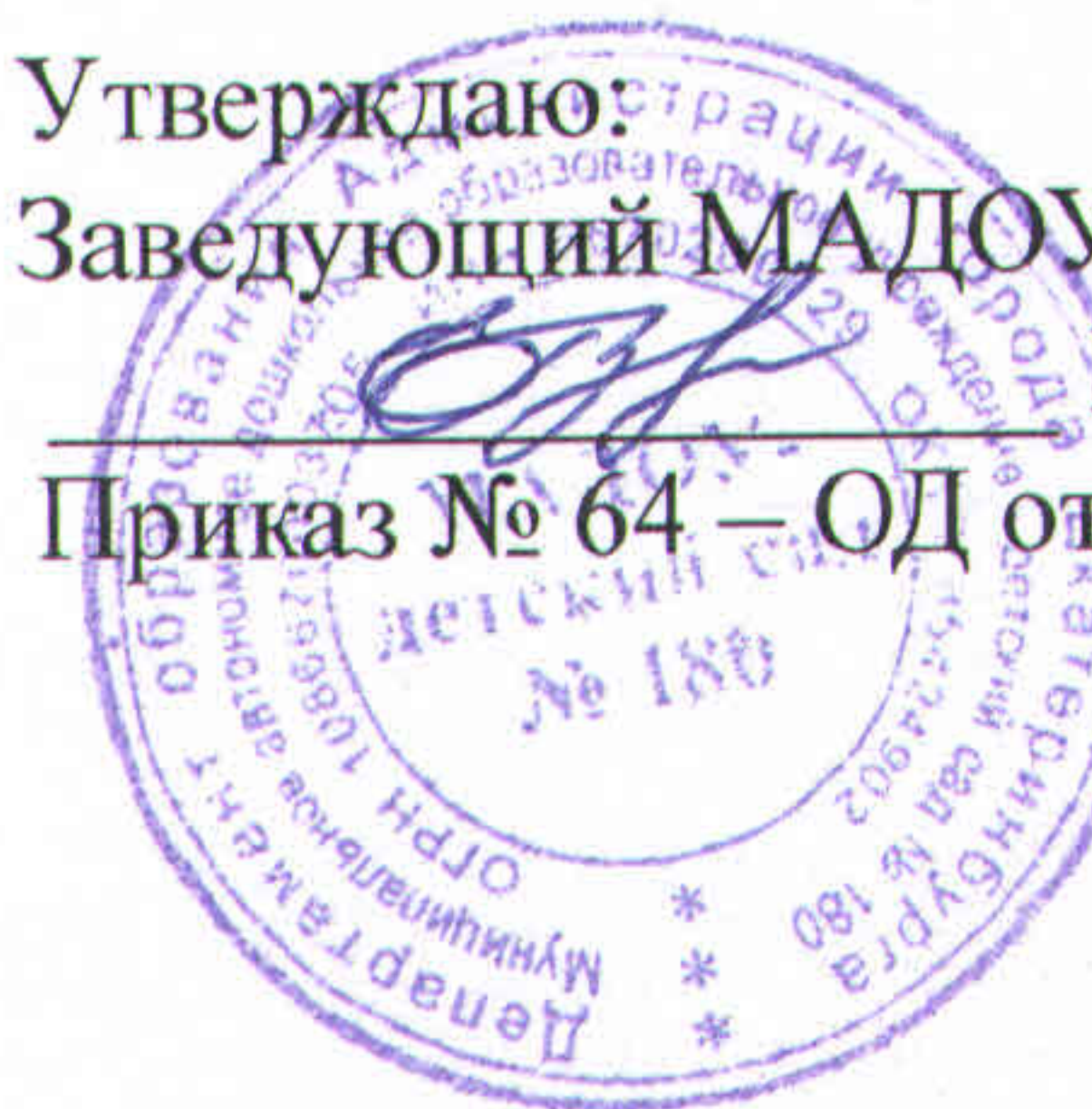


**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение –
детский сад № 180
(МАДОУ – детский сад № 180)**

620137, Екатеринбург г., ул. Учителей, 24А, тел. (343)360-23-83
ИНН 6670200729 КПП 667001001 e-mail: mbdou180@mail.ru, <http://180.tvoysadik.ru/>

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ – детский сад № 180
Е.Ф. Чунтонова
Приказ № 64 – ОД от «29» августа 2024г.



