



УТВЕРЖДАЮ:
 Заведующий МАДОУ «Детский сад №36»
 С.А.Гаянова

Категория: Дети (3-7 лет)

Неделя: первая

2 день-вторник

№ рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
18/4 сб.№1	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	165	6,4	7,4	27,2	134
13/10 сб.№1	Кофейный напиток с молоком	180	3,0	2,9	13,4	89
4/13 сб.№1	Хлеб с маслом и сыром	40/5/10	5	6,6	14,1	137
	Итого за прием:	400	14,4	16,9	54,7	360
	2 завтрак					
8 сб.№3	Молоко кипяченое	120	5,49	5,49	9,09	90
	Итого за прием:	120	5,49	5,49	9,09	90
	Обед:					
31/2 сб.№1	Суп Крестьянский с крупой и сметаной	180	4,9	6,4	13,13	133,8
5/8 сб.№1	Плов из отварного мяса говядины	200	18,6	18,2	43,3	393,71
6/10 сб.№1	Компот из сухофруктов	180	0,5	0,0	18,3	72
77 сб.№3	Хлеб ржаной	50	37,5	2,47	0,45	90,49
	Итого за прием:	610	61,5	27,07	75,18	690
	Полдник:					
	Фрукт	200	1	1	16,66	94,09
	Кондитерское изделие	50	2,16	0,26	13,78	85,91
	Итого за прием:	250	3,16	1,26	30,44	180
	Ужин:					
13/5 сб.№1	Запеканка из творога с морковью	165	22,38	19,4	21,01	204,84
10/4 сб.№4	Повидло	45	2,28	3,61	27,45	55,17
76 сб.№ 3	Хлеб пшеничный	40	1,79	0,23	10,96	94,99
10/10 сб.№ 1	Чай	200	0,0	0,0	9,1	35
	Итого за прием:	450	26,45	23,24	68,52	390
	Итого за день	1830	111	73,96	237,93	1710

Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПин 2.3/2.4.3590-20)



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МАДОУ «Детский сад №36»
С.А.Гаянова

Категория: Дети (3-7 лет)

Неделя: первая

3 день-среда

№ рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюда)	Выход, г	Белки, г.	Жиры, Г.	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
11/4 сб.№ 1	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	160	6,5	6,0	31,2	184,54
12/10 сб.№ 1	Чай с молоком	180	1,26	1,28	10,1	42,46
2/13 сб.№ 1	Хлеб с маслом и яйцом	35/5/20	4,9	6,2	14,2	133
	Итого за прием:	400	12,66	13,48	55,5	360
	2 завтрак					
698 сб.№6	Ацидофилин	120	3,48	3,84	4,56	90
	Итого за прием:	120	3,48	3,84	4,56	90
	Обед:					
2/2 сб.№ 1/ 5/27 сб.№ 4	Борщ со сметаной, с мясом говядины	180	4,4	6,5	1,0	158,79
11/8 сб.№ 1	Гуляш из мяса говядины	70	14,9	15,7	4,7	202
43/3 сб.№ 1	Макаронные изделия отварные	130	5,3	3,8	32,4	182,92
11/10 сб.№4	Кисель из концентрата на плодовых и ягодных экстрактах	180	0	0	13,5	55,8
77 сб.№3	Хлеб ржаной	50	1,98	2,47	0,45	90,49
	Итого за прием:	610	26,58	28,47	52,05	690
	Полдник:					
7/12 сб.№ 1	Ватрушка с яблоками	60	2,93	3,73	20,2	128,66
	Сок	190	0,2	0,0	13,76	51,34
	Итого за прием:	250	3,13	3,73	33,96	180
	Ужин:					
14/7 сб.№ 1	Суфле из рыбы	75	14,16	4,48	48,4	85,85
3/3 сб.№ 1	Картофельное пюре	150	3,08	4,22	20,64	162,29
76 сб.№ 3	Хлеб пшеничный	45	1,79	0,23	10,96	106,86
10/10 сб.№ 1	Чай	180	0,0	0,0	9,1	35
	Итого за прием:	450	19,03	8,93	89,1	390
	Итого за день	1830	64,88	58,45	235,17	1710

Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПин 2.3/2.4.3590-20)



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ «Детский сад №36»

С.А.Гаянова

Категория: Дети (3-7 лет)

