

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
 «Детский сад № 2 «Солнышко»
 (МКДОУ «Детский сад № 2 «Солнышко»)



Л.М. Хмелева

Меню приготавливаемых блюд
Муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад №2 «Солнышко»

Для детей с аллергией на молочный белок и лактозу

Возрастная категория: 3 - 7 лет

Длительность пребывания детей в детском саду: 10 часов

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 1							
завтрак	Каша из крупы «Геркулес» на не молоке	200	5,7	4,7	29,2	202	0003
	Какао на не молоке	180	3,5	3,1	22,1	101	0020
	Хлеб пшеничный с повидлом	60	5,7	8,7	18,84	182,4	0045
		40	5,1	3,6	0,3	63	
Итого за завтрак:		480	20,0	20,1	70,44	485,4 (35,96%)	-
второй завтрак	Фрукты (Яблоко)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0044
Итого за второй завтрак:		150	0,6	0,6	14,7	70,5 (5,22%)	-
обед	Суп крестьянский	200	1,8	2,4	11,7	88,0	0015
	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	180	11,3	10,6	11,5	190	
	Кисель	180	0,1	-	22,7	86	139

	Хлеб ржаной	37,5	3,15	0,45	16,73	85,5	-
	Итого за обед:	597,5	16,35	13,45	62,63	449,5 (33,3%)	-
полдник	Оладьи из муки с повидлом	120/20	4,32	8,1	64,9	315,4	0050
	Чай с сахаром	180	-	-	8,2	31	0025
	Салат из свежих овощей с растительным маслом	60	1,0	3,0	5,67	62	0051
	Итого за полдник:	380	5,32	11,1	78,77	408,4 (30,25%)	-
	Итого за 1 день:	1607,5	42,27	45,25	226,54	1413,8 (104,73 %)	
День 2							
завтрак	Каша рисовая на не молоке	200	2,6	2,4	43,7	248	7/4
	Кофейный напиток на не молоке	180	2,7	2,6	12,0	80	0017
	Хлеб пшеничный	50	5,0	7,3	15,7	152	0045
	Итого за завтрак:	430	10,3	12,3	71,4	480,0 (35,56 %)	-
второй завтрак	Сок «Яблочный»	150	-	-	16,8	67,5	0044
	Итого за второй завтрак:	150	-	-	16,8	67,5 (5,0%)	-
обед	Рассольник	200	1,7	4,0	12,5	89	0007
	Суфле из печени запечённое с соусом	80/15	10,3	10,6	4,95	136	0061
	Пюре картофельное	130	2,7	3,7	19,4	117	0034
	Компот из сухофруктов	180	0,4	-	17,9	65	0018
	Хлеб ржаной	37,5	3,15	0,45	16,73	85,5	-
	Итого за обед:	642,5	18,25	18,75	71,48	492,5 (36,48%)	-
полдник	Суфле рыбное	80	9,8	5,4	2,7	89	0033
	Кисель	180	0,1	-	22,7	86	139
	Кондитерские изделия (печенье)	50	3,5	10,5	33	240	0068
	Итого за полдник:	310	13,4	15,9	58,4	415,0 (30,74%)	-
	Итого за 2 день:	1532,5	41,95	46,95	218,08	1445,0 (107,78%)	-
День 3							
завтрак	Каша пшённая на не молоке	200	3,5	4,0	32,5	206	11/4
	Кофейный напиток на не молоке	180	2,7	2,6	12,0	80	0017
	Хлеб пшеничный	30	4,0	4,38	9,4	91,2	0045
	Итого за завтрак:	410	10,2	10,98	53,9	377,2 (27,94%)	-
второй завтрак	Фрукты (Яблоко)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0044
	Итого за второй завтрак:	150	0,6	0,6	14,7	70,5 (5,22%)	-
обед	Бульон куриный с гренками	200/10	1,7	0,7	6,1	36	0013
	Овощи тушеные с растительным маслом	150	2,3	3,7	16,0	9,70	0048
	Шницель мясной запечённый	80	11,4	9,1	0,3	166,0	0047
	Компот из сухофруктов	180	0,4	-	17,9	65	0018
	Хлеб ржаной	37,5	3,15	0,45	16,73	85,5	-
	Итого за обед:	657,5	18,95	13,95	57,03	362,2 (26,83%)	-
	Суфле из отварной куры	50	8,9	10,4	2,3	151	0038
	Чай с сахаром	180	-	-	8,2	31	0025

