлеб пшеничный	20	1.66	0.38	11.20	46.76	30	2.49	0.57	16.80	70.14
пром	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.30	0.30	8.60	66.00	30	1.95	0.45	12.90	99.00
ТТК 57	Чай с сахаром	180	0.16	0.00	9.22	37.41	180	0.16	0.00	9.22	37.41
<b>Итого за обед:</b>		<b>530</b>	<b>15.64</b>	<b>15.91</b>	<b>57.51</b>	<b>451.17</b>	<b>650</b>	<b>18.57</b>	<b>19.00</b>	<b>74.33</b>	<b>586.44</b>
<b>Полдник</b>											
12	Булочка ванильная	50	4.60	2.80	33.10	176.00	50	4.60	2.80	33.10	176.00
ТТК 59	Чай сладкий с молоком	150	2.39	1.88	10.90	69.76	180	2.87	2.26	13.08	83.71
<b>Итого за полдник:</b>		<b>200</b>	<b>6.99</b>	<b>4.68</b>	<b>44.00</b>	<b>245.76</b>	<b>230</b>	<b>7.47</b>	<b>5.06</b>	<b>46.18</b>	<b>259.71</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>1225</b>	<b>36.95</b>	<b>39.64</b>	<b>179.30</b>	<b>1145.87</b>	<b>1425</b>	<b>42.51</b>	<b>45.68</b>	<b>207.35</b>	<b>1362.86</b>

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»  
пос. Фурманов *Т.А. Прохуткина* Прохуткина Т.А.



МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

17.01.2025г.

Неделя первая												
2023 г. март 2023 г. сезон: весна-лето												
№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции	ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет				Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет			
			Б	Ж	У	Б			Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	
<b>День: Пятница - Завтрак</b>												
ТТК 55	Бутерброд с маслом	35	1.88	7.98	12.86	131.90	35	1.88	7.98	12.86	131.90	
114**	Каша пшенная молочная жидкая	140	5.42	7.99	18.10	157.50	200	7.75	11.42	25.86	225.00	
пром	Хлеб пшеничный						30	2.49	0.57	16.80	70.14	
ТТК 57	Чай с сахаром	180	0.16	0.00	9.22	37.41	180	0.16	0.00	9.22	37.41	
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>355</b>	<b>7.46</b>	<b>15.97</b>	<b>40.18</b>	<b>326.81</b>	<b>445</b>	<b>12.28</b>	<b>19.97</b>	<b>64.74</b>	<b>464.45</b>	
<b>Второй завтрак</b>												
пром	Сок фруктовый	100	0.00	0.00	11.20	45.00	100	0.00	0.00	11.20	45.00	
<b>Обед</b>												
25*	Салат из картофеля с зеленым горошком						50	0.98	2.62	4.89	47.10	
ТТК 48	Борщ со свежей капустой со сметаной	150	1.05	3.22	6.25	58.08	180	1.24	3.88	7.46	69.67	
ТТК 60	Каша гречневая вязкая с маслом	110	6.00	6.22	24.63	157.76	130	7.09	7.35	29.11	186.44	
ТТК 16	Тефтели "Лукоморье" в соусе томатном	60	5.84	5.92	4.31	83.44	90	6.21	6.82	7.24	104.81	
пром	Хлеб ржано-пшеничный	30	1.95	0.45	12.90	99.00	50	3.25	0.75	21.50	165.00	
376*	Компот из сушеных фруктов	180	0.43	0.00	24.32	97.86	180	0.43	0.00	24.32	97.86	
<b>Итого за обед:</b>		<b>530</b>	<b>15.27</b>	<b>15.81</b>	<b>72.41</b>	<b>496.14</b>	<b>680</b>	<b>19.20</b>	<b>21.42</b>	<b>94.52</b>	<b>670.88</b>	
<b>Полдник</b>												
ТТК22	Сырники из творога с морковью	60	9.17	3.96	14.35	129.98	60	9.17	3.96	14.35	129.98	
ТТК 57	Чай с сахаром	180	0.16	0.00	9.22	37.41	200	0.18	0.00	10.24	41.57	
<b>Итого за полдник:</b>		<b>240</b>	<b>9.33</b>	<b>3.96</b>	<b>23.57</b>	<b>167.39</b>	<b>260</b>	<b>9.35</b>	<b>3.96</b>	<b>24.59</b>	<b>171.55</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>1225</b>	<b>32.06</b>	<b>35.74</b>	<b>147.36</b>	<b>1035.34</b>	<b>1485</b>	<b>40.83</b>	<b>45.35</b>	<b>195.05</b>	<b>1351.88</b>	
13*	Салат из свежих огурцов						50	0.38	3.04	1.19	33.65	
<b>СРЕДНИЕ показатели за неделю:</b>		<b>1231</b>	<b>33.13</b>	<b>36.15</b>	<b>171.87</b>	<b>1107.51</b>	<b>1446</b>	<b>41.56</b>	<b>45.53</b>	<b>211.46</b>	<b>1381.20</b>	

