ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 0096D5F452A385A68C2A0C93DF8314B62A
Владелец: Михайлова Татьяна Радиковна
Действителен: с 12.03.2026 до 05.06.2027

Утверждаю:
Заведующий МДОУ
«Арборский детский сад»
_____ Михайлова Т. Р.

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД В МДОУ «АРБОРСКИЙ ДЕТСКИЙ САД»
ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 1,5 ДО 3 ЛЕТ

Приём пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Б	Ж	У	ЭЦ	№ рец.
Неделя 2. День 6	**16.11.2026г.**						
Завтрак	Макароны отварные с сыром	150	9,29	10,01	22,71	143,4	206
	Кофейный напиток с молоком	180	2,34	2,00	10,63	70	395
	Хлеб пшеничный	30	2,15	0,75	14,65	75,05	ТТН
	Итого завтрак:	**360**	**13,78**	**12,76**	**47,99**	**288,45**	
II завтрак	Сок персиковый	150	0,75	0	15,15	106	ТТН
		150	**0,75**	**0**	**15,15**	**106**	
Обед:	Суп «Крестьянский»	150	1,38	4,64	9,25	94,35	66
	Картофель отварной	110	1,9	2,88	15,34	134,90	322
	Тефтели мясные	50	4,7	5,27	6,00	100,24	302
	Компот из изюма	150	0,33	0,015	20,82	100,5	376
	Хлеб ржаной	30	1,8	0,36	13,29	56,7	ТТН
	Итого за обед:	**490**	**10,11**	**13,16**	**64,7**	**486,84**	
Полдник	Пирожки с вареной сгущенкой	50	3,27	3,13	26,67	145,43	454
	Чай с молоком	150	2,65	2,33	11,31	77,21	394
	Итого за полдник:	**200**	**5,92**	**5,46**	**37,98**	**222,64**	
	Итого за день:	**1200**	**37,5**	**29,57**	**168,52**	**1103,8**	

Приём пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Б	Ж	У	ЭЦ	№ рец.
Неделя 2. День 7	**17.11.2026г.**						
Завтрак	Каша вязкая пшеничная	150	4,45	6,38	24,23	137	172
	Какао с молоком	180	3,15	2,72	12,96	89	397
	Хлеб пшеничный	30	2,15	0,75	14,65	75,05	ТТН
	Итого за завтрак:	**360**	**9,83**	**17,1**	**51,97**	**301,05**	
II завтрак	Сок фруктовый	150	0,75	0	15,15	99	ТТН
		150	**0,75**	**0**	**15,15**	**99**	
Обед:	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	5,00	4,21	13,06	72,0	82
	Рис отварной	110	3,65	5,37	36,69	188,9	277
	Куры отварные	50	11,3	8,5	0	103,12	30
	Компот из свежих яблок	150	0,12	0,12	17,91	73,20	390
	Хлеб ржаной	30	1,8	0,36	13,29	56,7	ТТН
	Итого за обед:	**490**	**21,87**	**18,56**	**80,95**	**493,92**	
Полдник	Запеканка из творога	130	8,03	8,64	13,72	167,6	237
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	47,7	392
	Итого за полдник:	**280**	**8,07**	**8,65**	**20,71**	**215,30**	
	Итого за день:	**1280**	**40,52**	**44,31**	**168,78**	**1109,27**	