**10 - ДНЕВНОЕ МЕНЮ
для детей от 2 до 3 лет
посещающих МАДОУ – детский сад № 180
с 10,5 часовым пребыванием**

10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ЗИМА

1 ДЕНЬ

от 2 до 3 лет

№ рецептуры	Наименование блюд	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (г)			Выход блюда
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
7.н162	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	202,00	6,00	6,00	34,00	180,00
7.035/2	Масло сливочное	34,00	0,00	4,00	0,00	6,00
7.189-3	Батон	53,00	2,00	1,00	13,00	25,00
7.067	Кофейный напиток с молоком	85,00	3,00	3,00	13,00	150,00
	Итого:	374,00	11,00	14,00	60,00	361,00
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
7.031/1	Сок или фрукты	41,00	1,00	0,00	10,00	150,00
	Итого:	41,00	1,00	0,00	10,00	150,00
	ОБЕД					
7.170	Суп из овощей вегетарианский со сметаной	52,00	1,00	2,00	7,00	150,00
7.8/3/2	Бигус с мясом	154,00	13,00	12,00	13,00	180,00
7.6/10/1	Компот из сухофруктов	63,00	0,00	0,00	16,00	150,00
7.003	Хлеб ржаной	49,00	2,00	0,00	13,00	30,00
7.050	Хлеб пшеничный	42,00	2,00	0,00	10,00	20,00
	Итого:	360,00	18,00	14,00	59,00	530,00
	ПОЛДНИК					
7.082-2	Кисло-молочный продукт в ассорт.	135,00	5,00	6,00	20,00	180,00
7.9/5/1	Запеканка из творога	300,00	16,00	19,00	15,00	150,00
7.2/11	Сгущенное молоко	23,00	0,00	1,00	3,00	15,00
7.050	Батон	42,40	1,00	0,00	8,00	20,00
	ИТОГО:	500,40	22,00	26,00	46,00	365,00
	ВСЕГО:	1275,14	52,00	54,00	175,00	1406,00

10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ЗИМА

2 ДЕНЬ

от 2 до 3 лет

№ рецептуры	Наименование блюд	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (г)			Выход блюда
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
7.н066	Каша манная молочная со слив. маслом	160,00	5,00	5,00	26,00	180,00
7.435/1	Сыр	23,00	2,00	2,00	0,00	8,00
7.189-8	Батон	53,00	2,00	1,00	13,00	25,00
7.01/3	Масло сливочное	34,00	0,00	4,00	0,00	5,00
7.067	Кофейный напиток с молоком	65,00	3,00	3,00	13,00	150,00
	Итого:	335,00	12,00	15,00	52,00	368,00
	Второй завтрак					
7.03312	Сок	56,00	1,00	0,00	15,00	200,00
	Итого:	56,00	1,00	0,00	15,00	200,00
	ОБЕД					
4.20/2	Суп - лапша на курином бульоне	60,03	1,32	1,83	11,20	150,00
7.н070	Жаркое по - домашнему	184,82	10,29	10,89	35,00	180,00
7.072	Компот из чернослива и изюма	71,93	0,23	0,00	17,51	150,00
7.003	Хлеб ржаной	49,00	2,00	0,00	13,00	30,00
7.144	Хлеб пшеничный	42,00	2,00	0,00	10,00	20,00
	Итого:	407,78	15,84	12,72	86,71	530,00
	ПОЛДНИК					
7.013	Салат овощной с зеленым горошком	40,00	5,00	3,00	0,00	40,00
7.н016	Рыба с овощами в омлете	92,00	2,00	3,00	16,00	150,00
7.354/4	Чай с сахаром	31,00	0,00	0,00	8,00	150,00
7.189-3	Батон	42,40	1,00	0,00	8,00	20,00
	Итого:	205,40	8,00	6,00	32,00	360,00
	Всего:	1004,18	36,84	33,72	185,71	1458,00