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»

пос. Фурманов *Прохуткина Т.А.* Прохуткина Т.А.



МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

20.01.2025г.

№ рецептуры		Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
				Б	Ж	У			Б	Ж	У	
<b>Неделя вторая</b>												
ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет												
ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет												
<b>День: Понедельник-завтрак</b>												
ТТК 55		Бутерброд с маслом	35	1.88	7.98	12.86	131.90	35	1.88	7.98	12.86	131.90
185*		Каша жидкая молочная из рисовой крупы	140	5.54	6.06	23.28	166.08	190	7.52	8.23	31.60	225.40
пром		Хлеб пшеничный	30	2.49	0.57	16.80	70.14	30	2.49	0.57	16.80	70.14
ТТК 57		Чай с сахаром	180	0.16	0.00	9.22	37.41	180	0.16	0.00	9.22	37.41
<b>Итого за завтрак:</b>			<b>385</b>	<b>10.07</b>	<b>14.61</b>	<b>62.16</b>	<b>405.53</b>	<b>435</b>	<b>12.05</b>	<b>16.78</b>	<b>70.48</b>	<b>464.85</b>
<b>Второй завтрак</b>												
пром		Сок фруктовый	100	0.00	0.00	11.20	45.00	100	0.00	0.00	11.20	45.00
<b>Обед</b>												
ТТК 46		Суп картофельный с вермишелью на бульоне из кур	150	1.55	1.74	11.54	67.55	180	1.83	2.08	13.68	81.24
ТТК 40		Птица, тушеная в соусе с овощами	150	8.23	10.06	17.80	195.03	200	10.97	13.41	23.73	260.04
пром		Хлеб пшеничный	30	2.49	0.57	16.80	70.14	30	2.49	0.57	16.80	70.14
пром		Хлеб ржано-пшеничный	20	1.30	0.30	8.60	66.00	30	1.95	0.45	12.90	99.00
ТТК 59		Чай сладкий с молоком	150	2.39	1.88	10.90	69.76	180	2.87	2.26	13.08	83.71
<b>Итого за обед:</b>			<b>500</b>	<b>15.96</b>	<b>14.55</b>	<b>65.64</b>	<b>468.48</b>	<b>620</b>	<b>20.11</b>	<b>18.77</b>	<b>80.19</b>	<b>594.13</b>
<b>Полдник</b>												
53		Пирожок печеный с повидлом	70	4.69	3.71	44.17	224.20	70	4.69	3.71	44.17	224.20
ТТК 57		Чай с сахаром	180	0.16	0.00	9.22	37.41	200	0.18	0.00	10.24	41.57
<b>Итого за полдник:</b>			<b>250</b>	<b>4.85</b>	<b>3.71</b>	<b>53.39</b>	<b>261.61</b>	<b>270</b>	<b>4.87</b>	<b>3.71</b>	<b>54.41</b>	<b>265.77</b>
<b>Всего за день:</b>			<b>1235</b>	<b>30.88</b>	<b>32.87</b>	<b>192.39</b>	<b>1180.62</b>	<b>1425</b>	<b>37.03</b>	<b>39.26</b>	<b>216.28</b>	<b>1369.75</b>

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»

пос. Фурманов  Прохуткина Т.А.





МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

21.01.2025г.

