

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка – детский сад» г.Усинска
«Кагаӧс сӧвмӧдан шӧрин- челядьӧс» школаӧдз велӧдан Усинск карса
муниципальной сӧмкуд учреждение

УТВЕРЖДЕНО
приказом от 19.03.2021г. № 111
(приложение № 3)

**МЕНЮ НА ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ ПЕРИОД
ДЛЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 1 ДО 3 ЛЕТ**

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
Завтрак				
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150 ККАЛ 149,8	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ 150 ККАЛ 151,29	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ 150 ККАЛ 157,8	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ 150 ККАЛ 167,5	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 180 ККАЛ 146,9
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150 ККАЛ 102,7	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150 ККАЛ 102,7	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150 ККАЛ 102,7	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150 102,7	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150 ККАЛ 102,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25 ККАЛ 65,5	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25 ККАЛ 65,5	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30 ККАЛ 107,2	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20 65,5	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25 ККАЛ 65,5
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 ККАЛ 37,4	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 ККАЛ 37,4		СЫР (ПОРЦИЯМИ) 14 ККАЛ 51	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 ККАЛ 37,4
II Завтрак				
СОК ФРУКТОВЫЙ 100 ККАЛ 43	СОК ФРУКТОВЫЙ 100 ККАЛ 43	СОК ФРУКТОВЫЙ 100 ККАЛ 43	СОК ФРУКТОВЫЙ 100 ККАЛ 43	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 120 ККАЛ 38,7
Обед				
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С ЛУКОМ 40 ККАЛ 31,6	САЛАТ «ЛУЧИКИ» ВИТАМИННЫЙ 40 ККАЛ 70,75	САЛАТ «РОМАШКА» ИЗ КУКУРУЗЫ КОНСЕР-НОЙ 40 ККАЛ 38,6	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 40 ККАЛ 37,2	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 40 ККАЛ 27,5
УХА РЫБАЦКАЯ 150 ККАЛ 66,42	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ 150 ККАЛ 62,53	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 150 ККАЛ 69	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 150 ККАЛ 75,3	СУП РИСОВЫЙ 150 ККАЛ 76,2
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 110 ККАЛ 149,2	ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ 160 ККАЛ 212,9	КАПУСТА ТУШЕННАЯ 130 ККАЛ 94,9	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ 150 ККАЛ 251,9	ОВОЩНОЕ РАГУ С БАКЛАЖАНАМИ 130 ККАЛ 144,4
КНЕЛИ ИЗ КУР ЗАПЕЧЕННЫЕ 50 ККАЛ 156,1	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ"С" 150 ККАЛ 29	ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ 50 ККАЛ 139,6	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ"С" 150 ККАЛ 29	БИТОЧЕК «СОЛНЕЧНЫЙ» ПАРОВОЙ 50 ККАЛ 121,1
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ И ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ"С" 150 ККАЛ 48,3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 ККАЛ 47,4	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД С ВИТАМИНОМ"С" 150 ККАЛ 38,6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 ККАЛ 47,4	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД С ВИТАМИНОМ"С" 150 ККАЛ 38,6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 ККАЛ 47,4	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 ККАЛ 81,6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 ККАЛ 47,7	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 81,6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 ККАЛ 47,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 ККАЛ 81,6		ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 ККАЛ 81,6		ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 ККАЛ 81,6
Уплотненный полдник				
КАПУСТА ТУШЕНАЯ 130 ККАЛ 94,9	СЫРНИКИ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ 130/20 ККАЛ 403,25	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 100 ККАЛ 88,5	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 80 ККАЛ 128,2	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 110 ККАЛ 110,1
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ 40 ККАЛ 60,7	ЧАЙ С САХАРОМ 150 ККАЛ 27,2	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ 80 ККАЛ 77,3	ЧАЙ С САХАРОМ 150 ККАЛ 27,2	ПУДИНГ РЫБНЫЙ 60 ККАЛ 73,2
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА 50 ККАЛ 160,2		ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150 ККАЛ 24,1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 ККАЛ 47,4	ЧАЙ С САХАРОМ 150 ККАЛ 27,2
ЧАЙ С САХАРОМ 150 ККАЛ 27,2		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 ККАЛ 46	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ 50 ККАЛ 209,3	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15 ККАЛ 41
Ужин				
МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ 170 ККАЛ 89	ЙОГУРТ 160 ККАЛ 84,8	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ 170 ККАЛ 89	КЕФИР/РЯЖЕНКА 160 ККАЛ 84,8	СОК ФРУКТОВЫЙ 200 ККАЛ 86
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 20 ККАЛ 62,6	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 90 ККАЛ 42,3	ПРЯНИКИ 20 ККАЛ 73,2	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 90 ККАЛ 34,2	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 15 ККАЛ 62,6

