

Утверждаю
 Директор МОУ «ЦО №2»
 г. Ясногорска
 (подпись, печать)
 Ю.И.Иванова
 «1» марта 2022 г

МЕНЮ

Структурное подразделение Детский сад «Аленушка»
 на 1 марта 2022 года

№п/п	Наименование блюда	Масса порции (г)		Энергетическая ценность (ккал)
		2-3 года	3-7 лет	2-3 года/3-7 лет
Завтрак				
1	Каша манная молочная	160	200	264/331,58
2	Какао с молоком	160	180	94,4/106,2
3	Бутерброд с маслом	30/6	40/7	116.67/137,4
Второй завтрак				
1	Напиток из шиповника	160	180	70,5/70,5
Обед				
1	Огурец соленый	45	50	35,6/59,35
2	Суп рисовый с картофелем	180	200	64,62/117,76
3	Котлета рыбная с картофельным пюре, соус томатный	60/145/25	75/150/30	346,3/482,55
4	Напиток лимонный (С- витаминизация)	160	180	66,96/113,79
	Хлеб ржаной	30	40	55,8/85,6
Полдник				
1	Яйцо вареное	40	45	70/70
2	Чай с сахаром	160	180	48.64/53
3	Салат «Осенний»	45	50	68,40/68.40
	Итого за день	1406	1602	1531,3/1817,73

Директор МОУ «Г
г. Ясногорск
(подпись,
Ю.И.И.
«2» марта

(подпись, печать)

Структурное подразделение Детский сад «Аленушка»
На 2 марта 2022 года

№п/п	Наименование блюда	Масса порции (г)		Энергетическая ценность (ккал)
		2-3 года	3-7 лет	2-3 года/3-7 лет
Завтрак				
1	Каша гречневая молочная	160	200	196,8/246
2	Кофейный напиток на молоке	160	180	94,4/106,2
3	Бутерброд с маслом	30/6	40/7	116,67/137,4
Второй завтрак				
1	Кисель плодово-ягодный из концентрата	160	180	37,6/45/87
Обед				
1	Салат из свеклы с растительным маслом	45	50	59,3/64,06
2	Суп картофельный на мясном бульоне	180	200	70,2/79,03
3	Тефтели мясные с отварными макаронами, соус молочный	55/90/25	70/110/30	282,07/387,09
4	Компот из кураги (С- витаминализация)	160	180	60,64/66,96
	Хлеб ржаной	30	40	55,8/85,6
Полдник				
1	Оладьи с повидлом	95/35	110/38	380/401,2
2	Молоко кипяченое	160	180	79,8/117,31
	Итого за день	1391	1615	1513,82/1834,55

Утверждаю
Директор МОУ «ЦО№2»
г. Ясногорска



(подпись, печать)

Ю.И.Иванова
«3» марта 2022г

МЕНЮ

Структурное подразделение Детский сад «Аленушка»
на 3 марта 2022 года

№п/п	Наименование блюда	Масса порции (г)		Энерг. ценность (к\кал)
		2-3 года	3-7 лет	2-3 года/3-7 лет
Завтрак				
1	Каша геркулесовая молочная	160	200	177,6/207,38
2	Чай с молоком	150	180	94,4/106,2
3	Бутерброд с маслом	30/6	40/7	116,67/137,4
Второй завтрак				
1	Яблоко свежее	90	100	
Обед				
1	Салат из зеленого горошка с растительным маслом	45	50	64,63/86,4
2	Суп картофельный на мясном бульоне с гречкой	180	200	88,2/99,27
3	Капуста тушеная с мясом	180	190	190,8/312,42
4	Компот из сухофруктов (С-витаминизация)	160	180	66,96/66,96
	Хлеб ржаной	30	40	55,8/85,6
Полдник				
1	Сырники творожные со сметанной подливой	100/18	120/20	271,69/300,6
2	Напиток из шиповника	160	180	81/81
	Итого за день	1299	1507	1489,4/1711,96

г. Ясногорска

(подпись, печать)