Неделя вторая  
ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет  
ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	Б			Ж	У		
<b>День: Вторник - завтрак</b>												
ТТК 54	Каша жидкая молочная из овсяной крупы	150	6.44	7.71	27.15	203.30	200	8.59	10.28	36.20	271.07	
пром	Хлеб пшеничный	30	2.49	0.57	16.80	70.14	30	2.49	0.57	16.80	70.14	
Тк 15	Какао с молоком и витаминами "Витошка"	180	3.51	2.79	22.64	130.50	180	3.51	2.79	22.64	130.50	
<b>Итого за завтрак:</b>		360	12.44	11.07	66.59	403.94	410	14.59	13.64	75.64	471.71	
<b>Второй завтрак</b>												
пром	Сок фруктовый	100	0.00	0.00	11.20	45.00	100	0.00	0.00	11.20	45.00	
<b>Обед</b>												
45*	Винегрет овощной						50	0.70	5.02	3.65	62.55	
ТТК 61	Суп картофельный с бобовыми	150	4.25	2.81	12.17	74.78	180	5.10	3.38	14.60	89.74	
52**	Макаронные отварные с маслом	110	4.84	4.23	30.91	167.23	130	5.72	4.99	36.53	197.63	
ТТК14	Котлетки "Аппетитки"	50	6.54	11.56	8.52	142.80	50	6.54	11.56	8.52	142.80	
пром	Хлеб пшеничный	30	2.49	0.57	16.80	70.14	30	2.49	0.57	16.80	70.14	
ТТК 57	Чай с сахаром	180	0.16	0.00	9.22	37.41	180	0.16	0.00	9.22	37.41	
<b>Итого за обед:</b>		520	18.28	19.17	77.62	492.36	620	20.71	25.52	89.32	600.27	
<b>Полдник</b>												
ТТК 73	Оладьи с повидлом	50	2.62	2.85	17.38	94.31	75	3.93	4.28	26.07	141.47	
ТТК 59	Чай сладкий с молоком	150	2.39	1.88	10.90	69.76	180	2.87	2.26	13.08	83.71	
<b>Итого за полдник:</b>		200	5.01	4.73	28.28	164.07	255	6.80	6.54	39.15	225.18	
<b>Всего за день:</b>		1180	35.73	34.97	183.69	1105.37	1385	42.10	45.70	215.31	1342.16	
<b>летние салаты</b>												
16*	Салат летний						50	0.61	2.6	3.22	38.75	

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»  
пос. Фурманов Прохуткина Т.А.



МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

22.01.2025г.

Неделя вторая март 2023 г. сезон: весна-лето

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
<b>День: Среда - завтрак</b>											
ТТК 55	Бутерброд с маслом	35	1.88	7.98	12.86	131.90	35	1.88	7.98	12.86	131.90
ТТК 56	Каша манная с маслом	140	3.90	5.13	16.02	126.85	200	5.57	7.33	22.89	181.21
пром	Хлеб пшеничный						30	2.49	0.57	16.80	70.14
ТТК 57	Чай с сахаром	180	0.16	0.00	9.22	37.41	180	0.16	0.00	9.22	37.41
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>355</b>	<b>5.94</b>	<b>13.11</b>	<b>38.10</b>	<b>296.16</b>	<b>445</b>	<b>10.10</b>	<b>15.88</b>	<b>61.77</b>	<b>420.66</b>
<b>Второй завтрак</b>											
пром	Сок фруктовый	100	0.00	0.00	11.20	45.00	100	0.00	0.00	11.20	45.00
<b>Обед</b>											
25*	Салат из картофеля с зеленым горошком						50	0.98	2.62	4.89	47.10
ТТК 48	Борщ со свежей капустой со сметаной на мясном бульоне	150	1.05	3.22	6.25	58.08	180	1.24	3.88	7.46	69.67
ТТК 50	Кулеш с мясом ( из гречневой крупы)	170	10.64	9.08	21.93	214.13	190	11.85	9.80	24.52	235.31
пром	Хлеб пшеничный	30	2.49	0.57	16.80	70.14	30	2.49	0.57	16.80	70.14
пром	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.30	0.30	8.60	66.00	30	1.95	0.45	12.90	99.00
376*	Компот из сушеных фруктов	180	0.43	0.00	24.32	97.86	180	0.43	0.00	24.32	97.86
<b>Итого за обед:</b>		<b>550</b>	<b>15.91</b>	<b>13.17</b>	<b>77.90</b>	<b>506.21</b>	<b>660</b>	<b>18.94</b>	<b>17.32</b>	<b>90.89</b>	<b>619.08</b>
<b>Полдник</b>											
пром	Печенье "Нарезное"	35	3.42	3.95	23.87	163.90	50	4.88	5.64	34.10	234.10
400*	Молоко кипяченое	180	5.48	4.88	9.07	102.00	200	6.09	5.42	10.08	113.33
<b>Итого за полдник:</b>		<b>215</b>	<b>8.90</b>	<b>8.83</b>	<b>32.94</b>	<b>265.90</b>	<b>250</b>	<b>10.97</b>	<b>11.06</b>	<b>44.18</b>	<b>347.43</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>1220</b>	<b>30.75</b>	<b>35.11</b>	<b>160.14</b>	<b>1113.27</b>	<b>1455</b>	<b>40.01</b>	<b>44.26</b>	<b>208.04</b>	<b>1432.17</b>
<b>летние салаты</b>											
17*	Салат из свежих овощей с яблоками						50	0.44	2.6	2.64	35.65

