

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

МБДОУ № 27 «Микки-Маус»

О.Н. Ревнивцева

«28» февраля 2025г.

Подписано электронной подписью

Сертификат:

00C6D36A75CB712F89740FC031795AED92

Владелец:

Ревнивцева Оксана Николаевна

Действителен: с 09.07.2024 по 02.10.2025

Перспективное меню
для раннего возраста от 1,5 до 3 лет,
МАРТ 2025 - МАЙ 2025
(1 - 2 корпус)

Расчет циклического меню: весна 2025

Дети до 3 лет

по нетто

Группы продуктов	День	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Итого	Средн.	Норма	% вып.
Хлеб пшеничный		20	90	72.98	80	50	20	80	80	50	50	592.98	59.3	60	99
Крупы (злаки) бобовы		50	22	16	16	67	19	18	16	38	51	313	31.3	30	104
овощи		206.06	227.23	246.41	130.25	241.03	64.33	107.85	140.20	182.14	135.09	1680.6	168.06	180	93
Мясо		58.79	13.65	16.33	117.94	84.63	77.2		13.65	55.51	50.96	488.66	48.87	50	98
Рыба		72.075		64.5			54		64.5		64.5	319.57	31.96	32	100
Молоко		363	390	372	396	375	375	346	392	405	375	3789	378.9	390	97
Творог			87					118		85	20	310	31	30	103
Сметана		5	15.6	9.2	7	7.6	3	11	15	5	10.6	89	8.9	9	99
Масло сливочное		16.5	18.917	14	22.6	15.336	13.8	12.7	25.7	14.2	18.3	172.05	17.21	18	96
Яйцо		18	75	9.2	116	12	29.2	51.64	5.2	18	45	379.24	37.92	40	95
Сахар		22.7	24.7	15.51	31.77	19.7	24.772	24.7	20.7	33.36	34.7	252.61	25.26	25	101
Фрукты		154	133	73.7	62.2	169.4	74.19	97	49.5	45.2	75.2	933.39	93.34	95	98
Масло растительное		5.133	9.942	9.227	8.8	8.436	10	8.294	14.6	9.3	10.2	93.932	9.39	9	104
Сыр			6.58		14.1	9.4	2.82	6.58				39.48	3.95	4	99
Сухофрукты		12	9.9	12		10	10	9.9	8.25	13.275	5	90.325	9.03	9	100
Мука пшеничная		30	2.7	39.3		32.672	34	15.7	36.8	30	30.1	251.27	25.13	25	101
Кондитерские изделия		31		20	25		25		20			121	12.1	12	101
Птица 1 кат.			85.36	37.76				67.76				190.88	19.09	20	95
Картофель 29.02-01.09		47.4	41.4	144.6	132.6	55.2	163.2	141.6	151.2	54	149.4	1080.6	108.06	120	90
Сок		100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	1000	100	100	100
Соль		4.333	1	2.545	3.16	3	3.093	3	3.9	3.5	3	30.531	3.05	3	102
Макаронные изделия			5				34		34	5		78	7.8	8	98
Чай		0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	5	0.5	0.5	100
Какао			1		1		1		1		1	5	0.5	0.5	100
Кофейный напиток		2		2		2		2		2		10	1	1	100
Дрожжи сухие				0.9		0.75	0.75		0.75		0.75	3.9	0.39	0.4	98
Крахмал					8		4			3.2	4	19.2	1.92	2	96
Клеб ржаной		50	40	40	20	50	50	20	20	50	50	390	39	40	98
зубпродукты (печень)				25.73		98.6			65.653			189.98	19	20	95
															/соотн.
Зелки		59.01	73.8	58.44	67.25	72.16	52.54	65.77	61.01	58.62	60.99	629.57	62.96	42	150 /1.21
Жиры		42.83	70.85	42.82	79.52	51.42	49.07	57.76	59.5	46.59	50.91	551.27	55.13	47	117 /1.06
Углеводы		199.06	192.61	180.71	164.96	219.05	201.19	166.75	209.14	198.25	204.87	1936.5	193.66	203	95 /3.73
Количество калорий		1417.7	1703.2	1341.9	1644.4	1627.6	1456.5	1449.9	1616.1	1446.7	1521.5	15226.	1522.6	1400	109
Витамин А												0	0	450	0
Витамин В1												0	0	0.8	0
Витамин В2												0	0	0.9	0
Витамин С												0	0	45	0
Витамин D												0	0	10	0
Минерал Са												0	0	800	0
Минерал F												0	0	1.4	0
Минерал Fe												0	0	10	0
Минерал I												0	0	0.07	0
Минерал К												0	0	400	0
Минерал Mg												0	0	80	0
Примерная цена меню		169.07	174.22	169.73	196.42	201.22	165.9	150.13	170.56	152.48	171.08	1720.81	172.08	163	106

