

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ №74
 Ю.Г. Назарюк

Циклическое меню для организации питания
 детей в МБДОУ №74

Меню № 1

Наименование блюд	Выход блюд, нетто		Энергетическая ценность, ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Суп с клецками	150.00	200.00	132.00	179.00
Кофейный напиток на цельном молоке	180.00	200.00	101.36	125.80
Батон с маслом, сыром	36.00	60.00	117.18	176.12
Всего:	366.00	460.00	350.54	480.92
Завтрак II				
Сок	125.00	125.00	46.25	46.25
Всего:	125.00	125.00	46.25	46.25
Обед				
Салат "Витаминный"	45.00	60.00	53.00	69.00
Суп "Здоровье" с мясом и со сметаной	150.00	200.00	76.67	87.79
Азу	150.00	175.00	122.82	211.22
Компот из кураги	150.00	200.00	66.00	85.00
Хлеб ржаной	40.00	50.00	64.32	81.40
Всего:	535.00	685.00	382.81	534.41
Уплотненный полдник				
Суп картофельный с рыбными фрикадельками на рыбном бульоне	230.00	250.00	101.00	109.78
Пирожок с капустой	60.00	60.00	136.00	136.00
Чай с сахаром	180.00	200.00	42.00	54.00
Фрукты свежие	93.00	93.00	41.85	41.85
Хлеб пшеничный	35.00	40.00	78.04	89.60
Кисломолочный продукт	150.00	150.00	79.50	79.50
Всего:	748.00	793.00	478.39	510.73
Итого:	1774.00	2063.00	1257.99	1572.31

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ №74
 Ю.Г. Назарюк



**Циклическое меню для организации питания
 детей в МБДОУ №74**

Меню № 2

Наименование блюд	Выход блюд, нетто		Энергетическая ценность, ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Каша молочная рисовая жидкая	150.00	200.00	135.00	188.00
Какао на цельном молоке	180.00	200.00	99.20	123.32
Батон с маслом	37.00	51.00	106.03	141.12
Всего:	367.00	451.00	340.23	452.44
Завтрак II				
Молоко кипяченое	100.00	100.00	60.00	60.00
Всего:	100.00	100.00	60.00	60.00
Обед				
Салат картофельный с кальмарами	45.00	60.00	57.00	76.00
Щи с мясом птицы со сметаной	150.00	200.00	108.57	134.97
Котлета куриная	40.00	50.00	81.74	102.68
с гороховым пюре	85.00	165.00	104.78	202.89
Компот из свежих фруктов	150.00	200.00	39.00	61.00
Хлеб ржаной	40.00	50.00	64.32	81.40
Всего:	510.00	725.00	455.41	658.94
Уплотненный полдник				
Сырники	150.00	200.00	200.95	267.93
со сгущенным молоком	14.00	18.00	45.73	58.80
Чай с лимоном	180.00	200.00	41.00	54.00
Кондитерские изделия	13.00	42.00	43.64	140.99
Плоды свежие	93.00	93.00	41.85	41.85
Кисломолочный продукт	150.00	150.00	79.50	79.50
Всего:	600.00	703.00	452.67	643.07
Итого:	1577.00	1979.00	1308.31	1814.45

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ №74
 Ю.Г. Назарюк № 74



Циклическое меню для организации питания
 детей в МБДОУ №74

Меню № 3

Наименование блюд	Выход блюд, нетто		Энергетическая ценность, ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Каша молочная геркулесовая жидкая	150.00	200.00	137.00	192.00
Чай с молоком	180.00	200.00	77.68	91.20
Батон с маслом	37.00	51.00	106.03	141.12
Всего:	367.00	451.00	320.71	424.32
Завтрак II				
Сок	125.00	125.00	46.25	46.25
Всего:	125.00	125.00	46.25	46.25
Обед				
Салат из моркови с яблоками	45.00	60.00	55.00	73.33
Рассольник с мясом и со сметаной	150.00	200.00	102.12	125.33
Каша гречневая рассыпчатая с мясом	155.00	218.00	207.05	343.48
Компот из сухофруктов	150.00	200.00	62.00	78.00
Хлеб ржаной	40.00	50.00	64.32	81.40
Всего:	540.00	728.00	490.49	701.54
Уплотненный полдник				
Зразы картофельные с яйцом	105.00	115.00	184.80	202.40
с соусом молочным	15.00	20.00	19.00	20.00
Салат из зеленого горошка с луком репчатым	35.00	40.00	31.00	45.55
Коржик молочный	60.00	60.00	176.00	176.00
Кисель из кураги	180.00	200.00	97.00	111.00
Хлеб пшеничный	35.00	40.00	78.04	89.60
Плоды свежие	93.00	93.00	41.85	41.85
Кисломолочный продукт	150.00	150.00	79.50	79.50
Всего:	673.00	718.00	707.19	765.90
Итого:	1705.00	2022.00	1564.64	1938.01

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ №74
 Ю.Г. Назарюк № 74



**Циклическое меню для организации питания
 детей в МБДОУ №74**

Меню №3(лето)