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»  
пос. Фурманов *Т.А. Прохуткина* Прохуткина Т.А.



# МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

23.01.2025г.

Неделя вторая											
ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет											
ВОЗРАСТ от 3 до 7 лет											
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	<b>День: Четверг - Завтрак</b>	грамм					грамм				
ТТК 55	Бутерброд с маслом	35	1.88	7.98	12.86	131.90	35	1.88	7.98	12.86	131.90
113**	Каша молочная кукурузная жидкая	150	6.40	6.04	30.61	145.38	190	8.10	7.65	38.77	184.14
ТТК 57	Чай с сахаром	180	0.16	0.00	9.22	37.41	180	0.16	0.00	9.22	37.41
	<b>Итого за завтрак:</b>	365	8.44	14.02	52.69	314.69	405	10.14	15.63	60.85	353.45
	<b>Второй завтрак</b>										
пром	Сок фруктовый	100	0.00	0.00	11.20	45.00	100	0.00	0.00	11.20	45.00
	<b>Обед</b>										
ТТК 45	Суп рыбный из консервов	150	5.48	5.61	13.11	244.41	180	6.58	6.73	15.73	245.29
321*	Пюре картофельное	150	3.09	5.06	16.67	145.80	150	3.09	5.06	16.67	145.80
247**	Соус томатный с маслом сливочным						30	0.37	0.90	2.93	21.37
ТТК15	Ежики мясные	60	7.98	5.04	4.74	96.60	60	7.98	5.04	4.74	96.60
пром	Хлеб пшеничный	30	2.49	0.57	16.80	70.14	30	2.49	0.57	16.80	70.14
пром	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.30	0.30	8.60	66.00	30	1.95	0.45	12.90	99.00
Тк 4	Кисель с витаминами "Витошка"	180	0.00	0.00	21.60	85.50	180	0.00	0.00	21.60	85.50
	<b>Итого за обед:</b>	590	20.34	16.58	81.52	708.45	660	22.46	18.75	91.37	763.70
	<b>Полдник</b>										
пром	Печенье сахарное	30	2.14	3.66	11.58	135.30	50	3.57	6.10	19.30	225.50
ТТК 59	Чай сладкий с молоком	150	2.39	1.88	10.90	69.76	180	2.87	2.26	13.08	83.71
	<b>Итого за полдник:</b>	180	4.53	5.54	22.48	205.06	230	6.44	8.36	32.38	309.21
	<b>Всего за день:</b>	1235	33.31	36.14	167.89	1273.20	1395	39.04	42.74	195.80	1471.36

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»

пос. Фурманов  Прохуткина Т.А.



МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

24.01.2025г.

		ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет					ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет				
№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции грамм	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции грамм	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
<b>Неделя вторая</b>											
<b>День: Пятница - завтрак</b>											
ТТК 55	Бутерброд с маслом	35	1.88	7.98	12.86	131.90	35	1.88	7.98	12.86	131.90
ТТК51	Суп молочный с вермишелью	150	4.30	3.91	14.13	108.90	200	5.74	5.21	18.84	145.20
395*	Кофейный напиток с молоком	180	5.04	4.00	18.31	131.69	180	5.04	4.00	18.31	131.69
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>365</b>	<b>11.22</b>	<b>15.89</b>	<b>45.30</b>	<b>372.49</b>	<b>415</b>	<b>12.66</b>	<b>17.19</b>	<b>50.01</b>	<b>408.79</b>
<b>Второй завтрак</b>											
пром	Сок фруктовый	100	0.00	0.00	11.20	45.00	100	0.00	0.00	11.20	45.00
<b>Обед</b>											
ТТК 43	Щи со сметаной	150	1.32	3.53	6.60	64.33	200	1.75	4.70	8.81	85.77
ТТК 58	Плов из отварной птицы	100	7.92	9.60	19.21	191.00	180	14.26	17.28	34.58	343.80
пром	Хлеб ржано-пшеничный	30	1.95	0.45	12.90	99.00	50	3.25	0.75	21.50	165.00
376*	Компот из сушеных фруктов	180	0.43	0.00	24.32	97.86	180	0.43	0.00	24.32	97.86
<b>Итого за обед:</b>		<b>460</b>	<b>11.62</b>	<b>13.58</b>	<b>63.03</b>	<b>452.19</b>	<b>610</b>	<b>19.69</b>	<b>22.73</b>	<b>89.21</b>	<b>692.43</b>
<b>Полдник</b>											
пром	Кондитерское изделие ( пряники)	35	1.40	2.10	21.00	108.50	35	1.40	2.10	21.00	108.50
пром	Батон "Домашний" нарезной						15	1.43	0.56	10.23	51.60
пром	Кисломолочный продукт - РЯЖЕНКА ( варенец)	180	5.22	4.50	7.56	92.00	180	5.22	4.50	7.56	92.00
<b>Итого за полдник:</b>		<b>215</b>	<b>6.62</b>	<b>6.60</b>	<b>28.56</b>	<b>200.50</b>	<b>230</b>	<b>8.05</b>	<b>7.16</b>	<b>38.79</b>	<b>252.10</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>1140</b>	<b>29.46</b>	<b>36.07</b>	<b>148.09</b>	<b>1070.18</b>	<b>1355</b>	<b>40.40</b>	<b>47.08</b>	<b>189.21</b>	<b>1398.32</b>
<b>СРЕДНИЕ показатели за неделю:</b>		<b>1202</b>	<b>32.03</b>	<b>35.03</b>	<b>170.44</b>	<b>1148.53</b>	<b>1403</b>	<b>39.72</b>	<b>43.81</b>	<b>204.93</b>	<b>1402.75</b>

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»  
пос. Фурманов *А.И.С.* Прохуткина Т.А.





# МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

## меню для детей 3-7 лет

27.01.2025г.

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет					ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет			
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
<b>День-1: Понедельник-завтрак</b>											
ТТК 55	Бутерброд с маслом	35	1.88	7.98	12.86	131.90	35	1.88	7.98	12.86	131.90
ТТК 20	Каша из пшена и риса молочная жидкая "Дружба"	140	4.10	5.13	21.21	148.37	200	5.86	7.33	30.30	211.96
пром	Хлеб пшеничный						30	2.49	0.57	16.80	70.14
ТТК 57	Чай с сахаром	180	0.16	0.00	9.22	37.41	180	0.16	0.00	9.22	37.41
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>355</b>	<b>6.14</b>	<b>13.11</b>	<b>43.29</b>	<b>317.68</b>	<b>445</b>	<b>10.39</b>	<b>15.88</b>	<b>69.18</b>	<b>451.41</b>
<b>Второй завтрак</b>											
пром	Сок фруктовый	100	0.00	0.00	11.20	45.00	100	0.00	0.00	11.20	45.00
<b>Обед</b>											
45*	Винегрет овощной						50	0.70	5.02	3.65	62.55
ТТК38	Щи по-уральски (с крупой)	150	0.91	2.20	6.61	50.14	180	1.12	2.25	8.18	57.85
52**	Макароны отварные с маслом	130	5.72	4.99	32.53	197.63	150	6.60	5.76	37.53	228.03
ТТК13	Кнели из мяса цыпленка с рисом	60	10.15	9.79	7.84	133.70	60	10.15	9.79	7.84	133.70
пром	Хлеб пшеничный	20	1.66	0.38	11.20	46.76	30	2.49	0.57	16.80	70.14
пром	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.30	0.30	8.60	66.00	30	1.95	0.45	12.90	99.00
372*	Компот из свежих яблок	180	0.14	0.14	25.09	103.14	180	0.14	0.14	25.09	103.14
<b>Итого за обед:</b>		<b>560</b>	<b>19.88</b>	<b>17.80</b>	<b>91.87</b>	<b>597.37</b>	<b>680</b>	<b>23.15</b>	<b>23.98</b>	<b>111.99</b>	<b>754.41</b>
<b>Полдник</b>											
ТТК 57	Чай с сахаром	180	0.16	0.00	9.22	37.41	180	0.16	0.00	9.22	37.41
45	Пирожок печеный с капустой (или картофелем)	70	4.69	5.10	42.80	224.20	70	4.69	5.10	42.80	224.20
<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>	<b>4.85</b>	<b>5.10</b>	<b>52.02</b>	<b>261.61</b>	<b>250</b>	<b>4.85</b>	<b>5.10</b>	<b>52.02</b>	<b>261.61</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>1265</b>	<b>30.87</b>	<b>36.01</b>	<b>198.38</b>	<b>1221.66</b>	<b>1475</b>	<b>38.39</b>	<b>44.96</b>	<b>244.39</b>	<b>1512.43</b>
16*	Салат летний						50	0.61	2.6	3.22	38.75