Приём пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Б	Ж	У	ЭЦ	№ рец.
Неделя 2. День 8	**18.11.2026г.**						
Завтрак	Каша молочная жидкая пшенная	150	3,45	3,38	21,23	129,16	185
	Чай с молоком	180	2,65	2,33	11,31	77	394
	Хлеб пшеничный	30	2,15	0,75	14,65	75,05	ТТН
	Итого за завтрак:	**360**	**8,25**	**6,46**	**47,19**	**281,21**	
II завтрак	Йогурт виндивид упаковке	100	2,8	2,5	4,5	66,5	ТТН
		100	**2,8**	**2,5**	**4,5**	**66,5**	
Обед:	Суп картофельный с клёцками	150	1,65	2,48	6,2	135,09	85
	Голубцы ленивые	120	15,03	9,65	21,31	207,33	298
	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,02	20,83	84,75	376
	Хлеб ржаной	30	1,8	0,36	13,29	56,7	ТТН
	Итого за обед:	**450**	**18,81**	**12,51**	**61,63**	**483,87**	
Полдник	Ватрушка с картофелем	50	5,27	3,13	16,67	148,43	458
	Чай с лимоном	150	0,3	0	15,2	60,0	377
	Итого за полдник:	**200**	**5,57**	**3,13**	**31,87**	**208,43**	
	Итого за день:	**1110**	**37,46**	**27,81**	**167,74**	**1040,01**	

Приём пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Б	Ж	У	ЭЦ	№ рец.
Неделя 2. День 9	**19.11.2026г.**						
Завтрак	Каша молочная жидкая гречневая	150	2,79	2,95	19,9	104,87	185
	Кофейный напиток с молоком	180	2,34	2,00	10,63	70	395
	Сыр порциями	10	3,48	4,43		44	7
	Хлеб пшеничный	30	2,15	0,75	14,65	75,05	ТТН
	Итого за завтрак:	**370**	**10,76**	**10,13**	**45,18**	**293,92**	
II завтрак	Сок яблочный	150	0,3	0,1	3	100,5	ТТН
		150	**0,3**	**0,1**	**3**	**100,5**	
Обед:	Рассольник ленинградский	150	1,68	4,09	13,27	96,60	75
	Макаронные изделия отварные с маслом	110	3,07	0,44	16,61	82,72	205
	Котлеты рубленые	50	10,88	8,08	10,99	160,12	282
	Компот из апельсинов	150	0,33	0,075	25,49	97,95	374
	Хлеб ржаной	30	1,8	0,36	13,29	56,7	ТТН
	Итого за обед:	**490**	**17,76**	**13,04**	**79,65**	**494,09**	
Полдник	Манные котлеты с повидлом	130	6,04	4,56	32,32	163,3	213
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	47,7	392
	Итого за полдник:	**280**	**6,08**	**4,57**	**39,31**	**211,0**	
	Итого за день:	**1290**	**34,9**	**27,84**	**167,14**	**1099,4**	

Приём пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Б	Ж	У	ЭЦ	№ рец.
Неделя 2. День 10	**20.11.2026г.**						
Завтрак	Каша молочная жидкая овсяная	150	2,39	4,20	11,98	75,61	185
	Какао с молоком	180	3,15	2,72	12,96	89	397
	Масло порциями	10	0,04	3,62	0,06	44	6
	Хлеб пшеничный	30	2,15	0,75	14,65	75,05	ТТН
	Итого за завтрак:	**370**	**7,73**	**11,29**	**39,65**	**283,66**	
II завтрак	Йогурт виндивид упаковке	100	2,8	2,5	4,5	66,5	ТТН
		100	**2,8**	**2,5**	**4,5**	**66,5**	
Обед	Суп - лапша домашняя	150	1,77	4,05	9,74	101,80	86
	Картофель тушеный	110	2,14	5,93	15,53	147	144
	Рыба отварная	50	12,28	0,47	0,54	112,1	242
	Компот из свежих яблок	150	0,12	0,12	17,91	73,20	390
	Хлеб ржаной	30	1,8	0,36	13,29	56,7	ТТН
	Итого за обед:	**490**	**18,11**	**10,93**	**53,74**	**490,80**	
Полдник	Булочка «Школьная»	50	8,52	6,26	50,42	150	472
	Чай с лимоном	150	0,3	0,02	15,2	60,0	377
	Итого за полдник:	**200**	**8,82**	**6,28**	**65,62**	**210**	
	Итого задень:	**1160**	**35,41**	**28,5**	**174,16**	**1053,46**	