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка – детский сад» г.Усинска
«Кагаӧс сӧвмӧдан шӧрин- челядьӧс» школаӧдз велӧдан Усинск карса
муниципальной сӧмкуд учреждение

УТВЕРЖДЕНО
приказом от 19.03.2021г. № 111
(приложение № 3)

**МЕНЮ НА ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ ПЕРИОД
ДЛЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 1 ДО 3 ЛЕТ**

6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак				
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" 150 ККАЛ 153,7	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150 ККАЛ 152,1	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ 150 ККАЛ 174,4	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ 180 ККАЛ 116,9	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150 ККАЛ 180,1
КАКАО С МОЛОКОМ 150 ККАЛ 115,7	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ 150 ККАЛ 93,9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150 ККАЛ 102,7	КАКАО-НАПИТОК НА МОЛОКЕ 150 ККАЛ 115,7	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150 ККАЛ 102,7
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30 ККАЛ 107,2	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25 ККАЛ 65,5	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30 ККАЛ 107,2	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25 ККАЛ 65,5	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ 20 ККАЛ 65,5
	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 ККАЛ 37,4		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5 ККАЛ 37,4	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 14 ККАЛ 51
II Завтрак				
СОК ФРУКТОВЫЙ 100 ККАЛ 43	СОК ФРУКТОВЫЙ 100 ККАЛ 43	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 110 ККАЛ 86,4	СОК ФРУКТОВЫЙ 100 ККАЛ 43	СОК ФРУКТОВЫЙ 100 ККАЛ 43
Обед				
САЛАТ «БУРЯЧОК» ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ 40 ККАЛ 36,5	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 40 ККАЛ 26,9	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР С ПЕРЦЕМ 40 ККАЛ 9,6	САЛАТ ЗЕЛЕНый С ОГУРЦОВ 40 ККАЛ 41,8	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ 40 ККАЛ 33,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ 150 ККАЛ 112,6	СВЕКОЛЬНИК 150 ККАЛ 102,48	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ 150 ККАЛ 115	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 150 ККАЛ 108,3	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 150 ККАЛ 153,3
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 110 ККАЛ 85	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110 ККАЛ 145,9	СЛОЖНЫЙ ГАРНИР 130 ККАЛ 148	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 100 ККАЛ 161,5	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 160 ККАЛ 251,4
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 80 ККАЛ 194,3	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 50 ККАЛ 152,8	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) 50 ККАЛ 124	КОТЛЕТА «ЛАДА» РЫБНАЯ 70 ККАЛ 115,4	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД С ВИТАМИНОМ"С" 150 ККАЛ 67,7
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД С ВИТАМИНОМ"С" 150 ККАЛ 38,6	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ С ВИТАМИНОМ"С" 150 ККАЛ 85,7	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ"С" 150 ККАЛ 29	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ С ВИТАМИНОМ"С" 150 ККАЛ 41,1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 ККАЛ 47,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 ККАЛ 47,4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 ККАЛ 47,4	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 ККАЛ 81,6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 ККАЛ 47,4	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 ККАЛ 81,6
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 ККАЛ 81,6	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 ККАЛ 81,6		ХЛЕБ РЖАНОЙ 40 ККАЛ 81,6	
Уплотненный полдник				
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ) 120 ККАЛ 293,4	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 110 ККАЛ 110,1	МАКАРОНЫ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 150 ККАЛ 221,7	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 80 ККАЛ 158,1	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) 120 ККАЛ 323,1
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 150 ККАЛ 27,2	ТЕФТЕЛИ ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ 60 ККАЛ 173,2	ИКРА КАБАЧКОВАЯ 40 ККАЛ 47,6	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ 40 ККАЛ 20,8	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 20 ККАЛ 20,8
	ЧАЙ С САХАРОМ 150 ККАЛ 27,2	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150 ККАЛ 27,2	ЧАЙ С САХАРОМ 150 ККАЛ 27,2	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/5 ККАЛ 27,2
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 ККАЛ 47,4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 ККАЛ 47,4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20 ККАЛ 47,4	
			ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ЯБЛОКОМ 50 ККАЛ 211,1	
Ужин				
СНЕЖОК/ЙОГУРТ 160 ККАЛ 90,4	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ 170 ККАЛ 89	СНЕЖОК/ЙОГУРТ НАПИТОК 180 ККАЛ 156,6	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД 150 ККАЛ 84,6	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ 170 ККАЛ 89
ФРУКТ 100 ККАЛ 42,3	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 15 ККАЛ 62,6		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ 90 ККАЛ 42,3	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ 15 ККАЛ 62,6

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575775

Владелец Позднякова Светлана Викторовна

Действителен с 10.03.2021 по 10.03.2022