Наименование блюд	Выход блюд, нетто		Энергетическая ценность, ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Каша молочная геркулесовая жидкая	150.00	200.00	137.00	192.00
Чай с молоком	180.00	200.00	77.68	91.20
Батон с маслом	37.00	51.00	106.03	141.12
Всего:	367.00	451.00	320.71	424.32
Завтрак II				
Сок	125.00	125.00	46.25	46.25
Всего:	125.00	125.00	46.25	46.25
Обед				
Салат из свежих огурцов с перцем	45.00	60.00	27.75	37.00
Рассольник с мясом и со сметаной	150.00	200.00	102.12	125.33
Каша гречневая рассыпчатая с мясом	155.00	218.00	207.05	343.48
Компот из сухофруктов	150.00	200.00	62.00	78.00
Хлеб ржаной	40.00	50.00	64.32	81.40
Всего:	540.00	728.00	463.24	665.21
Уплотненный полдник				
Зразы картофельные с яйцом	105.00	115.00	184.80	202.40
с соусом молочным	15.00	20.00	19.00	20.00
Салат из зеленого горошка с луком репчатым	35.00	40.00	31.00	45.55
Коржик молочный	60.00	60.00	176.00	176.00
Кисель из кураги	180.00	200.00	97.00	111.00
Хлеб пшеничный	35.00	40.00	78.04	89.60
Фрукты свежие	93.00	93.00	41.85	41.85
Кисломолочный продукт	150.00	150.00	79.50	79.50
Всего:	673.00	718.00	707.19	765.90
Итого:	1705.00	2022.00	1537.39	1901.68

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ №74
 Ю.Г. Назарюк



**Циклическое меню для организации питания
 детей в МБДОУ №74**

Меню № 4

Наименование блюд	Выход блюд, нетто		Энергетическая ценность, ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Каша молочная манная жидкая	150.00	200.00	135.00	188.00
Кофейный напиток на цельном молоке	180.00	200.00	101.36	125.80
Батон с маслом, сыром	36.00	60.00	117.18	176.12
Всего:	366.00	460.00	353.54	489.92
Завтрак II				
Сок	125.00	125.00	46.25	46.25
Всего:	125.00	125.00	46.25	46.25
Обед				
Салат картофельный с луком репчатым	30.00	45.00	32.70	49.00
Суп перловый с мясом птицы со сметаной	150.00	200.00	110.14	140.52
Бигус с курицей	165.00	200.00	145.00	170.00
Компот из чернослива	150.00	200.00	69.00	86.00
Хлеб ржаной	40.00	50.00	64.32	81.40
Всего:	535.00	695.00	421.16	526.92
Уплотненный полдник				
Салат из вареных овощей	80.00	100.00	73.00	91.25
Омлет натуральный	75.00	105.00	120.00	170.00
Полоска творожная с повидлом	60.00	60.00	200.00	200.00
Хлеб пшеничный	35.00	40.00	78.04	89.60
Чай с сахаром	180.00	200.00	42.00	54.00
Фрукты свежие	93.00	93.00	41.85	41.85
Кисломолочный продукт	150.00	150.00	79.50	79.50
Всего:	673.00	748.00	634.39	726.20
Итого:	1699.00	2028.00	1455.34	1789.29

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ №74
 Ю.Г. Назарюк



**Циклическое меню для организации питания
 детей в МБДОУ №74**

Меню № 5

Наименование блюд	Выход блюд, нетто		Энергетическая ценность, ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Каша молочная ячневая жидкая	150.00	200.00	141.00	195.00
Какао на цельном молоке	180.00	200.00	99.20	123.32
Батон с маслом	37.00	51.00	106.03	141.12
Всего:	367.00	451.00	346.23	459.44
Завтрак II				
Сок	125.00	125.00	46.25	46.25
Всего:	125.00	125.00	46.25	46.25
Обед				
Салат из моркови с курагой, изюмом, яблоками	45.00	60.00	68.00	90.67
Борщ с мясом и со сметаной	150.00	200.00	94.36	118.48
Макароны отварные	85.00	160.00	97.14	182.00
Печень по-строгановски	80.00	100.00	162.00	202.50
Кисель из свежих ягод	150.00	200.00	69.00	94.00
Хлеб ржаной	40.00	50.00	64.32	81.40
Всего:	550.00	770.00	554.82	769.05
Уплотненный полдник				
Рыба, тушеная в томате с овощами	160.00	175.00	127.75	139.73
с отварным рисом	150.00	180.00	130.00	216.00
Хлеб пшеничный	35.00	40.00	78.04	89.60
Чай с лимоном	180.00	200.00	41.00	54.00
Фрукты свежие	93.00	93.00	41.85	41.85
Кондитерские изделия	13.00	42.00	43.64	140.99
Кисломолочный продукт	150.00	150.00	79.50	79.50
Всего:	781.00	880.00	541.78	761.67
Итого:	1823.00	2226.00	1489.08	2036.41

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ №74
 Ю.Г. Назарюк № 74



**Циклическое меню для организации питания
 детей в МБДОУ №74**

Меню № 6

Наименование блюд	Выход блюд, нетто		Энергетическая ценность, ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Суп пшениный молочный	150.00	200.00	128.00	167.00
Чай с молоком	180.00	200.00	77.68	91.20
Батон с маслом	37.00	51.00	106.03	141.12
Всего:	367.00	451.00	311.71	399.32
Завтрак II				
Сок	125.00	125.00	46.25	46.25
Всего:	125.00	125.00	46.25	46.25
Обед				
Сельдь с луком репчатым	50.00	60.00	63.48	76.18
Суп "Шахтерский" с мясом птицы	150.00	200.00	104.48	132.62
Жаркое по-домашнему с мясом птицы	150.00	180.00	174.00	205.00
Компот из свеж. фруктов	150.00	200.00	39.00	61.00
Хлеб ржаной	40.00	50.00	64.32	81.40
Всего:	540.00	690.00	445.28	556.20
Уплотненный полдник				
Котлеты капустные	200.00	240.00	192.00	230.40
с соусом молочным	15.00	20.00	19.00	20.00
Шанежка наливная	60.00	60.00	191.00	191.00
Чай с лимоном	180.00	200.00	41.00	54.00
Плоды свежие	93.00	93.00	41.85	41.85
Кисломолочный продукт	150.00	150.00	79.50	79.50
Хлеб пшеничный	35.00	40.00	78.04	89.60
Всего:	733.00	803.00	642.39	706.35
Итого:	1765.00	2069.00	1445.63	1708.12

