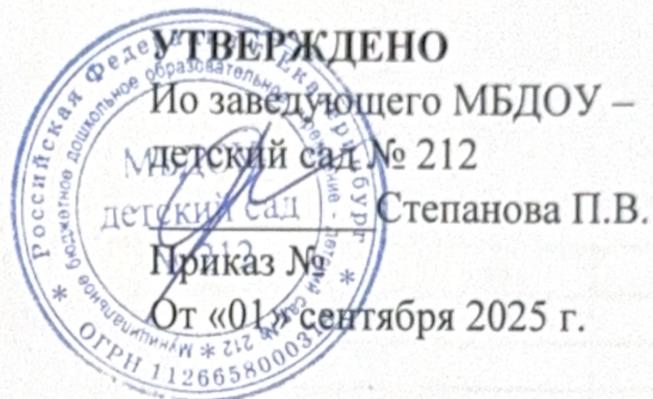


Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
ДЕТСКИЙ САД № 212
(МБДОУ – детский сад № 212)

620034 г. Екатеринбург, ул. Черепанова, 30а
Тел.: +7 (343) 227-19-12
e-mail: detki212@mail.ru
ИНН/КПП 6658401605/665801001



10 -дневное меню
для детей 1-3 года
МБДОУ – детский сад № 212

Меню-раскладка
ПЕРВЫЙ ДЕНЬ

Ясли, 5 д 10,5 ч



Утверждаю
СТЕПАНОВА П.В.

01.09.2025

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным* (т.к 4.11/4)	156	4	5	20	150
Батон с маслом, сыром (т.к189)	103	3	5	13	33
Чай с лимоном. (т.к7.022-4)	57	0	0	13	180
Итого:	316	7	10	46	363
Завтрак второй					
Сок 0,2 л - 100г /фрукты (т.к7.033/2)	58	1	0	13	100
Итого:	58	1	0	13	100
Обед					
Щи из свежей капусты со сметаной (т.к7.6/2/2)	54	1	2	7	150
Шницель из говядины (т.к 7.234)	162	11	10	4	60
Каша гречневая рассыпчатая. (т.к7.н076)	140	4	3	25	100
Компот из чернослива и изюма(т.7.5/10/1)	73	0	0	18	150
Хлеб ржаной (т.к7.003-9)	63	2	0	15	35
Итого:	493	19	16	68	495
Полдник					
Кисломолочный напиток (т.к7270-4)	120	4	5	16	150
Запеканка из творога (т.к7.9/5/4)	201	10	12	9	70
Сгущенное молоко (т.к7.004/1)	59	1	2	10	18
Пряник (т.к7.209-2)	70	1	1	16	20
Хлеб пшеничный (т.к7.144)	35	1	0	8	15
Итого:	484	17	19	58	273
Всего:	1200	34	40	175	1231

Заведующий
(должность)

(подпись)

СТЕПАНОВА П.В.
(расшифровка подписи)

Ясли, 5 д 10,5 ч

Меню-раскладка
ВТОРОЙ ДЕНЬ



Утверждаю
СТЕПАНОВА П.В.
01.09.2025

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша манная молочная со сливочным маслом (т.к7.н066-5)	127	4	5	16	150
Батон с маслом, сыром (т.к7.189)	103	3	5	13	33
Кофейный напиток на молоке (т.к7.084-2)	101	3	3	15	180
Итого:	332	9	12	45	363
Завтрак второй					
Фрукты (т.к7.н008)	48	0	0	12	120
Итого:	48	0	0	12	120
Обед					
Рассольник со сметаной (тк7.9/2/2)	72	1	3	9	180
Суфле рыбное. (т.к7.61р/1)	105	11	5	2	60
Картофельное пюре (т.к7.64с/3)	104	2	3	16	110
Напиток из шиповника (т.к7.15/10/1)	255	3	0	63	150
Хлеб ржаной 33 гр (т.к7.003-9)	63	2	0	15	35
Хлеб пшеничный 15 гр (т.к7.44)	35	1	0	8	15
Итого:	634	22	11	112	550
Полдник					
Кефир 150г (т.к7.075/1)	54	3	3	4	150
Ватрушка с повидлом (т.к7.150)	213	4	4	37	60
Итого:	267	7	7	41	210
Всего:	1180	38	39	175	1213

Заведующий
(должность)


(подпись)

СТЕПАНОВА П.В.
(расшифровка подписи)

№ 24/2024

Акт о результатах
испытания



Удостоверен
СТЕПАНОВА П.В.

