



Утверждаю:

Заведующий МАДОУ «ЦРР-детский сад №5 «Академия детства»

Т.В. Красникова

02 2024г.

**ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ**

**1 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
Бутерброд с маслом	35	2,8	4,8	21,7	118,3	6
Каша "Дружба"	200	4,6	5,6	29,7	161,7	20
Напиток из шиповника	200	0,3	0,1	11,5	72,0	38
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>435</b>	<b>7,7</b>	<b>10,5</b>	<b>62,9</b>	<b>352,0</b>	
<b>II Завтрак</b>						
Кефир	100	2,9	2,5	4,0	53,0	26
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>2,9</b>	<b>2,5</b>	<b>4,0</b>	<b>53,0</b>	
<b>Обед</b>						
Винегрет овощной	50	0,9	3,1	11,4	75,2	10
Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,5	3,3	33,5	112,2	62
Котлеты по-домашнему	70	9,6	20,3	9,0	261,8	33
Капуста тушеная	130	3,0	1,8	12,8	89,5	18
Компот из яблок с лимоном	200	0,2	0,2	12,6	56,8	31
Хлеб "Городской"	35	3,1	0,2	22,0	98,0	73
Хлеб пшенично-ржаной	25	1,7	0,2	13,5	64,0	74
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>710</b>	<b>23,0</b>	<b>29,1</b>	<b>114,8</b>	<b>757,5</b>	
<b>Полдник</b>						
Оладьи из печени по-кунцевски	70	12,5	10,0	14,2	218,2	41
Горошек зеленый консервированный отварной в молочном соусе	30/40	2,0	2,4	11,5	111,0	11
Сдоба обыкновенная	50	3,0	4,1	31,6	196,6	83
Чай с молоком	200	1,5	1,2	10,5	60,5	76
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	11,5	51,2	74
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>410</b>	<b>20,4</b>	<b>17,9</b>	<b>79,3</b>	<b>637,5</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>54,0</b>	<b>60,0</b>	<b>261,0</b>	<b>1 800,0</b>	



Утверждаю:

Заведующий МАДОУ «ЦРР-детский сад №5 «Академия детства»

Т.В. Красникова

«02» 02 2024г.

**ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ**

**2 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы г		
<b>Завтрак</b>						
Бутерброд с повидлом	40	2,4	3,1	24,5	128,6	7
Каша манная молочная жидкая	200	6,4	7,1	24,8	178,5	24
Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,8	12,7	88,4	35
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>440</b>	<b>12,0</b>	<b>13,0</b>	<b>62,0</b>	<b>395,5</b>	
<b>II Завтрак</b>						
Ряженка	100	2,9	2,5	4,2	54,0	51
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>2,9</b>	<b>2,5</b>	<b>4,2</b>	<b>54,0</b>	
<b>Обед</b>						
Овощи отварные (Свекла)	50	0,8	1,0	9,6	49,5	39
Щи из свежей капусты с картофелем	200	2,0	3,7	32,5	246,5	78
Рагу из птицы	170	14,3	19,2	47,7	298,5	48
Компот из смеси сухофруктов	200	0,0	0,0	11,2	73,6	30
Хлеб "Городской"	35	3,1	0,2	22,0	98,0	73
Хлеб пшенично-ржаной	25	1,7	0,2	13,5	64,0	74
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>680</b>	<b>21,9</b>	<b>24,3</b>	<b>136,5</b>	<b>830,1</b>	
<b>Полдник</b>						
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	11,8	12,8	9,3	219,1	65
Пряник	30	3,2	6,5	19,5	129,4	32
Чай с лимоном	200	0,1	0,0	7,2	37,5	75
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	11,5	51,2	74
Плоды свежие	180	0,7	0,7	10,8	83,2	46
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>630</b>	<b>17,2</b>	<b>20,2</b>	<b>58,3</b>	<b>520,4</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>54,0</b>	<b>60,0</b>	<b>261,0</b>	<b>1 800,0</b>	



Утверждаю:

Заведующий МАДОУ «ЦРР-детский сад №5 Академия детства»

Т.В. Красникова

02 2024г.

**ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ**

<b>3 день</b>							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
Гренки с сыром	40	3,1	6,7	16,0	135,9	12	
Суп молочный с крупой (гречневая)	200	5,7	5,6	23,3	189,8	67	
Какао с молоком	200	3,2	2,6	12,2	95,0	17	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>440</b>	<b>12,0</b>	<b>14,9</b>	<b>51,5</b>	<b>420,7</b>		
<b>II Завтрак</b>							
Варенец	100	2,9	2,5	4,2	54,0	8	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>2,9</b>	<b>2,5</b>	<b>4,2</b>	<b>54,0</b>		
<b>Обед</b>							
Икра морковная	50	0,9	1,5	4,7	36,8	85	
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,0	3,2	59,9	175,5	65	
Запеканка рыбно-рисовая	70	8,4	7,4	15,2	197,7	15	
Картофельное пюре	130	2,9	5,0	22,5	168,4	19	
Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,5	0,0	11,7	52,5	29	
Хлеб "Городской"	35	3,1	0,2	22,0	98,0	73	
Хлеб пшенично-ржаной	25	1,7	0,2	13,5	64,0	74	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>710</b>	<b>19,5</b>	<b>17,5</b>	<b>149,5</b>	<b>792,9</b>		
<b>Полдник</b>							
Запеканка из творога	130	16,5	17,2	20,3	289,1	14	
Молоко сгущенное	10	0,5	0,8	5,4	32,0	37	
Блинчики с маслом	60	2,5	7,1	20,8	165,8	2	
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,3	45,5	77	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>19,6</b>	<b>25,1</b>	<b>55,8</b>	<b>532,4</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>54,0</b>	<b>60,0</b>	<b>261,0</b>	<b>1 800,0</b>		



Утверждаю:  
 Заведующий МАДОУ «ЦРР-детский сад №5 «Академия детства»  
 Т.В. Красникова  
 «26» 02 2024г.

**ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ**

**4 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы г		
<b>Завтрак</b>						
Бутерброд с маслом	35	2,8	4,8	21,7	118,3	6
Каша пшенная молочная жидкая	200	6,2	6,8	28,4	236,8	25
Напиток из шиповника	200	0,3	0,1	11,5	72,0	38
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>435</b>	<b>9,3</b>	<b>11,7</b>	<b>61,6</b>	<b>427,1</b>	
<b>II Завтрак</b>						
Кефир	100	2,9	2,5	4,0	53,0	26
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>2,9</b>	<b>2,5</b>	<b>4,0</b>	<b>53,0</b>	
<b>Обед</b>						
Салат овощной с зеленым горошком	50	1,4	2,3	7,5	69,5	54
Свекольник	200	2,7	5,1	21,1	198,5	55
Плов из отварной птицы	170	16,1	20,0	40,5	317,6	45
Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0,0	0,0	30,0	82,8	27
Хлеб "Городской"	35	3,1	0,2	22,0	98,0	73
Хлеб пшенично-ржаной	25	1,7	0,2	13,5	64,0	74
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>680</b>	<b>25,0</b>	<b>27,8</b>	<b>134,6</b>	<b>830,4</b>	
<b>Полдник</b>						
Омлет натуральный	120	8,9	10,8	3,6	157,9	42
Творожники песочные	50	5,2	6,8	22,5	178,9	71
Сок яблочный	200	1,0	0,2	21,2	88,7	57
Хлеб пшенично-ржаной	25	1,7	0,2	13,5	64,0	74
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>395</b>	<b>16,8</b>	<b>18,0</b>	<b>60,8</b>	<b>489,5</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>54,0</b>	<b>60,0</b>	<b>261,0</b>	<b>1 800,0</b>	



Утверждаю:

Заведующий МАДОУ «ЦРР-детский сад №5 «Академия детства»

Т.В. Красникова

« 02 » 2024г.

**ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ**

**5 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
Бутерброд пикантный	40	4,3	5,0	14,0	84,5	5
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная жидкая	200	5,8	6,5	22,4	158,2	22
Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,8	12,7	88,4	35
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>440</b>	<b>13,3</b>	<b>14,3</b>	<b>49,1</b>	<b>331,1</b>	
<b>II Завтрак</b>						
Ряженка	100	2,9	2,5	4,2	54,0	51
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>2,9</b>	<b>2,5</b>	<b>4,2</b>	<b>54,0</b>	
<b>Обед</b>						
Икра кабачковая промышленного производства	50	1,0	4,5	6,1	59,5	16
Борщ с капустой и картофелем	200	2,0	3,7	19,0	149,5	3
Тефтели паровые	70	11,0	18,1	9,1	232,1	72
Пюре из гороха с маслом	130	11,2	3,3	28,2	194,9	84
Соус томатный	40	0,3	0,5	2,8	17,4	60
Компот из смеси сухофруктов	200	0,0	0,0	11,2	73,6	30
Хлеб "Городской"	35	3,1	0,2	22,0	98,0	73
Хлеб пшенично-ржаной	25	1,7	0,2	13,5	64,0	74
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>750</b>	<b>30,3</b>	<b>30,5</b>	<b>111,9</b>	<b>889,0</b>	
<b>Полдник</b>						
Кнели рыбные припущенные	70	7,8	6,5	9,8	92,3	89
Макаронные изделия отварные	100	1,8	2,8	27,6	128,5	36
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	11,5	51,2	74
Чай с лимоном	200	0,1	0,0	7,2	37,5	75
Печенье	25	1,5	2,5	28,9	133,2	43
Фрукты свежие	180	0,7	0,7	10,8	83,2	46
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>595</b>	<b>13,3</b>	<b>12,7</b>	<b>95,8</b>	<b>525,9</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>59,8</b>	<b>60,0</b>	<b>261,0</b>	<b>1 800,0</b>	



Утверждаю:  
 Заведующий МАДОУ «ЦРП-детский сад №5 «Академия детства»  
 Т.В. Красникова  
 03 2024г.

**ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ**

6 день						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
Бутерброд с повидлом	40	2,4	3,1	24,5	128,6	7
Каша рисовая молочная жидкая	200	4,7	3,2	25,8	167,0	82
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,3	45,5	77
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>440</b>	<b>7,2</b>	<b>6,3</b>	<b>59,6</b>	<b>341,1</b>	
<b>II Завтрак</b>						
Варенец	100	2,9	2,5	4,2	54,0	8
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>2,9</b>	<b>2,5</b>	<b>4,2</b>	<b>54,0</b>	
<b>Обед</b>						
Винегрет овощной	50	0,9	3,1	11,4	75,2	10
Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	200	6,0	2,1	38,7	133,8	63
Запеканка из печени с рисом	70	10,5	23,1	14,1	246,8	92
Картофельное пюре	130	2,9	5,0	17,7	188,8	19
Компот из яблок с лимоном	200	0,2	0,2	12,6	56,8	31
Хлеб "Городской"	35	3,1	0,2	22,0	98,0	73
Хлеб пшенично-ржаной	25	1,7	0,2	13,5	64,0	74
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>710</b>	<b>25,3</b>	<b>33,9</b>	<b>130,0</b>	<b>863,4</b>	
<b>Полдник</b>						
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	11,8	12,8	9,3	219,1	65
Булочка "Нежная"	50	2,7	3,5	29,9	198,5	4
Какао с молоком	200	3,2	2,6	12,2	95,0	17
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	11,5	51,2	74
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>470</b>	<b>19,1</b>	<b>19,1</b>	<b>62,9</b>	<b>563,8</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>54,5</b>	<b>61,8</b>	<b>256,7</b>	<b>1 822,3</b>	



Утверждаю:

Заведующий МАДОУ «ЦРР-детский сад №5 «Академия детства»

Т.В. Красникова

« 03 » 2024г.

**ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ**

**7 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
Бутерброд с маслом	35	2,8	4,8	21,7	118,3	2
Каша "Дружба"	200	4,6	5,6	29,7	161,7	20
Напиток из шиповника	200	0,3	0,1	11,5	72,0	38
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>435</b>	<b>7,7</b>	<b>10,5</b>	<b>62,9</b>	<b>352,0</b>	
<b>II Завтрак</b>						
Сок яблочный	100	0,5	0,1	9,9	43,0	57
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,9</b>	<b>43,0</b>	
<b>Обед</b>						
Салат из моркови с зеленым горошком	40	0,7	3,5	4,1	39,2	52
Рассольник Ленинградский	200	1,9	7,5	28,9	191,7	49
Суфле из кур	70	11,7	15,8	11,4	214,8	69
Каша ячневая рассыпчатая	120	2,4	3,2	22,0	166,5	88
Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0,0	0,0	30,0	82,8	27
Соус томатный	40	0,3	0,5	2,8	17,4	60
Хлеб "Городской"	35	3,1	0,2	22,0	98,0	73
Хлеб пшенично-ржаной	25	1,7	0,2	13,5	64,0	74
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>730</b>	<b>21,8</b>	<b>30,9</b>	<b>134,7</b>	<b>874,4</b>	
<b>Полдник</b>						
Рыба, запеченная в омлете	110	18,0	10,4	3,8	213,9	50
Соус молочный	40	1,1	2,4	3,1	49,5	58
Печенье	25	1,5	2,5	28,9	133,2	43
Чай с молоком	200	1,5	1,2	10,5	60,5	76
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	11,5	51,2	74
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>395</b>	<b>23,5</b>	<b>16,7</b>	<b>57,8</b>	<b>508,3</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>53,5</b>	<b>58,2</b>	<b>265,3</b>	<b>1 777,7</b>	



Утверждаю:  
 Заведующий МАДОУ «ЦРР-детский сад №5 «Академия детства»  
 Т.В. Красникова  
 «02» 2024г.

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ  
 ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
Гренки с сыром	40	3,1	6,7	16,0	137,9	12
Каша манная молочная жидкая	200	6,4	7,1	24,8	178,5	24
Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,8	12,7	88,4	35
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>440</b>	<b>12,7</b>	<b>16,6</b>	<b>53,5</b>	<b>404,8</b>	
<b>II Завтрак</b>						
Кефир	100	2,9	2,5	4,0	53,0	26
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>2,9</b>	<b>2,5</b>	<b>4,0</b>	<b>53,0</b>	
<b>Обед</b>						
Икра свекольная	50	0,9	1,5	4,5	29,1	86
Щи из свежей капусты с картофелем	200	2,0	3,7	32,5	246,5	78
Котлеты рыбные любительские	70	8,1	9,8	17,9	156,3	34
Макаронные изделия отварные	120	4,7	2,0	19,5	154,2	36
Соус томатный с овощами	40	0,5	3,5	10,0	34,6	59
Компот из смеси сухофруктов	200	0,0	0,0	11,2	73,6	30
Хлеб "Городской"	35	3,1	0,2	22,0	98,0	73
Хлеб пшенично-ржаной	25	1,7	0,2	13,5	64,0	74
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>740</b>	<b>21,0</b>	<b>20,9</b>	<b>131,1</b>	<b>856,3</b>	
<b>Полдник</b>						
Картофельная запеканка с мясом	130	10,2	13,0	31,2	218,3	87
Творожники песочные	50	5,7	6,8	22,5	178,9	71
Чай с лимоном	200	0,1	0,0	7,2	37,5	75
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	11,5	51,2	74
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>17,4</b>	<b>20,0</b>	<b>72,4</b>	<b>485,9</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>54,0</b>	<b>60,0</b>	<b>261,0</b>	<b>1 800,0</b>	





Утверждаю:  
 Заведующий МАДОУ «ЦРР-детский сад №5 «Академия детства»  
 Т.В. Красникова  
 «26» 02 2024г.

**ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ**

**9 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
Бутерброд с повидлом	40	2,4	3,1	24,5	128,6	7
Каша кукурузная молочная жидкая	200	3,8	7,6	25,1	185,9	23
Какао с молоком	200	3,2	2,6	12,2	95,0	17
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>440</b>	<b>9,4</b>	<b>13,3</b>	<b>61,8</b>	<b>409,5</b>	
<b>II Завтрак</b>						
Ряженка	100	2,9	2,5	4,2	54,0	51
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>2,9</b>	<b>2,5</b>	<b>4,2</b>	<b>54,0</b>	
<b>Обед</b>						
Салат из свеклы с курагой и изюмом	50	1,1	1,6	13,0	61,8	53
Суп картофельный с клецками	200	2,4	9,6	28,7	188,6	64
Котлеты по-домашнему	70	9,6	20,3	9,0	261,8	33
Капуста тушеная	130	3,0	1,8	12,8	89,5	18
Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,5	0,0	11,7	52,5	29
Хлеб "Городской"	35	3,1	0,2	22,0	98,0	73
Хлеб пшенично-ржаной	35	1,7	0,2	13,5	64,0	74
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>720</b>	<b>21,4</b>	<b>33,7</b>	<b>110,7</b>	<b>816,2</b>	
<b>Полдник</b>						
Сырники из творога запечённые	80	17,9	7,7	27,9	218,0	70
Молоко сгущённое	10	0,5	0,8	5,4	32,0	37
Вафли	40	1,1	1,3	30,9	141,6	9
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	9,3	45,5	77
Плоды свежие	180	0,7	0,7	10,8	83,2	46
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>510</b>	<b>20,3</b>	<b>10,5</b>	<b>84,3</b>	<b>520,3</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>54,0</b>	<b>60,0</b>	<b>261,0</b>	<b>1 800,0</b>	



Утверждаю:

Заведующий МАДОУ «ЦРР-детский сад №5 «Академия детства»

Т.В. Красникова

26 02 2024г.

**ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ**

**10 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>						
Бутерброд пикантный						
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная жидкая	40	4,3	5,0	14,0	84,5	5
Напиток из шиповника	200	5,8	6,5	22,4	158,2	22
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>0,3</b>	<b>0,1</b>	<b>11,5</b>	<b>72,0</b>	<b>38</b>
<b>II Завтрак</b>						
Варенец						
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>100</b>	<b>2,9</b>	<b>2,5</b>	<b>4,2</b>	<b>54,0</b>	<b>8</b>
<b>Обед</b>						
Икра кабачковая промышленного производства						
Борщ с капустой и картофелем	50	1,0	4,5	6,1	59,5	16
Гуляш мясной	200	2,0	3,7	19,0	189,2	3
Каша гречневая рассыпчатая	50/30	10,0	17,3	23,5	252,3	13
Кисель из концентрата плодового или ягодного	130	7,0	3,3	31,3	236,2	21
Хлеб "Городской"	200	0,0	0,0	30,0	82,8	27
Хлеб пшенично-ржаной	35	3,1	0,2	22,0	98,0	73
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>25</b>	<b>1,7</b>	<b>0,2</b>	<b>13,5</b>	<b>64,0</b>	<b>74</b>
<b>Полдник</b>						
Омлет натуральный						
Сок яблочный	120	8,9	10,8	3,6	157,9	42
Блинчики с джемом (повидлом)	200	1,0	0,2	21,2	88,7	57
Хлеб пшенично-ржаной	60/10	4,6	5,5	27,2	151,5	1
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>20</b>	<b>1,4</b>	<b>0,2</b>	<b>11,5</b>	<b>51,2</b>	<b>74</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>410</b>	<b>15,9</b>	<b>16,7</b>	<b>63,5</b>	<b>449,3</b>	
		<b>54,0</b>	<b>60,0</b>	<b>261,0</b>	<b>1 800,0</b>	