Заведующий



Примерное двадцатидневное меню для категории: Дети до 3 лет весна 2025
17.03.25 - 31.03.25

1 неделя

Понедельник	Вых.	Карта	Вторник	Вых.	Карта	Среда	Вых.	Карта	Четверг	Вых.	Карта	Пятница	Вых.	Карта
Завтрак			Завтрак			Завтрак			Завтрак			Завтрак		
Груша	50	0	Яйцо отварное		327	Каша пшеничная молочная	130	8	Какао с молоком	180	7	Каша овсяная "Геркулес"	130	154
Каша манная молочная	130	151	Каша ячневая молочная	140	13	Кофейный напиток с молоком	150	10	Батон с маслом сливочным	30/5	71	молочная		
Кофейный напиток с молоком	150	10	Какао с молоком	170	7	Батончик к чаю	30		Каша "Дружба"	140	2	Кофейный напиток с молоком	150	10
Печенье "Ромбики"	25		Батон с маслом сливочным	30/5	71	Апельсин	50	0	Сыр	7		Батончик к чаю	30	
			Сыр	7								Киви	60	0
10 часов			10 часов			10 часов			10 часов			10 часов		
Сок 0.2л	100		Сок 0.2л	100		Сок 0.2л	100		Сок 0.2л	100		Сок 0.2л	100	
Обед			Обед			Обед			Обед			Обед		
Огурец порционный (соленый)	30	5	Салат из тушеного перца	30	36	Овощи свежие (порциями)	30	148	Салат из редиса с огурцами	30	13	Огурец порционный	30	16
Суп "Рябчик"	150		Суп картофельный с вермишелью	150	7	Суп картофельный с домашней	150	19	Свекольник с яйцом	150		Суп картофельный с помидорами	150	5
Бигус с мясом	160	9	Суфле куринное	50	25	лапшой			-Жаркое по-домашнему	50/100	40*	Гарнир свекольный	120	19
Компот из сухих фруктов	150	20	Гарнир свекольно-морковный	120	19	Капуста тушеная с томатом	120	210	Кисель из плодового или	150	25	Тефтели с рисом в соусе	60	
Хлеб столичный	20		Компот из изюма	150	23	Рыба, тушеная в сметане	60		ягодного концентрата			Компот из чернослива	150	15
Хлеб пшеничный	20		Хлеб столичный	40		Компот из шиповника	150	29	Хлеб пшеничный	20		Хлеб пшеничный	20	
						Хлеб столичный	40		Хлеб столичный	20		Хлеб столичный	20	
Полдник			Полдник			Полдник			Полдник			Полдник		
Кисломолочный продукт (йогурт)	150		Кисломолочный продукт (кефир)	150		Кисломолочный продукт	150		Кисломолочный продукт (снежок)	150		Кисломолочный продукт (йогурт)	150	
Печенье песочное с джемом	50	13	Банан	70	0	(ряженка)			Яблоки	50	0	Хачапури	55	11
			-Хлеб пшеничный	30/5	2*	пирожок с печенью	50		Печенье "Кексикки"	25				
Ужин			Ужин			Ужин			Ужин			Ужин		
Салат из тушеной капусты	30	44	Салат из кукурузы	30		Салат из консервированных	30		Икра кабачковая	40	50	Икра из свежих овощей	30	47
-Рыба припущенная	60	13*	Пудинг творожный	110		огурцов и томатов в с/с			Омлет с сыром с маслом	120/5	0	Каша гречневая рассыпчатая	110	1
Каша пшеничная рассыпчатая	110	199	Соус сметанный	40	3	Картофель в сметане	110		Чай с лимоном	170	19	Сердце в соусе	60	44
Хлеб столичный	30		Чай полусладкий	150	6	котлеты из мяса птицы	50		Хлеб прибрежный	30		Чай полусладкий	150	6
Яблоки	50	0	Груша	70	0	Чай не сладкий	160	36				Хлеб столичный	30	
Чай полусладкий	150	6	Хлеб пшеничный	30		Конфеты шоколадные	20					Яблоки	50	0
						Хлеб пшеничный	30							