01.09.2024

Виды	Экспериментальная количество, шт	Влага, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Хлеб					
Хлеб пшеничный высшего сорта с добавлением рафинада (Т.К. 1801.1)	147	3	8	18	180
Хлеб пшеничный высшего сорта (Т.К. 1801)	103	3	8	13	113
Хлеб с изюмом (Т.К. 208.1)	81	3	3	13	180
Итого:	341	9	19	44	383
Хлеб из муки					
Хлеб пшеничный высшего сорта (Т.К. 1801.1)	28	0	0	6	80
Итого:	28	0	0	6	80
Сладости					
Сладости шоколадные (Т.К. 239.0)	43	1	3	3	36
Сладости из маршмэллоу (Т.К. 232.0)	81	2	4	11	180
Сладости из маршмэллоу высшего сорта (Т.К. 232.0)	232	16	18	3	50
Кондитерские изделия высшего сорта (Т.К. 181.4)	184	3	8	24	120
Сладости из маршмэллоу (Т.К. 232.0)	40	0	0	9	150
Сладости шоколадные (Т.К. 239.0)	83	2	0	15	36
Сладости шоколадные (Т.К. 244)	35	1	0	8	15
Итого:	669	24	28	72	585
Печенье					
Печенье высшего сорта (Т.К. 181.2)	87	2	4	13	130
Печенье высшего сорта (Т.К. 181.2)	83	3	3	12	150
Печенье (Т.К. 206.0)	55	1	1	9	12
Итого:	245	6	7	34	292
Итого:	1200	35	41	178	1200

Зачисляющий
(подпись)

(подпись)

СТЕПАНОВА П.В.
(расшифровка подписи)

Ясли.5д10.5ч

Меню-раскладка
ЧЕТВЕРТЫЙ ДЕНЬ



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Омлет натуральный (т.к7.038/1)	92	5	6	2	100
Батон с маслом 25/6 (7.035/2)	104	2	6	13	31
Кофейный напиток на молоке (т.к7.084-2)	78	3	3	10	180
Итого:	274	9	15	24	311
Завтрак второй					
Сок 0,2 л /Фрукты (т.к7.033/12)	46	1	0	10	100
Итого:	46	1	0	10	100
Обед					
Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом (т.к4.23/1)	50	1	3	4	45
Суп-лапша на курином бульоне (7.20/2/2)	80	2	3	11	150
Плов из отварной курицы (т.к7.162с/5)	408	16	20	28	160
Кисель из кураги (т.к7.9/10/1)	117	1	0	28	150
Хлеб ржаной (т.к7.003-9)	63	2	0	15	35
Хлеб пшеничный (т.к7.144)	35	1	0	8	15
Итого:	753	23	27	94	555
Полдник					
Кефир (т.к7.8/12)	54	3	3	4	155
Сдоба обыкновенная (т.к7.082)	215	6	4	34	60
Итого:	268	9	7	38	215
Всего:	1200	36	41	170	1161

Заведующий
(должность)


(подпись)

СТЕПАНОВА П.В.
(расшифровка подписи)

Утверждаю
СТЕПАНОВА П.В.

01.09.2025

Ясли, 5 д 10,5 ч

Меню-раскладка
ПЯТЫЙ ДЕНЬ



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Яйцо отварное (т.к4.1/6)	35	3	2	0	20
Каша гречневая молочная с маслом(7.08)	119	4	4	16	150
Батон с маслом (т.к7.035/2)	104	2	6	13	31
Какао с молоком. (т.к7.285/1)	91	3	3	13	150
Итого:	348	11	15	43	351
Завтрак второй					
Фрукты/ Сок (т.к4.20/10)	69	1	0	17	105
Итого:	69	1	0	17	105
Обед					
Салат из моркови с растительным маслом / (т.к4.10/1)	33	0	2	4	30
Суп рыбный. (т.к7.н161)	91	7	2	9	150
Тефтели из говядины с рисом (т.к7.н-104)	146	9	9	4	60
Капуста тушеная (т.к7.н76с/3)	83	2	3	12	120
Напиток из клюквы. (т.к7.15/15/1)	62	0	0	15	180
Хлеб ржаной (т.к7.003-9)	63	2	0	15	30
Хлеб пшеничный	35	1	0	8	15
Итого:	513	22	17	66	590
Полдник					
Снежок (т.к7.082)	150	5	6	20	150
Пудинг из творога (т.к4.17/5)	280	10	16	17	80
Сгущеное молоко (т.к7.004/1)	62	1	2	11	18
Итого:	491	16	24	47	248
Всего:	1210	36	45	173	1194