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»  
пос. Фурманов *Прокуткина Т.А.* Прокуткина Т.А.



# МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

28.01.2025г.

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции	ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет				Энергетическая ценность (ккал)	ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет			
			Пищевые вещества (г)					Пищевые вещества (г)			
			Б	Ж	У	У		Б	Ж	У	У
<b>День: Вторник - Завтрак</b>											
ТТК 55	Бутерброд с маслом	35	1.88	7.98	12.86	131.90	35	1.88	7.98	12.86	131.90
ТТК 51	Суп молочный с вермишелью	150	4.30	3.91	14.13	108.90	200	5.74	5.21	18.84	145.20
пром	Хлеб пшеничный	30					30	2.49	0.57	16.80	70.14
395*	Кофейный напиток с молоком	180	5.04	4.00	18.31	131.69	180	5.04	4.00	18.31	131.69
<b>Итого за завтрак:</b>		365	11.22	15.89	45.30	372.49	445	15.15	17.76	66.81	478.93
<b>Второй завтрак</b>											
пром	Сок фруктовый	100	0.00	0.00	11.20	45.00	100	0.00	0.00	11.20	45.00
<b>Обед</b>											
ТТК 61	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	150	4.10	6.31	11.81	71.18	200	5.47	8.41	15.74	94.90
ТТК 41	Мясо отварное, тушеное с картофелем домашнему	150	8.97	8.52	14.33	165.69	200	11.96	11.36	19.11	220.92
пром	Хлеб пшеничный	30	2.49	0.57	16.80	70.14	30	2.49	0.57	16.80	70.14
пром	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.30	0.30	8.60	66.00	30	1.95	0.45	12.90	99.00
Тк 4	Кисель с витаминами "Витошка"	180	0.00	0.00	21.60	85.50	180	0.00	0.00	21.60	85.50
<b>Итого за обед:</b>		530	16.86	15.70	73.14	458.51	640	21.87	20.79	86.15	570.46
<b>Полдник</b>											
451*	Оладьи с яблоками	60	4.22	3.98	26.30	158.00	85	5.84	7.51	36.42	218.80
ТТК 57	Чай с сахаром	180	0.16	0.00	9.22	37.41	180	0.16	0.00	9.22	37.41
<b>Итого за полдник:</b>		240	4.38	3.98	35.52	195.41	265	6.00	7.51	45.64	256.21
<b>Всего за день:</b>		1235	32.46	35.57	165.16	1071.41	1450	43.02	46.06	209.80	1350.60

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»  
пос. Фурманов *А.И.* Прохуткина Т.А.



МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

29.01.2025г.