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ №74
 Ю.Г. Назарюк



Циклическое меню для организации питания
 детей в МБДОУ №74

Меню № 7

Наименование блюд	Выход блюд, нетто		Энергетическая ценность, ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Каша молочная пшеничная жидкая	150.00	200.00	145.00	199.00
Кофейный напиток на цельном молоке	180.00	200.00	101.36	125.80
Батон с маслом, сыром	37.00	51.00	106.03	146.15
Всего:	367.00	451.00	352.39	470.95
Завтрак II				
Молоко кипяченое	100.00	100.00	60.00	60.00
Всего:	100.00	100.00	60.00	60.00
Обед				
Салат овощной	45.00	60.00	61.00	81.33
Свекольник с мясом и со сметаной	150.00	200.00	82.59	103.55
Плов с мясом	165.00	220.00	238.00	317.33
Компот из кураги	150.00	200.00	66.00	85.00
Хлеб ржаной	40.00	50.00	64.32	81.40
Всего:	550.00	730.00	511.91	668.61
Уплотненный полдник				
Картофельные оладьи со свежей капустой	190.00	200.00	196.33	206.67
Соус красный основной	20.00	30.00	12.94	19.41
Ватрушка с творогом	60.00	60.00	172.00	172.00
Чай с сахаром	180.00	200.00	42.00	54.00
Плоды свежие	93.00	93.00	41.85	41.85
Кисломолочный продукт	150.00	150.00	79.50	79.50
Хлеб пшеничный	35.00	40.00	78.04	89.60
Всего:	728.00	773.00	622.66	663.03
Итого:	1745.00	2054.00	1546.96	1862.59

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ №74
 Ю.Г. Назарюк



**Циклическое меню для организации питания
 детей в МБДОУ №74**

Меню № 7(лето)

Наименование блюд	Выход блюд, нетто		Энергетическая ценность, ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Каша молочная пшеничная жидкая	150.00	200.00	145.00	199.00
Кофейный напиток на цельном молоке	180.00	200.00	101.36	125.80
Батон с маслом, сыром	37.00	51.00	106.03	146.15
Всего:	367.00	451.00	352.39	470.95
Завтрак II				
Молоко кипяченое	100.00	100.00	60.00	60.00
Всего:	100.00	100.00	60.00	60.00
Обед				
Салат из свежих помидоров с перцем	45.00	60.00	30.75	41.00
Свекольник с мясом и со сметаной	150.00	200.00	82.59	103.55
Плов с мясом	165.00	220.00	238.00	317.33
Компот из кураги	150.00	200.00	66.00	85.00
Хлеб ржаной	40.00	50.00	64.32	81.40
Всего:	550.00	730.00	481.66	628.28
Уплотненный полдник				
Картофельные оладьи со свежей капустой	190.00	200.00	196.33	206.67
Соус красный основной	20.00	30.00	12.94	19.41
Ватрушка с творогом	60.00	60.00	172.00	172.00
Чай с сахаром	180.00	200.00	42.00	54.00
Фрукты свежие	93.00	93.00	41.85	41.85
Кисломолочный продукт	150.00	150.00	79.50	79.50
Хлеб пшеничный	35.00	40.00	78.04	89.60
Всего:	728.00	773.00	622.66	663.03
Итого:	1745.00	2054.00	1516.71	1822.26



**Циклическое меню для организации питания
детей в МБДОУ №74**

Меню № 8

Наименование блюд	Выход блюд, нетто		Энергетическая ценность, ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Суп гречневый молочный	150.00	200.00	134.00	183.00
Какао на цельном молоке	180.00	200.00	99.20	123.32
Батон с маслом	37.00	51.00	106.03	141.12
Всего:	367.00	451.00	339.23	447.44
Завтрак II				
Сок	125.00	125.00	46.25	46.25
Всего:	125.00	125.00	46.25	46.25
Обед				
Салат "Рубин"	45.00	60.00	72.00	96.00
Суп «Харчо» с мясом	150.00	200.00	67.38	87.48
Морковь отварная	105.00	158.00	50.00	75.25
с мясной котлетой	60.00	60.00	121.00	121.00
Компот из с/фруктов	150.00	200.00	62.00	78.00
Хлеб ржаной	40.00	50.00	64.32	81.40
Всего:	550.00	728.00	436.70	539.13
Уплотненный полдник				
Суп овощной со сметаной	230.00	250.00	94.00	107.00
Оладьи	40.00	75.00	131.00	246.53
со сгущенным молоком	15.00	20.00	49.00	66.00
Напиток апельсиновый	150.00	200.00	54.00	65.00
Фрукты свежие	93.00	93.00	41.85	41.85
Кисломолочный продукт	150.00	150.00	79.50	79.50
Хлеб пшеничный	35.00	40.00	78.04	89.60
Всего:	713.00	828.00	527.39	695.48
Итого:	1755.00	2132.00	1349.57	1728.30