10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ЗИМА

3 ДЕНЬ

от 2 до 3 лет

№ рецептуры	Наименование блюд	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (г)			Выход блюда
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
7.11/4/1	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	187,00	6,00	6,00	28,00	180,00
4.1/1/5	Джем	19,00	0,00	0,00	6,00	8,00
7.189-4	Батон	53,00	2,00	1,00	13,00	25,00
7.285	Какао с молоком	125,00	3,00	3,00	22,00	150,00
	Итого:	384,00	11,00	10,00	69,00	363,00
	Второй завтрак					
7.031/1	Сок в ассортименте	41,00	1,00	0,00	10,00	100,00
	Итого:	41,00	1,00	0,00	10,00	100,00
	ОБЕД					
7.3/7	Рыба (филе) припущенная с молоком и овощами	107,00	15,00	2,00	2,00	60,00
7.436/1 7.437/1	Зелень свежая (укроп, петрушка)	0,00	0,00	0,00	0,00	2,00
7.367-4	Огурец консервированный	5,00	0,00	0,00	1,00	40,00
7.5/2/2	Свекольник со сметаной	86,00	2,00	4,00	13,00	180,00
7.3/3/2	Картофельное пюре	121,00	3,00	4,00	20,00	130,00
7.8/10/3	Кисель из замороженных ягод	73,00	0,00	0,00	18,00	150,00
7.003	Хлеб ржаной	49,00	2,00	0,00	13,00	30,00
7.050	Хлеб пшеничный	42,00	2,00	0,00	10,00	20,00
7.371	Чеснок	2,00	0,00	0,00	0,00	6,00
	Итого:	485,00	23,00	11,00	76,00	618,00
	ПОЛДНИК					
7.123/2	Омлет с зеленым горошком	123,00	8,00	8,00	5,00	150,00
7.12/10/1	Чай с молоком	55,00	1,00	1,00	10,00	150,00
7.308	Выпечка/кондитерское изделие в ассортименте	124,00	3,00	2,00	23,00	30,00
7.050	Хлеб пшеничный	31,00	1,00	0,00	8,00	15,00
	Итого:	332,00	14,00	11,00	45,00	345,00
	Всего:	1243,00	48,00	32,00	200,00	1426,0

10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ЗИМА

4 ДЕНЬ

от 2 до 3 лет

№ рецептуры	Наименование блюд	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (г)			Выход блюда
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
7.7/4/1	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	202,00	6,00	6,00	34,00	180,00
7.189-4	Батон	53,00	2,00	1,00	13,00	25,00
7.01/3	Масло сливочное	34,00	0,00	4,00	0,00	5,00
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	85,00	3,00	3,00	13,00	150,00
	Итого:	373,00	10,00	14,00	60,00	390,00
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
7.187/1	Фрукт в ассортименте	36,00	0,00	0,00	10,00	100,00
	Итого:	36,00	0,00	0,00	10,00	100,00
	ОБЕД					
4.1/1	Кукуруза консервированная	26,00	1,00	0,00	6,00	30,00
7.20/8/2	Тефтели из мяса говядины	158,00	10,00	10,00	7,00	70,00
7.н086-4	Суп гороховый со сметаной	80,00	3,00	3,00	12,00	150,00
7.18/3/2	Рагу из овощей	87,00	2,00	3,00	14,00	130,00
7.5/10	Компот из чернослива и изюма	78,00	0,00	0,00	21,00	150,00
7.003	Хлеб ржаной	49,00	2,00	0,00	13,00	30,00
7.050	Хлеб пшеничный	42,00	2,00	0,00	10,00	20,00
	Итого:	521,00	20,00	17,00	83,00	610,00
	ПОЛДНИК					
7.18/5/2	Пудинг из творога с морковью	266,00	12,00	16,00	20,00	130,00
7.366-1	Ряженка	135,00	5,00	6,00	20,00	150,00
7.209-1	Выпечка/кондитерское изделие в ассортименте	192,00	6,00	4,00	34,00	30,00
7.351	Сгущенное молоко	44,00	1,00	1,00	9,00	15,00
7.050	Хлеб пшеничный	31,00	1,00	0,00	8,00	15,00
	Итого:	669,00	24,00	27,00	89,00	360,00
	Всего:	1598,00	54,00	58,00	242,00	1460,00