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции	ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет				Энергетическая ценность	ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет				
			Пищевые вещества (г)					Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	У			Б	Ж	У	
<b>День: Среда - Завтрак</b>		грамм					грамм					
15***	Сыр твердых сортов (порциями)	15	3.92	4.56	0.00	56.64	15	3.92	4.56	0.00	56.64	
ТТК 56	Каша манная с маслом	140	3.90	5.13	16.02	126.85	200	5.57	7.33	22.89	181.21	
пром	Хлеб пшеничный	30	2.49	0.57	16.80	70.14	30	2.49	0.57	16.80	70.14	
ТТК 57	Чай с сахаром	180	0.16	0.00	9.22	37.41	180	0.16	0.00	9.22	37.41	
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>365</b>	<b>10.47</b>	<b>10.26</b>	<b>42.04</b>	<b>291.04</b>	<b>425</b>	<b>12.14</b>	<b>12.46</b>	<b>48.91</b>	<b>345.40</b>	
<b>Второй завтрак</b>												
пром	Сок фруктовый	100	0.00	0.00	11.20	45.00	100	0.00	0.00	11.20	45.00	
<b>Обед</b>												
32*	Салат из свеклы с изюмом	30	0.47	1.84	4.06	34.62	50	0.78	3.06	6.77	57.70	
ТТК 46	Суп картофельный с вермишелью на бульоне из кур	180	1.83	2.08	14.25	83.51	180	1.83	2.08	14.25	83.51	
ТТК 58	Плов из отварной птицы	100	7.92	9.60	19.21	191.00	180	14.26	17.28	34.58	343.80	
пром	Хлеб пшеничный	20	1.66	0.38	11.20	46.76	30	2.49	0.57	16.80	70.14	
376*	Компот из сушеных фруктов	180	0.43	0.00	24.32	97.86	180	0.43	0.00	24.32	97.86	
<b>Итого за обед:</b>		<b>510</b>	<b>12.31</b>	<b>13.90</b>	<b>73.04</b>	<b>453.75</b>	<b>620</b>	<b>19.79</b>	<b>22.99</b>	<b>96.72</b>	<b>653.01</b>	
<b>Полдник</b>												
16	Сдобная мелочь	50	5.05	4.75	33.80	171.50	50	5.05	4.75	33.80	171.50	
400*	Молоко кипяченое	180	5.48	4.88	9.07	102.00	200	6.09	5.42	10.08	113.33	
<b>Итого за полдник:</b>		<b>230</b>	<b>10.53</b>	<b>9.63</b>	<b>42.87</b>	<b>273.50</b>	<b>250</b>	<b>11.14</b>	<b>10.17</b>	<b>43.88</b>	<b>284.83</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>1205</b>	<b>33.31</b>	<b>33.79</b>	<b>169.15</b>	<b>1063.29</b>	<b>1395</b>	<b>43.07</b>	<b>45.62</b>	<b>200.71</b>	<b>1328.24</b>	
<b>летние салаты</b>												
17*	Салат из свежих овощей с яблоками	30	0.26	1.56	1.58	21.39	50	0.44	2.6	2.64	35.65	

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»  
пос. Фурманов *Т.А. Прохуткина* Прохуткина Т.А.



# МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

30.01.2025г.

Неделя первая											
ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет											
ВОЗРАСТ с 3 до 7 лет											
№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	3	4	5	6	7
	<b>День: Четверг - Завтрак</b>	грамм					грамм				
ТТК 55	Бутерброд с маслом	35	1.88	7.98	12.86	131.90	35	1.88	7.98	12.86	131.90
ТТК 54	Каша жидкая молочная из овсяной крупы	150	6.44	7.71	27.15	203.30	200	8.59	10.28	36.20	271.07
пром	Хлеб пшеничный	30	2.49	0.57	16.80	70.14	30	2.49	0.57	16.80	70.14
Тк 15	Какао с молоком и витаминами "Витошка"	180	3.51	2.79	22.64	130.50	180	3.51	2.79	22.64	130.50
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>395</b>	<b>14.32</b>	<b>19.05</b>	<b>66.59</b>	<b>403.94</b>	<b>445</b>	<b>16.47</b>	<b>21.62</b>	<b>75.64</b>	<b>471.71</b>
	<b>Второй завтрак</b>										
пром	Сок фруктовый	100	0.00	0.00	11.20	45.00	100	0.00	0.00	11.20	45.00
	<b>Обед</b>										
ТТК 47	Свекольник со сметаной	150	1.50	4.34	9.50	83.11	180	1.76	5.52	11.26	101.75
321*	Пюре картофельное	110	2.27	4.39	14.44	106.92	150	3.09	5.06	16.67	145.80
247**	Соус томатный с маслом сливочным						30	0.37	0.90	2.93	21.37
ТТК 49	"Рыбник" из минтая	50	8.75	6.50	4.55	110.97	50	8.75	6.50	4.55	110.97
пром	Хлеб пшеничный	20	1.66	0.38	11.20	46.76	30	2.49	0.57	16.80	70.14
пром	Хлеб ржано-пшеничный	20	1.30	0.30	8.60	66.00	30	1.95	0.45	12.90	99.00
ТТК 57	Чай с сахаром	180	0.16	0.00	9.22	37.41	180	0.16	0.00	9.22	37.41
	<b>Итого за обед:</b>	<b>530</b>	<b>15.64</b>	<b>15.91</b>	<b>57.51</b>	<b>451.17</b>	<b>650</b>	<b>18.57</b>	<b>19.00</b>	<b>74.33</b>	<b>586.44</b>
	<b>Полдник</b>										
12	Булочка ванильная	50	4.60	2.80	33.10	176.00	50	4.60	2.80	33.10	176.00
ТТК 59	Чай сладкий с молоком	150	2.39	1.88	10.90	69.76	180	2.87	2.26	13.08	83.71
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>200</b>	<b>6.99</b>	<b>4.68</b>	<b>44.00</b>	<b>245.76</b>	<b>230</b>	<b>7.47</b>	<b>5.06</b>	<b>46.18</b>	<b>259.71</b>
	<b>Всего за день:</b>	<b>1225</b>	<b>36.95</b>	<b>39.64</b>	<b>179.30</b>	<b>1145.87</b>	<b>1425</b>	<b>42.51</b>	<b>45.68</b>	<b>207.35</b>	<b>1362.86</b>