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ №74
 Ю.Г. Назарюк



Циклическое меню для организации питания
 детей в МБДОУ №74

Меню № 9

Наименование блюд	Выход блюд, нетто		Энергетическая ценность, ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Каша "Дружба"	150.00	200.00	135.00	180.00
Чай с молоком	180.00	200.00	77.68	91.20
Горячий бутерброд	38.00	55.00	99.00	143.00
Всего:	368.00	455.00	311.68	414.20
Завтрак II				
Сок	125.00	125.00	46.25	46.25
Всего:	125.00	125.00	46.25	46.25
Обед				
Салат овощной с чесноком	30.00	50.00	23.33	38.89
Суп с клецками с мясом птицы	150.00	200.00	104.13	139.02
Фрикадельки из кур	45.00	50.00	143.69	159.73
с тушеной свеклой	115.00	170.00	65.00	96.09
соус томатный	15.00	20.00	10.00	13.33
Компот из свежих фруктов	150.00	200.00	39.00	61.00
Хлеб ржаной	40.00	50.00	64.32	81.40
Всего:	545.00	740.00	449.47	589.46
Уплотненный полдник				
Пудинг творожно-манный с изюмом	175.00	225.00	308.82	396.65
со сгущенным молоком	15.00	20.00	49.00	66.00
Чай с лимоном	180.00	200.00	41.00	54.00
Фрукты свежие	93.00	93.00	41.85	41.85
Кондитерские изделия (пряник)	13.00	42.00	84.97	274.52
Кисломолочный продукт	150.00	150.00	79.50	79.50
Всего:	626.00	730.00	605.14	912.52
Итого:	1664.00	2050.00	1412.54	1962.43

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ №74
 Ю.Г. Назарюк



**Циклическое меню для организации питания
 детей в МБДОУ №74**

Меню № 9 (лето)

Наименование блюд	Выход блюд, нетто		Энергетическая ценность, ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Каша "Дружба"	150.00	200.00	135.00	180.00
Чай с молоком	180.00	200.00	77.68	91.20
Горячий бутерброд	38.00	55.00	99.00	143.00
Всего:	368.00	455.00	311.68	414.20
Завтрак II				
Сок	125.00	125.00	46.25	46.25
Всего:	125.00	125.00	46.25	46.25
Обед				
Салат из свежих огурцов с зелёным луком	35.00	60.00	21.00	36.00
Суп с клецками с мясом птицы	150.00	200.00	104.13	139.02
Фрикадельки из кур	45.00	50.00	143.69	159.73
с тушеной свеклой	115.00	170.00	65.00	96.09
соус томатный	15.00	20.00	10.00	13.33
Компот из свежих фруктов	150.00	200.00	39.00	61.00
Хлеб ржаной	40.00	50.00	64.32	81.40
Всего:	550.00	750.00	447.14	586.57
Уплотненный полдник				
Пудинг творожно-манный с изюмом	175.00	225.00	308.82	396.65
со сгущенным молоком	15.00	20.00	49.00	66.00
Чай с лимоном	180.00	200.00	41.00	54.00
Фрукты свежие	93.00	93.00	41.85	41.85
Кондитерские изделия (пряник)	13.00	42.00	84.97	274.52
Кисломолочный продукт	150.00	150.00	79.50	79.50
Всего:	626.00	730.00	605.14	912.52
Итого:	1669.00	2060.00	1410.21	1959.54

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ №74
 Ю.Г. Назарюк



**Циклическое меню для организации питания
 детей в МБДОУ №74**

Меню № 10

Наименование блюд	Выход блюд, нетто		Энергетическая ценность, ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Каша молочная геркулесовая жидкая	150.00	200.00	137.00	192.00
Кофейный напиток на цельном молоке	180.00	200.00	101.36	125.80
Батон с маслом, сыром	36.00	60.00	117.18	176.12
Всего:	366.00	460.00	355.54	493.92
Завтрак II				
Сок	125.00	125.00	46.25	46.25
Всего:	125.00	125.00	46.25	46.25
Обед				
Салат из моркови с чесноком и сыром	45.00	60.00	75.00	100.00
Суп рисовый с помидорами с мясом	150.00	200.00	71.27	88.21
Капуста тушеная со шницелем	105.00	230.00	71.00	155.52
Компот из изюма	60.00	60.00	121.00	121.00
Хлеб ржаной	150.00	200.00	69.00	82.00
	40.00	50.00	64.32	81.40
Всего:	550.00	800.00	471.59	628.13
Уплотненный полдник				
Рыба запеченная с луком по-ленинградски	240.00	253.00	173.51	187.97
Кондитерские изделия (пряник)	13.00	42.00	72.47	234.13
Чай с сахаром	180.00	200.00	42.00	54.00
Хлеб пшеничный	35.00	40.00	78.04	89.60
Фрукты свежие	93.00	93.00	41.85	41.85
Кисломолочный продукт	150.00	150.00	79.50	79.50
Всего:	711.00	778.00	487.37	687.05
Итого:	1752.00	2163.00	1360.75	1855.35