Заверено  О. Н. Гевнищева

Примерное двадцатидневное меню для категории: Дети до 3 лет весна 2025

17.03.25 - 31.03.25

2 неделя

Понедельник	Вых.	Карта	Вторник	Вых.	Карта	Среда	Вых.	Карта	Четверг	Вых.	Карта	Пятница	Вых.	Карта
Завтрак			Завтрак			Завтрак			Завтрак			Завтрак		
Виноград	70	0	Яйцо отварное		327	Каша молочная из разных круп	130	18	Каша гречневая на молоке	130	4	Мандарин	50	0
Каша пшеничная молочная	130	12	Каша молочная с тыквой	140		Какао с молоком	150	7	Кофейный напиток с молоком	150	10	Яйцо отварное	1	327
Какао с молоком	150	7	Кофейный напиток с молоком	180	10	Батон с маслом сливочным	30/5	71	Батончик к чаю	30		Каша кукурузная молочная	130	8
Печенье цветочки	25		Батон с маслом сливочным	30/5	71							Какао с молоком	150	7
			Сыр									Батон с маслом сливочным	30/5	71
10 часов			10 часов			10 часов			10 часов			10 часов		
Сок 0.2л	100		Сок 0.2л	100		Сок 0.2л	100		Сок 0.2л	100		Сок 0.2л	100	
Обед			Обед			Обед			Обед			Обед		
Салат из свежих помидоров и огурцов	30	18	Салат из томатов в с/с	30		Салат из огурцов и помидоров	30		Салат луковый	25	3	помидор свежий порционный	30	
Суп картофельный с мясными фрикадельками (мясо филе)	150	40	Суп с мучными клецками	150	18	Щи со свежей капустой	150	31	Суп картофельный с вермишелью	150	7	Борщ	150	36
Макаронные изделия с маслом	110		Куриное рагу с картофелем	150	2	Картофельное пюре	110	216	Мясо с рисом и овощами	150	17	Каша перловая рассыпчатая	110	
Биточки КШП	50		Компот из черной смородины	150	22	-Печень по-строгановски	50/25	45*	Компот из шиповника	150	29	Гуляш мясной	60	16
Кисель из сухих фруктов	150	12	Хлеб пшеничный	20		Компот из кураги	150	23	Хлеб пшеничный	20		Компот из яблок с лимоном	150	17
Хлеб пшеничный	20		Хлеб столичный	20		Хлеб пшеничный	20		Хлеб столичный	20		Хлеб пшеничный	20	
Хлеб столичный	20					Хлеб столичный	20					Хлеб столичный	20	
Полдник			Полдник			Полдник			Полдник			Полдник		
Кисломолочный продукт (кефир)	150		Молоко кипяченое	150	255	Кисломолочный продукт	150		Кисломолочный продукт (снежок)	150		Ватрушка с творогом	60	7
пирожок с рисом и яйцом	50		Яблоки	70	0	(ряженка)			Печенье песочное	50	13	Кисель молочный	150	9
						-Булочка "Нежная"	50	18*						
Ужин			Ужин			Ужин			Ужин			Ужин		
Салат из консервированных огурцов и зеленого горошка	40	32	Салат из свеклы с изюмом	40	29	Икра кабачковая	30	50	Салат из моркови с яблоками и курагой	40	23	Картофель отварной с луком	120	20
Рыба, запеченная в сметане с картофелем	180	3	Сырники	120		Макаронные изделия с маслом	110		Запеканка творожная с рисом	120		Рыба, тушенная в сметане	60	
Чай с лимоном	180	19	Соус сметанный	40	3	Рыба, тушенная в сметане	60		Подлив киселевый	40		Хлеб столичный	30	
Хлеб столичный	30		Хлеб пшеничный	30		Чай не сладкий	150	36	Хлеб столичный	30		Чай с шиповником	160	26
			Чай полусладкий	180	6	Шоколад	20		Чай полусладкий	170	6	Салат из соленых огурцов	40	5
						Хлеб пшеничный	30		Мандарин	50	0			
						Хурма	50	0						

Заведующий  О.Н. Ревникова

МБДОУ № 27 «Микки-Маус»

Полное наименование образовательного учреждения: МБДОУ № 27 «Микки-Маус»

ОГРН 1028600002216