Ю.И.Иванова

«4» марта 2022г

Ю.И.Иванова
«4» марта 2022г

Структурное подразделение Детский сад «Аленушка»
На 4 марта 2022 года

№п/п	Наименование блюда	Масса порции (г)		Энерг.ценность(к/кал)
		2-3 года	3-7 лет	2-3 года/3-7 лет
Завтрак				
1	Каша рисовая молочная	160	200	214,28/241,11
2	Какао с молоком	160	180	61,62/115,5
3	Бутерброд с маслом	30/6	40/7	116.67/137,4
Второй завтрак				
1	Напиток из апельсина	160	180	53/53
Обед				
1	Огурец соленый	33	45	32,8/39,4
2	Борщ на курином бульоне со сметаной	180/5	200/6	82,8/83,33
3	Биточки куриные с картофельным пюре, соус сметанный	60/140/25	75/150/30	307,5/469,09
4	Компот из изюма (С-витаминизация)	160	180	96,11/99,52
	Хлеб ржаной	30	40	85,6/55,8
Полдник				
1	Запеканка творожно-пшеничная со сметанной подливой	135/18	150/20	320,4/346,83
2	Чай с сахаром	160	180	106,65/166
	Итого	1439	1673	1355,94/1807,98

Директор МО
МОУ "ЦО №2"
г. Ясногорска

Ю.И.Иванова
«5» марта 2022 г

Структурное подразделение Детский сад «Аленушка»
на 5 марта 2022 года

№п/п	Наименование блюда	Масса порции (г)		Энерг.ценность (к/кал)
		2-3 года	3-7 лет	2-3 года/3-7 лет
Завтрак				
1	Каша пшенная молочная	160	200	177,6/246
2	Какао с молоком	150	180	115,5/138,9
3	Печенье промышленного производства	30	40	80,67/102,5
Второй завтрак				
1	Сок фруктовый	90	100	65,6/78,2
Обед				
1	Икра кабачковая промышленного производства	40	50	51,8/59,35
2	Суп лапша на мясном бульоне	180	200	156,4/186,4
3	Плов с говяжьим фаршем	160	170	342,7/360,73
4	Компот из сухофруктов (С-витаминизация)	150	180	70,38/70,38
	Хлеб ржаной	30	40	85,6/96,3
Полдник				
1	Омлет с сыром	80	90	147,2/165,6
2	Напиток апельсиновый	160	180	51/53
	Итого за день	1235	1430	1433,88/1511,02

Утверждаю
Директор МОУ «ЦО№2»
Г. Ясногорска



(подпись, печать)

Ю.И.Иванова
«9» марта 2022г

МЕНЮ

Структурное подразделение Детский сад «Аленушка»
На 9 марта 2022 года

№п/п	Наименование блюда	Масса порции (г)		Энерг. ценн.(к/кал)
		2-3 года	3-7 лет	2-3 года/3-7 лет
Завтрак				
1	Каша манная молочная	160	200	195,2/244,92
2	Кофейный напиток на молоке	160	200	94,4/106,2
3	Бутерброд с маслом	30/6	40/7	91,33/137,4
Второй завтрак				
1	Кисель плодово-ягодный из концентрата	160	180	38/48
Обед				
1	Икра кабачковая промышленного производства	45	50	67,47/68,40
2	Щи со сметаной на мясном бульоне	180/5	200/6	85,6/95,3
3	Суфле из говяжьей печени с картофельным пюре, соус сметанный	75/145/25	90/150/30	269,9/290,42
4	Напиток из шиповника (С-витаминизация)	160	180	89.3/113.79
	Хлеб ржаной	30	40	55,8/85,6
Полдник				
1	Винегрет с растительным маслом	130	145	173,89/193,89
2	Чай с лимоном	160	180	72/81
3	Хлеб пшеничный	20	30	60,83/62,17
	Итого за день	1491	1708	1454,46/1785,97

Утверждаю
 Директор МОУ «ЦО№2»
 г. Ясногорска
 (подпись, печать)
 Ю.И.Иванова
 «10» марта 2022г