Заведующий
(должность)

(подпись)

СТЕПАНОВА П.В.
(расшифровка подписи)

Меню-раскладка
ШЕСТОЙ ДЕНЬ

Ясли, 5 д 10,5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша пшеничная молочная со сливочным маслом (т.к7.331)	150	5	5	17	150
Батон с маслом, сыром (т.к7.189)	103	3	5	13	33
Чай с молоком (т.к7.12/10/1)	87	2	3	12	180
Итого:	340	10	13	43	363
Завтрак второй					
Сок 0,2 /Фрукты (т.к7.033/2)	46	1	0	10	100
Итого:	46	1	0	10	100
Обед					
Салат из капусты со сладкой кукурузой	41	1	2	5	40
Суп из овощей со сметаной (7.425/1)	93	2	5	9	180
Кнели мясные паровые (7.27/8/2)	174	10	11	4	60
Картофельное пюре (т.к7.64-1/1)	125	3	3	19	110
Компот из кураги и изюма (т.к7.4/10/1)	58	0	0	14	150
Хлеб ржаной (т.к7.003-9)	63	2	0	15	35
Итого:	555	17	22	66	575
Полдник					
Снежок (т.к7.268)	80	2	3	10	150
Сгущенное молоко (т.к7.004/1)	61	1	2	11	18
Запеканка творожная (т.к7.н039-5)	260	12	16	9	100
Хлеб пшеничный (т.7.144)	35	1	0	8	15
Итого:	436	17	21	38	283
Всего:	1176	35	40	177	1321

Заведующий
(должность)

(подпись)

СТЕПАНОВА П.В.
(расшифровка подписи)



Утверждаю
СТЕПАНОВА П.В.

01.09.2025

Меню-раскладка
СЕДЬМОЙ ДЕНЬ

Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным (т.к4.8/4)	152	4	6	19	150
Батон с маслом (т.к7.035/3)	115	2	6	16	36
Кофейный напиток на молоке (т.к7.084-2)	102	3	3	15	180
Итого:	369	9	14	51	356
Завтрак второй					
Фрукты/Со к (т.к8.183-8)	65	1	0	16	105
Итого:	65	1	0	16	105
Обед					
Салат из отварной свеклы и моркови с растительным маслом (т.к4.21/1)	63	1	4	5	40
Суп крестьянский с крупой со сметаной (т.к7.31/2/2)	91	2	4	11	180
Рыба отварная под маринадом(т.к7.2/7/2)	180	10	10	9	80
Каша рисовая рассыпчатая (7.45/3/2)	156	3	4	26	130
Напиток из шиповника (7.15/10/1)	64	0	0	16	150
Хлеб ржаной (т.к7.003-9)	63	2	0	15	35
Хлеб пшеничный (т.к7.144)	35	1	0	8	15
Итого:	652	19	23	88	640
Полдник					
Йогурт питьевой (т.к7.075/1)	94	6	4	9	155
Булочка с сыром (т.к7.124р)	66	2	2	8	80
Итого:	130	8	6	17	235
Всего:	1216	36	43	180	1250

Заведующий
(должность)

(подпись)

СТЕПАНОВА П.В.
(расшифровка подписи)

Утверждаю
СТЕПАНОВА П.В.