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ №74
 Ю.Г. Назарюк



**Циклическое меню для организации питания
 детей в МБДОУ №74**

Меню № 11

Наименование блюд	Выход блюд, нетто		Энергетическая ценность, ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Макаронные изделия, запеченные с сыром	150.00	220.00	223.00	286.00
Какао на цельном молоке	180.00	200.00	99.20	123.32
Батон с маслом	37.00	51.00	106.03	141.12
Всего:	367.00	471.00	428.23	550.44
Завтрак II				
Сок	125.00	125.00	46.25	46.25
Всего:	125.00	125.00	46.25	46.25
Обед				
Салат из свеклы с сыром и чесноком	45.00	60.00	70.00	93.33
Суп гороховый с мясом птицы	150.00	200.00	116.00	154.67
Овощное рагу с мясом курицы	150.00	180.00	167.00	198.00
Кисель из свежих ягод	150.00	200.00	69.00	94.00
Хлеб ржаной	40.00	50.00	64.32	81.40
Всего:	535.00	690.00	486.32	621.40
Уплотненный полдник				
Котлеты морковные	200.00	250.00	192.00	240.00
с соусом молочным сладким	20.00	30.00	28.00	42.00
Плоды свежие	93.00	93.00	41.85	41.85
Чай с лимоном	180.00	200.00	41.00	54.00
Шанежка наливная	60.00	60.00	191.00	191.00
Хлеб пшеничный	35.00	40.00	78.04	89.60
Кисломолочный продукт	150.00	150.00	79.50	79.50
Всего:	738.00	823.00	651.39	737.95
Итого:	1765.00	2109.00	1612.19	1956.04

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ №74
 Ю.Г. Назарюк



**Циклическое меню для организации питания
 детей в МБДОУ №74**

Меню №12

Наименование блюд	Выход блюд, нетто		Энергетическая ценность, ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Суп ячневый молочный	150.00	200.00	97.50	150.00
Чай с молоком	180.00	200.00	77.68	91.20
Батон с маслом	37.00	51.00	106.03	141.12
Всего:	367.00	451.00	281.21	382.32
Завтрак II				
Молоко кипяченое	100.00	100.00	60.00	60.00
Всего:	100.00	100.00	60.00	60.00
Обед				
Сельдь "по-домашнему"	35.00	60.00	61.44	102.00
Суп картофельный с мясными фрикадельками	150.00	200.00	77.16	104.93
Ежики мясные	50.00	50.00	94.00	94.00
с тушеными овощами	125.00	160.00	71.00	94.67
Кисель апельсиновый	150.00	200.00	67.00	95.00
Хлеб ржаной	40.00	50.00	64.32	81.40
Всего:	550.00	720.00	434.92	572.00
Уплотненный полдник				
Запеканка овощная с яйцом	200.00	215.00	181.00	190.05
с соусом молочным	15.00	20.00	19.00	20.00
Булочка "Росинка"	60.00	60.00	206.00	206.00
Хлеб пшеничный	35.00	40.00	78.04	89.60
Фрукты свежие	93.00	93.00	41.85	41.85
Чай с сахаром	180.00	200.00	42.00	54.00
Кисломолочный продукт	150.00	150.00	79.50	79.50
Всего:	733.00	778.00	647.39	681.00
Итого:	1750.00	2049.00	1423.52	1695.32

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ №74
 Ю.Г. Назарюк



**Циклическое меню для организации питания
 детей в МБДОУ №74**

Меню № 13

Наименование блюд	Выход блюд, нетто		Энергетическая ценность, ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Каша "Рябчик"	150.00	200.00	136.00	189.00
Кофейный напиток на цельном молоке	180.00	200.00	101.36	125.80
Батон с маслом, сыром	36.00	60.00	117.18	176.12
Всего:	366.00	460.00	354.54	490.92
Завтрак II				
Сок	125.00	125.00	46.25	46.25
Всего:	125.00	125.00	46.25	46.25
Обед				
Салат из капусты с кальмарами	50.00	60.00	53.00	63.60
Суп «Полевой» с мясом и со сметаной	150.00	200.00	109.14	137.03
Бефстроганов из говядины	75.00	95.00	185.24	234.64
с макаронными изделиями отварными	80.00	100.00	104.00	128.00
Компот из свеж. фруктов	150.00	200.00	39.00	61.00
Хлеб ржаной	40.00	50.00	64.32	81.40
Всего:	545.00	705.00	554.70	705.67
Уплотненный полдник				
Котлеты овощные	180.00	205.00	163.00	185.64
с соусом молочным	15.00	20.00	19.00	20.00
Рогалик творожный	60.00	60.00	182.00	182.00
Компот из сухофруктов	150.00	200.00	62.00	78.00
Хлеб пшеничный	35.00	40.00	78.04	89.60
Плоды свежие	93.00	93.00	41.85	41.85
Кисломолочный продукт	150.00	150.00	79.50	79.50
Всего:	683.00	768.00	625.39	676.59
Итого:	1719.00	2058.00	1580.88	1919.43

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ №74
 Ю.Г. Назарюк № 74



**Циклическое меню для организации питания
 детей в МБДОУ №74**

Меню № 14

Наименование блюд	Выход блюд, нетто		Энергетическая ценность, ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Каша молочная манная жидкая с изюмом	150.00	200.00	171.00	223.00
Какао на цельном молоке	180.00	200.00	99.20	123.32
Батон с маслом	37.00	51.00	106.03	141.12
Всего:	367.00	451.00	376.23	487.44
Завтрак II				
Сок	125.00	125.00	46.25	46.25
Всего:	125.00	125.00	46.25	46.25
Обед				
Салат "Витаминка"	45.00	60.00	53.00	70.67
Свекольник с мясом птицы со сметаной	150.00	200.00	113.34	142.81
Плов с курицей	165.00	200.00	218.00	261.00
Компот из кураги	150.00	200.00	66.00	85.00
Хлеб ржаной	40.00	50.00	64.32	81.40
Всего:	550.00	710.00	514.66	640.88
Уплотненный полдник				
Рыба запеченная с картофелем по-русски	260.00	280.00	182.80	196.90
Чай с лимоном	180.00	200.00	41.00	54.00
Плоды свежие	93.00	93.00	41.85	41.85
Хлеб пшеничный	35.00	40.00	78.04	89.60
Кондитерские изделия	13.00	42.00	43.64	140.99
Кисломолочный продукт	150.00	150.00	79.50	79.50
Всего:	731.00	805.00	466.83	602.84
Итого:	1773.00	2091.00	1403.97	1777.41