10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ЗИМА

5 ДЕНЬ

от 2 до 3 лет

№ рецептуры	Наименование блюд	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (г)			Выход блюда
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
7.4/4/1	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	146,00	4,00	6,00	20,00	180,00
7.189-4	Батон	53,00	2,00	1,00	13,00	25,00
7.435/3	Сыр	23,00	2,00	2,00	0,00	8,00
7.01/3	Масло сливочное	34,00	0,00	4,00	0,00	5,00
7.285	Какао с молоком	125,00	3,00	3,00	22,00	150,00
	Итого:	380,00	11,00	16,00	55,00	368,00
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК:					
7.346	Сок в ассортименте	41,00	1,00	0,00	10,00	100,00
	Итого:	41,00	1,00	0,00	10,00	100,00
	ОБЕД:					
7.19/1/2	Салат из морской капусты, марковью, с яйцом, маслом растительным	61,00	1,00	6,00	3,00	40,00
7.436/1	Зелень свежая (укроп, петрушка)	0,00	0,00	0,00	0,00	2,00
7.4/9/1	Плов из мяса кур	312,00	17,00	16,00	27,00	180,00
7.4/9/1	Суп крестьянский с крупой со сметаной	81,00	2,00	4,00	11,00	180,00
7.31/2/2	Напиток из шиповника	58,00	0,00	0,00	16,00	150,00
7.6/10/1	Хлеб ржаной	49,00	2,00	0,00	13,00	30,00
7.003	Хлеб пшеничный	42,00	2,00	0,00	10,00	20,00
7.050	Итого:	603,00	24,00	27,00	78,00	632,00
	ПОЛДНИК:					
7.61р/2	Суфле рыбное	124,00	15,00	6,00	2,00	80,00
7.11/10/1	Чай с лимоном	32,00	0,00	0,00	8,00	150,00
7.308	Выпечка/кондитерское изделие в ассортименте	95,00	1,00	1,00	24,00	30,00
7.050	Хлеб пшеничный	31,00	1,00	0,00	8,00	15,00
	Итого:	281,00	17,00	7,00	42,00	295,00
	Всего:	1306,00	53,00	50,00	186,00	1395,00

10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ЗИМА

6 ДЕНЬ

от 2 до 3 лет

№ рецептуры	Наименование блюд	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (г)			Выход блюда
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
7.11/4/1	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	187,00	6,00	6,00	29,00	180,00
7.01/3	Масло сливочное	34,00	0,00	4,00	0,00	5,00
7.189-4	Батон	53,00	2,00	1,00	13,00	25,00
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	85,00	3,00	3,00	13,00	150,00
	Итого:	359,00	10,00	13,00	55,00	390,00
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
7.031/1	Фрукт в ассортименте	56,10	1,00	0,00	15,00	100,00
	Итого:	56,10	1,00	0,00	15,00	100,00
	ОБЕД					
7.436/1 7.437/1	Зелень свежая (укроп, петрушка)	0,00	0,00	0,00	0,00	2,00
7.30/1/2	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком растительным маслом	67,00	1,00	5,00	4,00	40,00
7.14/2/2	Суп из овощей со сметаной	83,00	2,00	5,00	9,00	180,00
7.9/8/4	Печень по-строгановски	144,00	9,00	11,00	2,00	70,00
7.н151-1	Макаронные изделия отварные	181,00	5,00	3,00	35,00	130,00
7.6/10	Компот из сухофруктов	63,00	0,00	0,00	16,00	150,00
7.003	Хлеб ржаной	49,00	2,00	0,00	13,00	30,00
7.050	Хлеб пшеничный	42,00	2,00	0,00	10,00	20,00
	Итого:					
	ПОЛДНИК					
7.363-5	Ряженка	136,00	5,00	11,00	7,00	150,00
7.1/1/9	Джем	38,00	0,00	0,00	11,00	15,00
7.9/5/1	Запеканка из творога	300,00	16,00	19,00	15,00	130,00
7.050	Хлеб пшеничный	31,00	1,00	0,00	8,00	15,00
	Итого:	505,00	22,00	30,00	41,00	
	Всего:	1549,54	54,00	68,00	201,00	1472,00