Неделя: первая

4 день-четверг

№ рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюда)	Выход, г	Белки, г.	Жиры, Г.	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
7/4 сб.№ 1	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	165	6,0	5,8	42,4	134
13/10 сб.№ 1	Кофейный напиток с молоком	180	3,0	2,9	13,4	89
4/13 сб.№ 1	Хлеб с маслом и сыром	40/5/10	5	6,6	14,1	137
	Итого за прием:	400	14	15,3	69,9	360
	2 завтрак					
8 сб.№3	Молоко кипяченое	120	5,49	5,49	9,09	90
	Итого за прием:	120	5,49	5,49	9,09	90
	Обед:					
29/2 сб.№ 1	Рассольник со сметаной	180	4,5	6,6	12,47	114,81
5/9 сб.№ 1	Биточки (котлеты) из мяса кур	70	14,9	12,1	12,2	207,8
1/186 сб.№5	Каша гречневая рассыпчатая	130	7,6	6,8	37,3	205,9
4/10 сб.№ 1	Компот из кураги и изюма	180	0,3	0,0	18,4	71
77 сб.№3	Хлеб ржаной	50	37,5	2,47	0,45	90,49
	Итого за прием:	610	64,8	27,97	80,82	690
	Полдник:					
	Сок	200	0,59	0,1	11,88	61
	Кондитерское изделие	50	2,16	0,26	13,78	119
	Итого за прием:	250	2,75	0,36	25,66	180
	Ужин:					
19/5 сб.№ 1	Суфле творожное	150	14,7	12,1	13,7	203,13
11/10 сб.№4	Кисель из концентрата на плодовых и ягодных экстрактах	15	0	0	0,81	2,79
76 сб.№3	Хлеб пшеничный	40	1,79	0,23	10,96	94,99
10/10 сб.№ 1	Чай	180	0,0	0,0	9,1	35
	Фрукт	65	1	1	16,66	54,09
	Итого за прием:	450	17,49	13,33	51,23	390
	Итого за день	1830	104,53	62,45	236,7	1710
Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПин 2.3/2.4.3590-20)						



СВЕРЖДАЮ:
Заведующий МАИ ОУ «Детский сад №36»
/ С.А.Гаянова

Категория: Дети (3-7 лет)

Неделя: первая

5 день - пятница

№ рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюد)	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
15/4 сб. №1	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	170	6,5	6,0	31,2	169
12/10 сб. №1	Чай с молоком	180	1,4	1,4	11,2	61
1/13 сб. №1	Хлеб с маслом	40/10	3,9	7,7	23,5	130
	Итого за прием:	400	11,8	15,1	65,9	360
	2 завтрак					
698 сб. №6	Ацидофилин	120	3,48	3,84	4,56	90
	Итого за прием:	120	3,48	3,84	4,56	90
	Обед:					
46 сб. №3	Суп с крупой и сметаной, с мясом говядины	180	1,8	4,5	12,5	113,51
13/8 сб. №1	Биштекс рубленый (паровой)	70	17,9	17,4	0,3	249
8/3 сб. №1	Капуста тушеная	130	3,5	2,9	13,6	165
6/10 сб. №1	Компот из сухофруктов	180	0,5	0,0	18,3	72
77 сб. №3	Хлеб ржаной	50	37,5	2,47	0,45	90,49
	Итого за прием:	610	61,2	27,27	45,15	690
	Полдник					
4/10 сб. №1	Компот из кураги и изюма	200	0,23	0,0	16,18	61
	Кондитерское изделие	50	2,16	0,26	13,78	119
	Итого за прием:	250	2,39	0,26	29,96	180
	Ужин:					
4/6 сб. №1	Омлет с картофелем (запеченный)	170	11,56	8,84	14,73	185,86
76 сб. №3	Хлеб пшеничный	40	1,79	0,23	10,96	94,99
12/10 сб. №1	Чай с молоком	180	1,26	1,28	10,1	42,46
	Фрукт	60	0,48	0,45	11,59	66,69
	Итого за прием:	450	15,09	10,8	47,38	390
	Итого за день	1830	93,96	57,27	192,95	1710
Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПин 2.3/2.4.3590-20)						



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МАДОУ «Детский сад №36»
С.А.Гаянова

Категория: Дети (3-7 лет)