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»  
пос. Фурманов *Т.А. Прохуткина* Прохуткина Т.А.





МБДОУ «Детский сад «Колосок» пос. Фурманов

меню для детей 3-7 лет

31.01.2025г.

Неделя первая											
ВОЗРАСТ от 1 до 3 лет											
№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У			Б	Ж	У	
<b>День: Пятница - Завтрак</b>											
ТТК 55	Бутерброд с маслом	35	1.88	7.98	12.86	131.90	35	1.88	7.98	12.86	131.90
114**	Каша пшеничная молочная жидкая	140	5.42	7.99	18.10	157.50	200	7.75	11.42	25.86	225.00
пром	Хлеб пшеничный						30	2.49	0.57	16.80	70.14
ТТК 57	Чай с сахаром	180	0.16	0.00	9.22	37.41	180	0.16	0.00	9.22	37.41
<b>Итого за завтрак:</b>		355	7.46	15.97	40.18	326.81	445	12.28	19.97	64.74	464.45
<b>Второй завтрак</b>											
пром	Сок фруктовый	100	0.00	0.00	11.20	45.00	100	0.00	0.00	11.20	45.00
<b>Обед</b>											
25*	Салат из картофеля с зеленым горошком						50	0.98	2.62	4.89	47.10
ТТК 48	Борщ со свежей капустой со сметаной	150	1.05	3.22	6.25	58.08	180	1.24	3.88	7.46	69.67
ТТК 60	Каша гречневая вязкая с маслом	110	6.00	6.22	24.63	157.76	130	7.09	7.35	29.11	186.44
ТТК 16	Тефтели "Лукоморье" в соусе томатном	60	5.84	5.92	4.31	83.44	90	6.21	6.82	7.24	104.81
пром	Хлеб ржано-пшеничный	30	1.95	0.45	12.90	99.00	50	3.25	0.75	21.50	165.00
376*	Компот из сушеных фруктов	180	0.43	0.00	24.32	97.86	180	0.43	0.00	24.32	97.86
<b>Итого за обед:</b>		530	15.27	15.81	72.41	496.14	680	19.20	21.42	94.52	670.88
<b>Полдник</b>											
ТТК 22	Сырники из творога с морковью	60	9.17	3.96	14.35	129.98	60	9.17	3.96	14.35	129.98
ТТК 57	Чай с сахаром	180	0.16	0.00	9.22	37.41	200	0.18	0.00	10.24	41.57
<b>Итого за полдник:</b>		240	9.33	3.96	23.57	167.39	260	9.35	3.96	24.59	171.55
<b>Всего за день:</b>		1225	32.06	35.74	147.36	1035.34	1485	40.83	45.35	195.05	1351.88
13*	Салат из свежих огурцов						50	0.38	3.04	1.19	33.65
<b>СРЕДНИЕ показатели за неделю:</b>		1231	33.13	36.15	171.87	1107.51	1446	41.56	45.53	211.46	1381.20

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Колосок»

пос. Фурманов  Прохуткина Т.А.