МЕНЮ

Структурное подразделение Детский сад «Аленушка»
 на 10 марта 2022 года

№п/п	Наименование блюда	Масса порции (г)		Энерг.ценность(к/кал)
		2-3 года	3-7 лет	2-3 года/3-7 лет
Завтрак				
1	Каша геркулесовая молочная	160	200	164.8/207,38
2	Чай с молоком	160	180	123,2/154,15
3	Бутерброд с маслом	30/6	40/7	116,67/138,4
Второй завтрак				
1	Сок фруктовый промышленного производства	90	100	75,2/75,2
Обед				
1	Горошек консервированный отварной	40	50	56,96/56,96
2	Рассольник со сметаной	180/5	200/6	82,8/92,99
3	Котлета мясная с гречкой, соус молочный	65/90/25	70/100/30	379,27/382,5
4	Компот из кураги (С- витаминизация)	160	180	70,38/134,79
	Хлеб ржаной	30	40	55,8/85,6
Полдник				
1	Макароны запеченные с сыром	100/10	110/10	163,44/275,6
2	Молоко кипяченое	160	180	79,8/81
	Итого за день	1311	1503	1495,57/1623,3

Утверждаю
 Директор МОУ «ЦО№2»
 г. Ясногорска
 (подпись, печать)
 Ю.И.Иванова
 «11» марта 2022г

МЕНЮ

Структурное подразделение Детский сад «Аленушка»
 На 11 марта 2022 года

№п/п	Наименование блюда	Масса порции (г)		Энерг.ценность(к/кал)
		2-3 года	3-7 лет	2-3 года/3-7 лет
Завтрак				
1	Суп молочный вермишелевый	160	200	124,8/156,08
2	Какао с молоком	150	180	94,4/106,2
3	Бутерброд с маслом	30/6	40/7	128,4/138,4
Второй завтрак				
1	Яблоко свежее	90	100	86,4/86,4
Обед				
1	Салат из свеклы с растительным маслом	45	50	37,56/46,8
2	Суп картофельный с пшеном	180	200/6	81/89,55
3	Биточки куриные с тушеной капустой, соус томатный	60/160/25	65/190/30	277,5/359,95
4	Компот из сухофруктов (С-витаминизация)	160	180	40,00/40,00
	Хлеб ржаной	30	40	55,8/85,6
Полдник				
1	Пудинг творожный в сметанном соусе	135/18	150/20	239,04/390,81
2	Чай с сахаром	160	180	170/174
	Итого за день	1409	1632	1344,04/1804,55

Утверждаю
Директор МОУ «ЦО№2»
г. Ясногорска


(подпись, печать)

Ю.И.Иванова
«14»марта 2022 год

Ю.И.Иванова
марта 2022 год

Структурное подразделение Детский сад «Аленушка»
На 14 марта 2022 года

№п/п	Наименование блюда	Масса порции (г)		Энерг.ценность (к/кал)
		2-3 года	3-7 лет	2-3 года/3-7 лет
Завтрак				
1	Каша молочная «Дружба»	160	200	192/241,11
2	Кофейный напиток на молоке	160	180	48/61,62
3	Бутерброд с маслом	30/5	40/7	116,67/137,4
Второй завтрак				
1	Апельсин свежий	90	100	38/38
Обед				
1	Икра кабачковая промышленного производства	40	50	45/45
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	200	99,27/100,8
3	Жаркое - по домашнему с мясом кур	190	220	705,6/862,4
4	Напиток из шиповника (С- витаминизация)	160	180	46,87/66,96
	Хлеб ржаной	30	40	55,8/85,6
Полдник				
1	Молоко кипяченое	160	180	104,4/117,31
2	Ватрушка с творогом	65	80	230/292
	Итого за день	1270	1477	1665,23/1978,78

Утверждаю
 Директор МОУ «ЦОН №2»
 г. Ясногорска
 (подпись, печать)
 Ю.И.Иванова
 «15» марта 2022г

МЕНЮ

Структурное подразделение Детский сад «Аленушка»
 На 15 марта 2022 года

№п/п	Наименование блюда	Масса порции (г)		Энергетическая ценность
		2-3 года	3-7 лет	(ккал) 2-3 года/3-7 лет
Завтрак				
1	Каша пшенная молочная	160	200	196,8/246,17
2	Чай с молоком	160	180	123,2/138,6
3	Пряник промышленного производства	30	40	116,44/163,44
Второй завтрак				
1	Сок яблочный	90	100	79,7/79,7
Обед				
1	Икра кабачковая промышленного производства	40	50	70,97/78,13
2	Суп гороховый на мясном бульоне	180	200	70,2/186,4
3	Котлета мясная с гречкой рассыпчатой, соус сметанный	190	220	356,32/427,75
4	Компот из сухофруктов (С-витаминизация)	160	180	66,96/113,79
	Хлеб ржаной	30	40	55,8/85,6
Полдник				
1	Булочка с сахаром	60	85	239/249,9
2	Напиток из свежих яблок	160	180	106,65/106,65
	Итого за день	1250	1450	1525,7/1820,23