Неделя: вторая

День-понедельник

№ рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г.	Жиры, Г.	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
16/4 сб.№1	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	165	5,0	5,9	25,6	141
13/10 сб.№1	Кофейный напиток с молоком	180	3,0	2,9	13,4	89
4/13 сб.№ 1	Хлеб с маслом и сыром	40/5/10	5	6,6	14,1	137
	Итого за прием:	400	11,9	16,5	62,5	360
	2 завтрак					
8 сб.№3	Молоко кипяченое	120	5,49	5,49	9,09	90
	Итого за прием:	120	5,49	5,49	9,09	90
	Обед:					
29/2 сб.№1	Суп-пюре гороховый, с мясом говядины	180	7,9	3,9	14,4	151
3/8 сб.№1	Мясо говядины, тушеное с овощами	200	15,7	15,7	19,8	377,51
4/10 сб.№ 1	Компот из кураги и изюма	180	0,3	0,0	18,4	71
77 сб.№3	Хлеб ржаной	50	37,5	2,47	0,45	90,49
	Итого за прием:	610	61,4	22,07	53,05	690
	Полдник:					
	Сок	190	0,59	0,1	11,88	51,34
8/12 сб.№ 1	Сдоба обыкновенная	60	7,95	5,85	48,6	128,66
	Итого за прием:	250	8,54	5,95	60,48	180
	Ужин:					
1/186 сб.№5	Каша гречневая рассыпчатая	160	6,33	5,65	31,1	238,31
12/1 сб.№5	Соус овощной	50	0,48	1,37	2,16	21,7
76 сб.№3	Хлеб пшеничный	40	1,79	0,23	10,96	94,99
10/10 сб.№ 1	Чай	200	0,0	0,0	9,1	35
	Итого за прием:	450	8,6	7,25	53,32	390
	Итого за день	1830	95,93	57,26	238,44	1710

Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПин 2.3/2.4.3590-20)



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ «Детский сад №36»

/ С.А.Гаянова

Категория: Дети (3-7 лет)

Неделя: вторая

2 день-вторник

№ реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюда)	Выход, г	Белки, г.	Жиры, г.	Углево ды, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
1/4 сб.№1	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	165	6,4	7,4	27,2	162
12/10 сб.№1	Чай с молоком	180	1,4	1,4	11,2	61
4/13 сб.№1	Хлеб с маслом и сыром	40/5/10	5	6,6	14,1	137
	Итого за прием:	400	12,8	15,4	52,5	360
	2 завтрак					
8 сб.№3	Молоко кипяченое	120	5,49	5,49	9,09	90
	Итого за прием:	120	5,49	5,49	9,09	90
	Обед:					
6/2 сб.№1/ 34 сб.№4	Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом говядины	180	4,2	4,7	6,58	116,51
12/8 сб.№1	Гуляш из отварного мяса говядины	70	14,7	15,7	3,5	214
45/3 сб.№1	Каша рисовая рассыпчатая	130	3,7	3,4	37,1	197
6/10 сб.№1	Компот из сухофруктов	180	0,5	0,0	18,3	72
77 сб.№3	Хлеб ржаной	50	37,5	2,47	0,45	90,49
	Итого за прием:	610	60,6	26,27	65,93	690
	Полдник:					
	Сок	200	0,59	0,1	11,88	61
	Кондитерское изделие	50	2,16	0,26	13,78	119
	Итого за прием:	250	2,75	0,36	25,66	180
	Ужин					
11/5 сб.№1	Запеканка из творога с изюмом	160	16,1	8,9	16,39	236,91
10/4 сб.№4	Повидло	45	2,03	3,21	11,34	51,4
10/10 сб.№1	Чай	180	0,0	0,0	9,1	35
	Фрукт	65	0,48	0,45	11,59	66,69
	Итого за прием:	450	46,48	12,56	48,42	390
	Итого за день	1830	128,12	60,08	201,6	1710
Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПин 2.3/2.4.3590-20)						



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МАДОУ «Детский сад №36»
С.А.Гаянова

Категория: Дети (3-7 лет)

Неделя: вторая

3 день-среда

№ рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г.	Жиры, Г.	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
4/4 сб.№ 1	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	165	4,5	5,9	22,0	134
13/10 сб.№ 1	Кофейный напиток с молоком	180	3,0	2,9	13,4	89
4/13 сб.№ 1	Хлеб с маслом и сыром	40/5/10	5	6,6	14,1	137
	Итого за прием:	400	12,5	15,4	49,5	360
	2 завтрак					
698 сб.№6	Ацидофилин	120	3,48	3,84	4,56	90
	Итого за прием:	120	3,48	3,84	4,56	90
	Обед:					
5/2 сб.№ 1	Свекольник со сметаной и с мясом говядины	180	4,4	6,5	11,68	156,4
26/8 сб.№ 1	Суфле из мяса	70	11,8	3,4	2,6	242,61
3/3 сб.№ 1	Картофельное пюре	130	3,1	4,2	20,6	154
11/10 сб.№4	Кисель из концентрата на плодовых и ягодных экстрактах	180	0	0	13,5	46,5
77 сб.№3	Хлеб ржаной	50	37,5	2,47	0,45	90,49
	Итого за прием:	610	56,8	16,57	48,83	690
8/12 сб.№ 1	Сдоба обыкновенная	50	7,95	5,85	48,6	119
4/10 сб.№ 1	Компот из кураги и изюма	200	0,23	0,0	16,18	61
	Итого за прием:	250	8,18	5,85	64,78	180
	Ужин					
11/7 сб.№ 1	Тефтели рыбные в соусе	150	7,8	10,5	1,4	165,92
76 сб.№3	Хлеб пшеничный	40	1,79	0,23	10,96	94,99
10/10 сб.№ 1	Чай	180	0,0	0,0	9,1	35
	Фрукт	80	1	1	16,66	94,09
	Итого за прием:	450	10,59	11,73	38,12	390
	Итого за день	1830	91,55	53,39	205,79	1710

Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПин 2.3/2.4.3590-20)

УТВЕРЖДАЮ:



Заведующий МАДОУ «Детский сад №36» / С.А.Гаянова

Категория: Дети (3-7 лет)

Неделя: вторая

4 день-четверг

№ рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюда)	Выход, г	Белки, г.	Жиры, Г.	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
14/4 сб.№1	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	170	6,0	5,3	30,7	169
12/10 сб.№1	Чай с молоком	180	1,4	1,4	11,2	61
1/13 сб.№1	Хлеб с маслом	40/10	3,9	7,7	23,5	130
	Итого за прием:	400	11,3	14,4	65,4	360
	2 завтрак					
8 сб.№3	Молоко кипяченое	120	5,49	5,49	9,09	90
	Итого за прием:	120	5,49	5,49	9,09	90
	Обед:					
28/2 сб.№1	Суп-пюре из овощей с крупой, с мясом говядины	180	4,9	6,4	13,13	157,8
8/9 сб.№1	Суфле из мяса кур	70	15,8	18,2	3,6	241
10/3 сб.№1	Морковь тушеная	130	2,1	5,9	13,0	129,71
4/10 сб.№1	Компот из кураги и айюма	180	0,3	0,0	18,4	71
77 сб.№3	Хлеб ржаной	50	37,5	2,47	0,45	90,49
	Итого за прием:	610	60,6	32,97	48,58	690
	Полдник:					
	Сок	200	0,59	0,1	11,88	61
	Кондитерское изделие	50	2,16	0,26	13,78	119
	Итого за прием:	250	2,75	0,36	25,66	180
	Ужин:					
19/5 сб.№1	Суфле творожное	160	14,7	12,1	13,7	208,61
10/4 сб.№4	Повидло	50	2,03	3,21	11,34	51,4
76 сб.№3	Хлеб пшеничный	40	1,79	0,23	10,96	94,99
10/10 сб.№1	Чай	200	0,0	0,0	9,1	35
	Итого за прием:	450	18,52	15,54	45,1	390
	Итого за день	1830	98,66	68,76	193,83	1710
Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПин 2.3/2.4.3590-20)						



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ «Детский сад №36»

/ С.А.Гаянова

Категория: Дети (3-7 лет)

Неделя: вторая

5 день-пятница

№ рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Выход, г	Белки, г.	Жиры, Г.	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
5/4 сб.№1/32/88 сб.№4	Каша манная молочная с маслом сливочным	175	5,31	5,1	27,5	134
13/10 сб.№1	Кофейный напиток с молоком	180	3,0	2,9	13,4	89
4/13 сб.№1	Хлеб с маслом и сыром	30/5/10	5	6,6	14,1	137
	Итого за прием:	400	13,31	14,6	55	360
	2 завтрак					
698 сб.№6	Ацидофилин	120	3,48	3,84	4,56	90
	Итого за прием:	120	3,48	3,84	4,56	90
	Обед:					
14/2 сб.№1	Суп из овощей со сметаной, с мясом говядины	180	1,6	5,2	8,3	148
9/8 сб.№1	Печень по -ягрозановский	70	15,1	15,8	3,0	216
43/3 сб.№1	Макаронные изделия отварные	130	5,3	3,8	32,4	163,51
6/10 сб.№1	Компот из сухофруктов	180	0,5	0,0	18,3	72
77 сб.№3	Хлеб ржаной	50	37,5	2,47	0,45	90,49
	Итого за прием:	610	60	27,27	62,45	690
5/12 сб.№1	Ватрушка с творогом	50	8,5	8,1	26,2	119
4/10 сб.№1	Компот из кураги и изюма	200	0,23	0,0	16,18	61
	Итого за прием:	250	8,73	8,1	42,38	180
	Ужин					
1/6 сб.№1	Яйцо отварное	20	2,55	2,3	0,15	31,5
1/3 сб.№1	Картофель отварной	150	2,9	4,2	21,9	129
76 сб.№3	Хлеб пшеничный	40	1,79	0,23	10,96	94,99
12/10 сб.№1	Чай с молоком	180	1,4	1,4	11,2	61
	Фрукт	60	1	1	16,66	73,51
	Итого за прием:	450	9,64	9,13	60,87	390
	Итого за день	1830	95,16	62,94	225,26	1710

Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПин 2.3/2.4.3590-20)

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575789

Владелец Гаянова Светлана Анатольевна

Действителен с 05.05.2022 по 05.05.2023