01.09.2025

Меню-раскладка
ВОСЬМОЙ ДЕНЬ

Ясли, 5 д 10,5 ч



Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша вязкая из гречи и пшена молочная с маслом (т.к7.186/2)	191	5	7	25	180
Батон с маслом (т.к7.035/3)	115	2	6	16	36
Какао с молоком (т.к7.14/10/1)	108	3	3	14	180
Итого:	414	11	16	55	396
Завтрак второй					
Пюре фруктовое./Сок 80/100 (т.к7.3-1)	34	0	0	8	80
Итого:	34	0	0	8	80
Обед					
Борщ с фасолью и сметаной(т.к7.7.3/2/2)	112	2	6	11	180
Жаркое по – домашнему (т.к7.н070/1)	267	17	17	23	180
Компот из яблок и кураги (т.к7.1/10/1)	63	0	0	15	180
Хлеб ржаной (т.к7.003-9)	63	2	0	15	35
Итого:	505	21	23	64	575
Полдник					
Макаронные изделия в молоке с маслом (т.к7.н132/4)	71	2	3	8	110
Чай (т.к7.10/10)	34	0	0	8	180
Печенье (т.к7.208/3)	76	2	1	13	12
Хлеб пшеничный (т.к7.144).	35	1	0	8	15
Итого:	216	5	4	36	317
Всего:	1189	38	43	173	1368

Заведующий
(должность)

(подпись)

СТЕПАНОВА П.В.
(расшифровка подписи)

Утверждаю
СТЕПАНОВА П.В.

01.09.2025

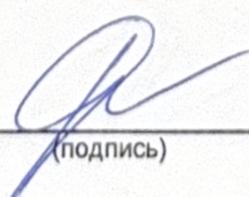


Меню-раскладка
ДЕВЯТЫЙ ДЕНЬ

Ясли, 5 д 10,5 ч

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша рисовая молочная со сливочным маслом (т.к № 7.162)	122	2	4	17	150
Батон с маслом, сыром (т.к 7.189)	103	3	5	13	33
Какао с молоком (т.к7.14/10/1)	138	3	3	22	180
Итого:	362	9	12	51	363
Завтрак второй					
Пюре фруктовое. /Сок (т.к 7.3-1)	29	0	0	7	80
Итого:	29	0	0	7	80
Обед					
Суп геркулесовый на курином бульоне со сметаной (т.к№ 7.55С/1)	96	2	4	13	200
Бигус с мясом курицы (т.к7.350/2)	296	17	19	8	150
Кисель из кураги (т.к7.9/10/1)	117	1	0	28	150
Хлеб ржаной (т.к7.003-9)	63	2	0	15	35
Итого:	573	23	23	64	535
Полдник					
Кисломолочный напиток (т.к7.075/1)	54	3	3	4	155
Ватрушка с творогом (т.к 7.103/1)	245	9	9	28	60
Хлеб пшеничный (т.к7.144)	35	1	0	8	15
Итого:	334	12	12	39	230
Всего:	1198	35	40	172	1179

Заведующий
(должность)


(подпись)

СТЕПАНОВА П.В.
(расшифровка подписи)

Ясли, 5 д 10,5 ч

Меню-раскладка
ДЕСЯТЫЙ ДЕНЬ

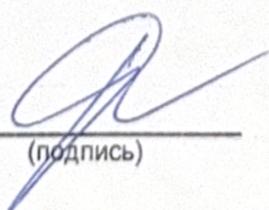


Утверждаю
СТЕПАНОВА П.В.

01.09.2025

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак					
Каша вязкая ячневая молочная со сливочным маслом (т.к7.н043-1)	174	5	5	24	150
Батон с маслом (т.к7.035/2)	104	2	6	13	31
Кофейный напиток на молоке (т.к7.011)	100	3	3	11	180
Итого:	377	10	14	48	351
Завтрак второй					
Сок 0,2 л - 100г /фрукты (т.к7.033/2)	46	1	0	10	100
Итого:	46	1	0	10	100
Обед					
Салат растительный с фруктами (7.425)	28	0	2	3	40
Суп гороховый (т.к7.086)	86	3	3	12	150
Печень говяжья по-строгановски (7.249/1)	122	15	5	1	70
Макаронные изделия отварные (7.151-4)	164	3	5	24	120
Компот из яблок и чернослива тк7.3/10/1	44	0	0	11	180
Хлеб ржаной (т.к7.003-9)	63	2	0	15	35
Итого:	508	24	15	64	595
Полдник					
Омлет натуральный (т.к7.н038)	106	6	7	2	60
Чай (т.к4.10/10)	28	0	0	7	150
Пряник (т.к7.202-2)	70	1	1	16	20
Хлеб пшеничный (т.к7.144)	39	1	0	8	15
Итого:	243	8	8	32	245
Всего:	1174	36	38	174	1200

Заведующий
(должность)


(подпись)

СТЕПАНОВА П.В.
(расшифровка подписи)