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ №74
 Ю.Г. Назарюк



**Циклическое меню для организации питания
 детей в МБДОУ №74**

Меню № 14(лето)

Наименование блюд	Выход блюд, нетто		Энергетическая ценность, ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Каша молочная манная жидкая с изюмом	150.00	200.00	171.00	223.00
Какао на цельном молоке	180.00	200.00	99.20	123.32
Батон с маслом	37.00	51.00	106.03	141.12
Всего:	367.00	451.00	376.23	487.44
Завтрак II				
Сок	125.00	125.00	46.25	46.25
Всего:	125.00	125.00	46.25	46.25
Обед				
Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами	45.00	60.00	49.50	66.00
Свекольник с мясом птицы со сметаной	150.00	200.00	113.34	142.81
Плов с курицей	165.00	200.00	218.00	261.00
Компот из кураги	150.00	200.00	66.00	85.00
Хлеб ржаной	40.00	50.00	64.32	81.40
Всего:	550.00	710.00	511.16	636.21
Уплотненный полдник				
Рыба запеченная с картофелем по-русски	260.00	280.00	182.80	196.90
Чай с лимоном	180.00	200.00	41.00	54.00
Плоды свежие	93.00	93.00	41.85	41.85
Хлеб пшеничный	35.00	40.00	78.04	89.60
Кондитерские изделия	13.00	42.00	43.64	140.99
Кисломолочный продукт	150.00	150.00	79.50	79.50
Всего:	731.00	805.00	466.83	602.84
Итого:	1773.00	2091.00	1400.47	1772.74

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ №74
 Ю.Г. Назарюк



**Циклическое меню для организации питания
 детей в МБДОУ №74**

Меню № 15

Наименование блюд	Выход блюд, нетто		Энергетическая ценность, ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Суп пшеничный молочный	150.00	200.00	136.00	184.00
Чай с молоком	180.00	200.00	77.68	91.20
Батон с маслом	37.00	51.00	106.03	141.12
Всего:	367.00	451.00	319.71	416.32
Завтрак II				
Сок	125.00	125.00	46.25	46.25
Всего:	125.00	125.00	46.25	46.25
Обед				
Огурцы соленые	30.00	39.00	3.33	4.33
Щи по-уральски с мясом и со сметаной	150.00	200.00	93.88	115.41
Картофель тушёный с мясом	160.00	170.00	250.00	252.06
Кисель из кураги	170.00	200.00	86.00	111.00
Хлеб ржаной	40.00	50.00	64.32	81.40
Всего:	550.00	659.00	497.53	564.20
Уплотненный полдник				
Вареники ленивые	165.00	256.00	295.93	450.46
Чай с сахаром	180.00	200.00	42.00	54.00
Кондитерские изделия	14.00	42.00	91.51	274.53
Плоды свежие	93.00	93.00	41.85	41.85
Кисломолочный продукт	150.00	150.00	79.50	79.50
Всего:	602.00	741.00	550.79	900.34
Итого:	1644.00	1976.00	1414.28	1927.11

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ №74
 Ю.Г. Назарюк



**Циклическое меню для организации питания
 детей в МБДОУ №74**

Меню № 15 (лето)

Наименование блюд	Выход блюд, нетто		Энергетическая ценность, ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Суп пшеничный молочный	150.00	200.00	136.00	184.00
Чай с молоком	180.00	200.00	77.68	91.20
Батон с маслом	37.00	51.00	106.03	141.12
Всего:	367.00	451.00	319.71	416.32
Завтрак II				
Сок	125.00	125.00	46.25	46.25
Всего:	125.00	125.00	46.25	46.25
Обед				
Огурцы (или помидоры) свежие	30.00	40.00	7.00	9.00
Щи по-уральски с мясом и со сметаной	150.00	200.00	93.88	115.41
Картофель тушёный с мясом	160.00	170.00	250.00	252.06
Кисель из кураги	170.00	200.00	86.00	111.00
Хлеб ржаной	40.00	50.00	64.32	81.40
Всего:	550.00	660.00	501.20	568.87
Уплотненный полдник				
Вареники ленивые	165.00	256.00	295.93	450.46
Чай с сахаром	180.00	200.00	42.00	54.00
Кондитерские изделия	14.00	42.00	91.51	274.53
Плоды свежие	93.00	93.00	41.85	41.85
Кисломолочный продукт	150.00	150.00	79.50	79.50
Всего:	602.00	741.00	550.79	900.34
Итого:	1644.00	1977.00	1417.95	1931.78