завтрак	Каша манная на не молоке	200	3,8	3,6	28,6	178	0001
	Кофеинный напиток на не молоке	180	2,7	2,6	12,0	80	0017
	Хлеб пшеничный с повидлом	40	4,5	5,84	12,56	121,6	0045
		40	5,1	3,6	0,3	63	
	Итого за завтрак:	460	15,1	15,64	53,46	442,6 (32,79%)	-
второй завтрак	Сок «Яблочный»	150	-	-	16,8	67,5	0044
Итого за второй завтрак:	150	-	-	16,8	67,5 (5 %)	-	
обед	Суп гороховый с гренками	180/10	5,6	1,7	29,7	112	0005
	Печень по-строгановски в соусе	80/40	8,1	10,3	3,85	144	0057
	Каша гречневая вязкая	130	4,0	3,5	20,8	118,3	0058
	Компот из сухофруктов	180	0,4	-	17,9	65	0018
	Хлеб ржаной	37,5	3,15	0,45	16,73	85,5	-
Итого за обед:	657,5	19,25	15,95	88,98	524,8 (38,87%)	-	
полдник	Плюшка	80	4,9	7,4	34,5	136,7	0066
	Чай с сахаром	180	-	-	8,2	31	394
	Салат из свежих овощей с растительным маслом	60	1,0	4,0	5,67	62	0051
Итого за полдник:	320	5,90	11,4	48,37	229,7 (17,01%)	-	
Итого за 6 день:	1587,5	40,25	42,99	207,61	1264,6 (93,67%)	-	

День 7

завтрак	Вермишель на не молоке	200	3,4	3,7	12,4	95	0012
	Какао на не молоке	180	3,5	3,1	22,1	101	0020
	Хлеб пшеничный	50	5,0	7,3	15,7	152	0045
Итого за завтрак:		430	10,3	13,6	50,2	348 (25,78%)	-
второй завтрак	Фрукты(Яблоко)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0044
Итого за второй завтрак:	150	0,6	0,6	14,7	70,5 (5,22%)	-	
обед	Щи из свежей капусты	200	1,4	2,6	8	55	0006
	Шницель мясной запечённый	70	11,4	9,1	0,3	166,0	0047
	Пюре картофельное с соусом	130/30	2,7	3,7	19,4	117	0034
	Компот из сухофруктов	180	0,4	-	17,9	65	0018
	Хлеб ржаной	37,5	3,15	0,45	16,73	85,5	-
Итого за обед:	647,5	18,05	15,85	62,33	488,5 (36,19%)	-	
полдник	Филе рыбы отварное запечённое под омлетом	80	10,05	8,9	4,9	131,9	0042
	Чай с сахаром	180	-	-	8,2	31	0025
	Салат из свежих овощей с растительным маслом	60	1,0	4,0	5,67	62	0041
	Итого за полдник:	320	11,05	12,90	18,77	224,9 (16,66%)	-
Итого за 7 день:	1547,5	40,0	42,95	146,0	1131,9 (83,85%)	-	

День 8

	Каша ассорти (рис, пшено) на не молоке	200	3,5	5,3	23,8	175	16/4
--	--	-----	-----	-----	------	-----	------