10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ЗИМА

7 ДЕНЬ

от 2 до 3 лет

№ рецептуры	Наименование блюд	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (г)			Выход блюда
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
7.2/4/1	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	170,00	6,00	6,00	29,00	180,00
7.435/3	Сыр	23,00	2,00	2,00	0,00	8,00
7.189-4	Батон	53,00	2,00	1,00	13,00	25,00
7.01/3	Масло сливочное	34,00	0,00	4,00	0,00	5,00
7.285	Какао с молоком	125,00	3,00	3,00	22,00	150,00
	Итого:	405,00	13,00	16,00	64,00	368,00
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
7.183-1	Сок в ассортименте	41,00	1,00	0,00	10,00	100,00
	Итого:	41,00	1,00	0,00	10,00	100,00
	ОБЕД					
7.11/1/2	Салат из моркови и яблок	38,00	0,00	3,00	5,00	40,00
7.436/1 7.437/1	Зелень свежая (укроп, петрушка)	0,00	0,00	0,00	0,00	2,00
7.16/2/2	Суп картофельный с крупой	102,00	2,00	4,00	16,00	180,00
7.061	Бигус с мясом	154,00	13,00	12,00	13,00	180,00
7.4/10	Компот из кураги и изюма	64,00	0,00	0,00	17,00	150,00
7.003	Хлеб ржаной	49,00	2,00	0,00	13,00	30,00
7.050	Хлеб пшеничный	42,00	2,00	0,00	10,00	20,00
	Итого:	449,00	19,00	19,00	75,00	632,00
	ПОЛДНИК					
7.43-2/3/2	Макаронные изделия отварные с сыром	179,00	6,00	5,00	28,00	130,00
7.12/10	Чай с молоком	56,00	1,00	1,00	10,00	150,00
7.148/1	Выпечка/кондитерское изделие в ассортименте	144,00	4,00	5,00	21,00	60,00
7.050	Хлеб пшеничный	31,00	1,00	0,00	8,00	15,00
	Итого:	408,00	12,00	12,00	67,00	385,00
	Всего:	1303,00	45,00	47,00	215,00	1485,00

10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ЗИМА

8 ДЕНЬ

от 2 до 3 лет

№ рецептуры	Наименование блюд	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (г)			Выход блюда
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
7.5/4/1	Каша манная молочная с маслом сливочным	160,00	5,00	5,00	26,00	180,00
4.1/1/5	Джем	19,00	0,00	0,00	6,00	8,00
7.189-4	Батон	53,00	2,00	1,00	13,00	25,00
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	85,00	3,00	3,00	13,00	180,00
	Итого:	350,00	9,00	12,00	57,00	398,00
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
7.031/1	Фрукт в ассортименте	36,00	0,00	0,00	10,00	100,00
	Итого:	36,00	0,00	0,00	10,00	100,00
	ОБЕД					
7.436/1 7.437/1	Зелень свежая (укроп, петрушка)	0,00	0,00	0,00	1,00	2,00
7.2/2/2	Борщ со сметаной	81,00	2,00	4,00	11,00	180,00
7.9/7	Биточки (котлеты) рыбные	84,00	9,00	1,00	5,00	70,00
7.4/3/2	Картофельное пюре с морковью	106,00	2,00	4,00	17,00	130,00
7.367-4	Огурец консервированный	5,00	0,00	0,00	1,00	40,00
7.8/10/3	Кисель из замороженных ягод	73,00	0,00	0,00	18,00	150,00
7.003	Хлеб ржаной	49,00	2,00	0,00	13,00	30,00
7.050	Хлеб пшеничный	42,00	2,00	0,00	10,00	20,00
	Итого:	439,00	17,00	10,00	75,00	622,00
	ПОЛДНИК					
7.н038/6	Омлет натуральный	157,00	9,00	12,00	3,00	150,00
7.384	Молоко	95,00	5,00	5,00	8,00	180,00
7.308	Выпечка/кондитерское изделие в ассортименте	124,00	3,00	2,00	23,00	30,00
7.050	Хлеб пшеничный	31,00	1,00	0,00	8,00	15,00
	Итого:	407,00	18,00	19,00	42,00	345,00
	Всего:	1232,00	45,00	41,00	184,00	1465,00