Утверждаю
 Директор МОУ «ЦО№2»
 г. Ясногорска
 (подпись, печать)
 Ю.И.Иванова
 «16» марта 2022 г

МЕНЮ

Структурное подразделение Детский сад «Аленушка»
 на 16 марта 2022 года

№п/п	Наименование блюда	Масса порции (г)		Энергетическая ценность (ккал)
		2-3 года	3-7 лет	2-3 года/3-7 лет
Завтрак				
1	Каша манная молочная	160	200	264/331,58
2	Какао с молоком	160	180	94,4/106,2
3	Бутерброд с маслом	30/6	40/7	116.67/137,4
Второй завтрак				
1	Напиток из шиповника	160	180	70,5/70,5
Обед				
1	Огурец соленый	45	50	35,6/59,35
2	Суп рисовый с картофелем	180	200	64,62/117,76
3	Котлета рыбная с картофельным пюре, соус томатный	60/145/25	75/150/30	346,3/482,55
4	Напиток лимонный (С- витаминизация)	160	180	66,96/113,79
	Хлеб ржаной	30	40	55,8/85,6
Полдник				
1	Яйцо вареное	40	45	70/70
2	Чай с сахаром	160	180	48.64/53
3	Салат «Осенний»	45	50	68,40/68.40
	Итого за день	1406	1602	1531,3/1817,73

Утверждаю
 Директор МОУ «ЦО №2»
 г. Ясногорска
 (подпись, печать)
 Ю.И.Иванова
 «17» марта 2022г

МЕНЮ

Структурное подразделение Детский сад «Аленушка»
 На 17 марта 2022 года

№п/п	Наименование блюда	Масса порции (г)		Энергетическая ценность (ккал)
		2-3 года	3-7 лет	2-3 года/3-7 лет
Завтрак				
1	Каша гречневая молочная	160	200	196,8/246
2	Кофейный напиток на молоке	160	180	94,4/106,2
3	Бутерброд с маслом	30/6	40/7	116,67/137,4
Второй завтрак				
1	Кисель плодово-ягодный из концентрата	160	180	37,6/45/87
Обед				
1	Салат из свеклы с растительным маслом	45	50	59,3/64,06
2	Суп картофельный на мясном бульоне	180	200	70,2/79,03
3	Тефтели мясные с отварными макаронами, соус молочный	55/90/25	70/110/30	282,07/387,09
4	Компот из кураги (С- витаминизация)	160	180	60,64/66,96
	Хлеб ржаной	30	40	55,8/85,6
Полдник				
1	Оладьи с повидлом	95/35	110/38	380/401,2
2	Молоко кипяченое	160	180	79,8/117,31
	Итого за день	1391	1615	1513,82/1834,55

Утверждаю
Директор МОУ «ЦО№2»
г. Ясногорска



(подпись, печать)

Ю.И.Иванова
«18» марта 2022г

МЕНЮ

Структурное подразделение Детский сад «Аленушка»
на 18 марта 2022 года

№п/п	Наименование блюда	Масса порции (г)		Энерг. ценность (к\кал)
		2-3 года	3-7 лет	
Завтрак				2-3 года/3-7 лет
1	Каша геркулесовая молочная	160	200	177,6/207,38
2	Чай с молоком	150	180	94,4/106,2
3	Бутерброд с маслом	30/6	40/7	116,67/137,4
Второй завтрак				
1	Яблоко свежее	90	100	
Обед				
1	Салат из зеленого горошка с растительным маслом	45	50	64,63/86,4
2	Суп картофельный на мясном бульоне с гречкой	180	200	88,2/99,27
3	Капуста тушеная с мясом	180	190	190,8/312,42
4	Компот из сухофруктов (С-витаминизация)	160	180	66,96/66,96
	Хлеб ржаной	30	40	55,8/85,6
Полдник				
1	Сырники творожные со сметанной подливой	100/18	120/20	271,69/300,6
2	Напиток из шиповника	160	180	81/81
	Итого за день	1299	1507	1489,4/1711,96