завтрак	Чай с не молоком и сахаром	180	1,3	1,3	10,1	55	394
	Хлеб пшеничный	60	5,7	8,7	18,84	182,4	0045
Итого за завтрак:		440	10,5	15,3	52,74	412,4 (30,55%)	-
второй завтрак	Сок «Яблочный»	150	-	-	16,8	67,5	0044
	Итого за второй завтрак:	150	-	-	16,8	67,5 (5,0%)	-
обед	Суп вермишелевый на курином бульоне	200	1,7	2,5	10,8	70	0008
	Суфле из отварной куры	50	8,9	10,4	2,3	151	0038
	Капуста тушёная	150	3,5	2,9	17,4	94	8/3
	Компот из сухофруктов	180	0,4	-	17,9	65	0018
	Хлеб ржаной	37,5	3,15	0,45	16,73	85,5	-
	Итого за обед:	617,5	15,65	16,25	65,13	465,5 (34,48%)	-
полдник	Запеканка морковная запечённая со сладкой глазурью	150/20	15,0	9,8	34,6	292,5	0030
	Не молоко	180	2,2	5,3	8,1	100	0056
Итого за полдник:		350	17,2	15,1	42,7	392,5 (29,07%)	-
Итого за 8 день:		1557,5	43,35	46,65	177,37	1337,90 (99,10%)	-
День 9							
завтрак	Каша гречневая на не молоке	180	3,3	3,8	23,8	206	0002
	Какао на не молоке	180	3,5	3,1	22,1	121	0020
	Хлеб пшеничный	40	4,5	5,84	12,56	121,6	0045
Итого за завтрак:		400	11,3	12,74	58,46	448,6 (33,23%)	-
Второй завтрак	Фрукты (Яблоко)	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0043
Итого за второй завтрак:		150	0,6	0,6	14,7	70,5 (5,22%)	-
обед	Суп пюре с гренками	200/15	2,2	2,4	19,8	73	25/2
	Свекла тушёная	130	2,8	2,6	17,4	91	0029
	Ёжики в соусе	70/30	7,3	9,9	6,23	116,2	0028
	Напиток «Витошка»	187,5	-	-	24	95	139
	Хлеб ржаной	37,5	3,15	0,45	16,73	85,5	-
Итого за обед:		670,0	14,45	15,35	84,8	460,7 (34,13%)	-
полдник	Салат овощной с растительным маслом	60	1,8	2,2	6,8	44	0060
	Ватрушка	65	5,6	8,4	32	223	6/12
	Не молоко	180	2,04	5,4	21,06	153	-
Итого за полдник:		305	12,44	16,0	59,86	420,0 (31,11%)	-
Итого за 9 день:		1537,5	35,79	44,69	217,18	1399,8 (103,69%)	-
День 10							
завтрак	Каша пшеничная на не молоке	200	15,0	9,8	23,4	292,5	0052
	Кофейный напиток на не молоке	180	2,7	2,6	12,0	80	0017
	Хлеб пшеничный	50	5,0	7,3	15,7	152	0045

Итого за завтрак:		430	20,7	19,7	51,1	524,5 (38,85 %)	-
второй завтрак	Сок «Яблочный»	150	-	-	16,8	67,5	0044
Итого за второй завтрак:		150	-	-	16,8	67,5 (5,0 %)	-
обед	Борщ	200	1,6	3,9	9,2	72	0009
	Суфле рыбное	80	9,8	5,4	2,7	89	0033
	Пюре картофельное с соусом	130/30	2,7	3,7	19,4	117	0034
	Компот из сухофруктов	180	0,4	-	17,9	65	0018
	Хлеб ржаной	37,5	3,15	0,45	16,73	85,5	-
Итого за обед:		657,5	16,65	13,45	65,93	428,5 (31,74 %)	-
	Вермишель на не молоке	150	2,6	2,77	9,3	71,25	0012
	Чай с сахаром	180	-	-	8,2	31	0025
	Кондитерские изделия (печенье)	50	2,25	12,5	33,5	260	0068
Итого за полдник:		380	4,85	15,27	51,0	362,25 (26,83 %)	-
Итого за 10 день:		1617,5	42,2	48,42	184,83	1382,75 (102,42 %)	-
Среднее значение за период:		1550,5	41,68	45,05	195,94	1355,91 (100,44 %)	-

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 133397933100110045794213742499444592196809849529

Владелец ХМЕЛЕВА ЛАРИСА МИХАЙЛОВНА

Действителен С 08.09.2025 по 08.09.2026