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ №74
 Ю.Г. Назарюк



**Циклическое меню для организации питания
 детей в МБДОУ №74**

Меню № 16

Наименование блюд	Выход блюд, нетто		Энергетическая ценность, ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Каша гречневая вязкая	150.00	200.00	141.00	187.00
Кофейный напиток на цельном молоке	180.00	200.00	101.36	125.80
Батон с маслом, сыром	36.00	60.00	117.18	176.12
Всего:	366.00	460.00	359.54	488.92
Завтрак II				
Сок	125.00	125.00	46.25	46.25
Всего:	125.00	125.00	46.25	46.25
Обед				
Салат «Полевой»	45.00	60.00	41.00	54.67
Суп с клёцками с мясом птицы	150.00	200.00	104.13	139.02
Фрикадельки из кур	45.00	50.00	143.69	159.73
с отварным рисом	100.00	125.00	124.00	160.00
с соусом сметанным	20.00	33.00	61.33	101.19
Компот из свежих фруктов	150.00	200.00	39.00	61.00
Хлеб ржаной	40.00	50.00	64.32	81.40
Всего:	550.00	718.00	577.47	757.01
Уплотненный полдник				
Картофельное пюре	150.00	150.00	147.00	147.00
Сельдь с луком репчатым	60.00	80.00	89.11	118.81
Чай с сахаром	180.00	200.00	42.00	54.00
Кондитерские изделия	13.00	42.00	84.97	274.52
Фрукты свежие	93.00	93.00	41.85	41.85
Хлеб пшеничный	35.00	40.00	78.04	89.60
Кисломолочный продукт	150.00	150.00	79.50	79.50
Всего:	681.00	755.00	562.47	805.28
Итого:	1722.00	2058.00	1545.73	2097.46

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ №74
 Ю.Г. Назарюк



**Циклическое меню для организации питания
 детей в МБДОУ №74**

Меню № 17

Наименование блюд	Выход блюд, нетто		Энергетическая ценность, ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Суп рисовый молочный	150.00	200.00	127.00	171.00
Какао на цельном молоке	180.00	200.00	99.20	123.32
Батон с маслом	37.00	51.00	106.03	141.12
Всего:	367.00	451.00	332.23	435.44
Завтрак II				
Молоко кипяченое	100.00	100.00	60.00	60.00
Всего:	100.00	100.00	60.00	60.00
Обед				
Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	45.00	60.00	33.00	44.00
Суп овощной с мясом и со сметаной	150.00	200.00	100.69	116.17
Гуляш мясной	85.00	100.00	139.83	164.64
с полосатой кашей	80.00	100.00	97.00	121.25
Компот из изюма	150.00	200.00	69.00	82.00
Хлеб ржаной	40.00	50.00	64.32	81.40
Всего:	550.00	710.00	503.84	609.46
Уплотненный полдник				
Рулет или запеканка овощная	160.00	180.00	147.00	165.00
Пампушка с чесноком	50.00	50.00	148.00	148.00
Чай с лимоном	180.00	200.00	41.00	54.00
Хлеб пшеничный	35.00	40.00	78.04	89.60
Фрукты свежие	93.00	93.00	41.85	41.85
Кисломолочный продукт	150.00	150.00	79.50	79.50
Всего:	668.00	713.00	535.39	577.95
Итого:	1685.00	1974.00	1431.46	1682.85

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ №74
Ю.Г. Назарюк
 Ю.Г. Назарюк



**Циклическое меню для организации питания
 детей в МБДОУ №74**

Меню № 17(лето)

Наименование блюд	Выход блюд, нетто		Энергетическая ценность, ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Суп рисовый молочный	150.00	200.00	127.00	171.00
Какао на цельном молоке	180.00	200.00	99.20	123.32
Батон с маслом	37.00	51.00	106.03	141.12
Всего:	367.00	451.00	332.23	435.44
Завтрак II				
Молоко кипяченое	100.00	100.00	60.00	60.00
Всего:	100.00	100.00	60.00	60.00
Обед				
Салат из свежих помидоров и огурцов	45.00	60.00	32.15	42.86
Суп овощной с мясом и со сметаной	150.00	200.00	100.69	116.17
Гуляш мясной	85.00	100.00	139.83	164.64
с полосатой кашей	80.00	100.00	97.00	121.25
Компот из изюма	150.00	200.00	69.00	82.00
Хлеб ржаной	40.00	50.00	64.32	81.40
Всего:	550.00	710.00	502.99	608.32
Уплотненный полдник				
Рулет или запеканка овощная	160.00	180.00	147.00	165.00
Пампушка с чесноком	50.00	50.00	148.00	148.00
Чай с лимоном	180.00	200.00	41.00	54.00
Хлеб пшеничный	35.00	40.00	78.04	89.60
Плоды свежие	93.00	93.00	41.85	41.85
Кисломолочный продукт	150.00	150.00	79.50	79.50
Всего:	668.00	713.00	535.39	577.95
Итого:	1685.00	1974.00	1430.61	1681.71



Утверждаю
Заведующий МБДОУ №74

Ю.Г. Назарюк

**Циклическое меню для организации питания
детей в МБДОУ №74**

Меню № 18

Наименование блюд	Выход блюд, нетто		Энергетическая ценность, ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Макаронные изделия отварные	150.00	220.00	176.00	260.00
Чай с молоком	180.00	200.00	77.68	91.20
Батон с маслом	37.00	51.00	106.03	141.12
Всего:	367.00	471.00	359.71	492.32
Завтрак II				
Сок	125.00	125.00	46.25	46.25
Всего:	125.00	125.00	46.25	46.25
Обед				
Салат картофельный с зеленым горошком	30.00	45.00	42.60	64.00
Рассольник по -ленинградски с мясом и со сметаной	150.00	200.00	122.28	155.92
Мясная котлета	60.00	60.00	121.00	121.00
со сложным гарниром	95.00	105.00	82.00	99.26
соус красный основной	20.00	30.00	12.94	19.41
Компот из сухофруктов	150.00	200.00	62.00	78.00
Хлеб ржаной	40.00	50.00	64.32	81.40
Всего:	545.00	690.00	507.14	618.99
Уплотненный полдник				
Запеканка творожно-манная	145.00	200.00	255.99	347.11
со сгущенным молоком	18.00	27.00	59.59	89.39
Кисель из свежих ягод	180.00	200.00	82.00	94.00
Кондитерские изделия	13.00	42.00	72.47	234.13
Плоды свежие	101.00	132.00	45.45	59.40
Кисломолочный продукт	150.00	150.00	79.50	79.50
Всего:	607.00	751.00	595.00	903.53
Итого:	1644.00	2037.00	1508.10	2061.09