10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ЗИМА

9 ДЕНЬ

от 2 до 3 лет

№ рецептуры	Наименование блюд	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (г)			Выход блюда
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
7.14/4/1	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180,00	5,00	5,00	30,00	180,00
7.435/3	Сыр	23,00	2,00	2,00	0,00	8,00
7.01/3	Масло сливочное	34,00	0,00	4,00	0,00	5,00
7.189-4	Батон	53,00	2,00	1,00	13,00	25,00
7.285	Какао с молоком	125,00	3,00	3,00	22,00	150,00
	Итого:	414,00	13,00	15,00	65,00	368,00
	Второй завтрак					
7.187/1	Сок в ассортименте	41,00	1,00	0,00	10,00	100,00
	Итого:	41,00	1,00	0,00	10,00	100,00
	Обед					
7.4/1/2	Салат из белокочанной капусты с кукурузой и растит. маслом	42,00	1,00	3,00	5,00	40,00
7.10/2/2	Рассольник по домашнему со сметаной	85,94	1,64	4,17	11,45	180,00
7.2/9/2	Мясо кур отварное в соусе	126,00	9,00	9,00	2,00	70,00
7.44/3/2	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	211,00	6,00	6,00	40,00	130,00
7.5/10	Компот из чернослива и изюма	78,00	0,00	0,00	21,00	180,00
7.003	Хлеб ржаной	49,00	2,00	0,00	13,00	30,00
7.050	Хлеб пшеничный	42,00	2,00	0,00	10,00	20,00
	Итого:	653,00	23,00	23,00	107,00	630,00
	Полдник					
7.н040/2	Пудинг творожный с изюмом запечённый	244,00	12,00	15,00	15,00	130,00
7.351	Сгущенное молоко	44,00	1,00	1,00	9,00	15,00
7.022/2	Чай с лимоном	32,00	0,00	0,00	8,00	180,00
7.050	Хлеб пшеничный	31,00	1,00	0,00	8,00	15,00
	Итого:	352,00	14,00	17,00	39,00	330,00
	Всего:	1461,00	51,00	55,00	221,00	1428,00

10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ЗИМА

10 ДЕНЬ

от 2 до 3 лет

№ рецептуры	Наименование блюд	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (г)			Выход блюда
			Б	Ж	У	
	ЗАВТРАК					
7.16/4/1	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	164,00	4,00	6,00	22,00	180,00
7.189-4	Батон	53,00	2,00	1,00	13,00	25,00
7.01/3	Масло сливочное	34,00	0,00	4,00	0,00	5,00
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	86,00	3,00	3,00	13,00	180,00
	Итого:	325,00	9,00	13,00	48,00	390,00
	Второй завтрак					
7.346	Фрукт в ассортименте	36,00	0,00	0,00	10,00	100,00
	Итого:	36,00	0,00	0,00	10,00	100,00
	Обед					
7.20/1/2	Салат из отварной свеклы с раст. маслом	42,00	1,00	3,00	4,00	40,00
7.436/1	Зелень свежая (укроп, петрушка)	0,00	0,00	0,00	0,00	2,00
4.20/8	Тефтели из мяса говядины	158,00	10,00	10,00	7,00	70,00
7.8/2/2	Щи из свежей капусты (вегетарианские) со сметаной	52,00	1,00	2,00	7,00	180,00
7.1/3/2	Картофель отварной	119,00	2,00	4,00	21,00	130,00
7.6/10	Напиток из шиповника	58,00	0,00	0,00	16,00	180,00
7.003	Хлеб ржаной	49,00	2,00	0,00	13,00	30,00
7.050	Хлеб пшеничный	42,00	2,00	0,00	10,00	20,00
	Итого:	519,00	18,00	20,00	77,00	652,00
	Полдник					
7.21/2/5	Суп молочный с лапшой	57,00	2,00	2,00	8,00	150,00
7.10/10/1	Чай с сахаром	31,00	0,00	0,00	8,00	180,00
7.6/12/4	Выпечка/кондитерское изделие в ассортименте	268,00	7,00	11,00	37,00	70,00
7.050	Хлеб пшеничный	31,00	1,00	0,00	8,00	15,00
	Итого:	387,00	10,00	13,00	60,00	385,00
	Всего:	1267,00	37,00	46,00	196,00	1527,00

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП
Сертификат 4872025474474211034024207015462261476713756811
Владелец: Чукотская Екатерина Владимировна
Действителен с 21.08.2023 по 20.08.2024