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ №74
 Ю.Г. Назарюк



**Циклическое меню для организации питания
 детей в МБДОУ №74**

Меню № 19

Наименование блюд	Выход блюд, нетто		Энергетическая ценность, ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Каша "Солнышко"	150.00	200.00	147.00	216.00
Кофейный напиток на цельном молоке	180.00	200.00	101.36	125.80
Горячий бутерброд	38.00	55.00	99.00	143.00
Всего:	368.00	455.00	347.36	484.80
Завтрак II				
Сок	125.00	125.00	46.25	46.25
Всего:	125.00	125.00	46.25	46.25
Обед				
Салат из свеклы с солеными огурцами	45.00	60.00	36.00	48.00
Суп-лапша домашняя с мясом птицы	150.00	200.00	118.45	151.54
Котлета куриная	40.00	50.00	81.74	102.68
Со сложные гарниром	95.00	105.00	115.00	127.11
Соус молочный	15.00	20.00	19.00	20.00
Компот из свежих фруктов	150.00	200.00	39.00	61.00
Хлеб ржаной	40.00	50.00	64.32	81.40
Всего:	535.00	685.00	473.51	591.73
Уплотненный полдник				
Суп из рыбных консервов	260.00	280.00	105.33	113.27
Ватрушка с творогом	60.00	60.00	172.00	172.00
Чай с сахаром	180.00	200.00	42.00	54.00
Хлеб пшеничный	35.00	40.00	78.04	89.60
Плоды свежие	93.00	93.00	41.85	41.85
Кисломолочный продукт	150.00	150.00	79.50	79.50
Всего:	778.00	823.00	518.72	550.22
Итого:	1806.00	2088.00	1385.84	1673.00



Утверждаю
Заведующий МБДОУ №74
Ю.Г. Назарюк

**Циклическое меню для организации питания
детей в МБДОУ №74**

Меню №19 (лето)

Наименование блюд	Выход блюд, нетто		Энергетическая ценность, ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Каша "Солнышко"	150.00	200.00	147.00	216.00
Кофейный напиток на цельном молоке	180.00	200.00	101.36	125.80
Горячий бутерброд	38.00	55.00	99.00	143.00
Всего:	368.00	455.00	347.36	484.80
Завтрак II				
Сок	125.00	125.00	46.25	46.25
Всего:	125.00	125.00	46.25	46.25
Обед				
Салат из свежих помидоров с зелёным луком	45.00	60.00	30.76	41.00
Суп-лапша домашняя с мясом птицы	150.00	200.00	118.45	151.54
Котлета куриная	40.00	50.00	81.74	102.68
Со сложные гарниром	95.00	105.00	115.00	127.11
Соус молочный	15.00	20.00	19.00	20.00
Компот из свежих фруктов	150.00	200.00	39.00	61.00
Хлеб ржаной	40.00	50.00	64.32	81.40
Всего:	535.00	685.00	468.27	584.73
Уплотненный полдник				
Суп из рыбных консервов	260.00	280.00	105.33	113.27
Ватрушка с творогом	60.00	60.00	172.00	172.00
Чай с сахаром	180.00	200.00	42.00	54.00
Хлеб пшеничный	35.00	40.00	78.04	89.60
Фрукты свежие	93.00	93.00	41.85	41.85
Кисломолочный продукт	150.00	150.00	79.50	79.50
Всего:	778.00	823.00	518.72	550.22
Итого:	1806.00	2088.00	1380.60	1666.00



**Циклическое меню для организации питания
детей в МБДОУ №74**

Меню № 20

Наименование блюд	Выход блюд, нетто		Энергетическая ценность, ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Каша "Янтарная"	150.00	200.00	134.00	178.67
Какао на цельном молоке	180.00	200.00	99.20	123.32
Батон с маслом	37.00	51.00	106.03	141.12
Всего:	367.00	451.00	339.23	443.11
Завтрак II				
Сок	125.00	125.00	46.25	46.25
Всего:	125.00	125.00	46.25	46.25
Обед				
Салат овощной с чесноком	45.00	60.00	35.00	46.67
Суп перловый с мясом и со сметаной	150.00	200.00	107.10	134.50
Голубец ленивый	90.00	90.00	112.00	112.00
с зелёным горошком,	65.00	80.00	26.00	32.00
с соусом томатным	15.00	15.00	10.00	10.00
Компот из свеж. фруктов	150.00	200.00	39.00	61.00
Хлеб ржаной	40.00	50.00	64.32	81.40
Всего:	555.00	695.00	393.42	477.57
Уплотненный полдник				
Запеканка овощная с яйцом	200.00	210.00	181.00	190.05
с соусом молочным	15.00	20.00	19.00	20.00
Кондитерские изделия	13.00	42.00	84.97	274.52
Чай с лимоном	180.00	200.00	41.00	54.00
Хлеб пшеничный	35.00	40.00	78.04	89.60
Плоды свежие	93.00	93.00	41.85	41.85
Кисломолочный продукт	150.00	150.00	79.50	79.50
Всего:	686.00	755.00	525.36	749.52
Итого:	1733.00	2026.00	1304.26	1716.45