

Утверждаю
 Директор МОУ «ЦО№2»
 г. Ясногорска
 (подпись, печать)
 Ю.И.Иванова
 «10» января 2022г

МЕНЮ

Структурное подразделение Детский сад «Аленушка»
 на 10 января 2022 года

На 10 января 2011 г.				
№п/п	Наименование блюда	Масса порции (г)		Энерг.ценность (к/кал)
		2-3 года	3-7 лет	2-3 года/3-7 лет
Завтрак				
		160	200	177,6/246
1	Каша пшеничная молочная	150	180	115,5/138,9
2	Какао с молоком	30	40	80,67/102,5
3	Печенье промышленного производства			
Второй завтрак				
		90	100	65,6/78,2
1	Сок фруктовый			
Обед				
		40	50	51,8/59,35
1	Икра кабачковая промышленного производства	180	200	156,4/186,4
2	Суп лапша на говяжьем бульоне	160	170	342,7/360,73
3	Плов с говяжьим фаршем	150	180	70,38/70,38
4	Компот из сухофруктов (С-витаминизация)	30	40	85,6/96,3
	Хлеб ржаной			
Полдник				
		80	90	147,2/165,6
1	Омлет с сыром	160	180	51/53
2	Напиток апельсиновый	1235	1430	1433,88/1511,02
	Итого за день			

Утверждаю
Директор МОУ «ЦО№2»
г. Ясногорска
(подпись, печать)
Ю.И.Иванова
«11» января 2022г

МЕНЮ

Структурное подразделение Детский сад «Аленушка»
На 11 января 2022 года

№п/п	Наименование блюда	Масса порции (г)		Энерг. ценн.(к/кал)
		2-3 года	3-7 лет	2-3 года/3-7 лет
Завтрак				
1	Каша манная молочная	160	200	195,2/244,92
2	Кофейный напиток на молоке	160	200	94,4/106,2
3	Бутерброд с маслом	30/6	40/7	91,33/137,4
Второй завтрак				
1	Кисель плодово-ягодный из концентрата	160	180	38/48
Обед				
1	Салат из моркови с растительным маслом	45	50	67,47/68,40
2	Щи со сметаной на мясном бульоне	180/5	200/6	85,6/95,3
3	Суфле из говяжьей печени с картофельным пюре, соус сметанный	75/145/25	90/150/30	269,9/290,42
4	Напиток из шиповника (С-витаминизация)	160	180	89.3/113.79
	Хлеб ржаной	30	40	55,8/85,6
Полдник				
1	Винегрет с растительным маслом	130	145	173,89/193,89
2	Чай с лимоном	160	180	72/81
3	Хлеб пшеничный	20	30	60,83/62,17
	Итого за день	1491	1708	1454,46/1785,97

Утверждаю
 Директор МОУ «ЦО№2»
 г. Ясногорска
 (подпись, печать)
 Ю.И.Иванова
 «12» января 2022г

МЕНЮ

Структурное подразделение Детский сад «Аленушка»
 на января 2022 года

№п/п	Наименование блюда	Масса порции (г)		Энерг.ценность(к/кал)
		2-3 года	3-7 лет	2-3 года/3-7 лет
Завтрак				
1	Каша геркулесовая молочная	160	200	164,8/207,38
2	Чай с молоком	160	180	123,2/154,15
3	Бутерброд с маслом	30/6	40/7	116,67/138,4
Второй завтрак				
1	Сок фруктовый промышленного производства	90	100	75,2/75,2
Обед				
1	Горошек консервированный отварной	40	50	56,96/56,96
2	Рассольник со сметаной	180/5	200/6	82,8/92,99
3	Котлета мясная с гречкой, соус молочный	65/90/25	70/100/30	379,27/382,5
4	Компот из кураги (С- витаминизация)	160	180	70,38/134,79
	Хлеб ржаной	30	40	55,8/85,6
Полдник				
1	Запеканка рисовая со сладкой подливой	100/20	120/30	163,44/275,6
2	Молоко кипяченое	160	180	79,8/81
	Итого за день	1311	1503	1495,57/1623,3

Утверждаю
Директор МОУ «ЦО№2»
г. Ясногорска

(подпись, печать)
Ю.И.Иванова
«13» января 2022г

МЕНЮ

Структурное подразделение Детский сад «Аленушка»
На 13 января 2022 года

№п/п	Наименование блюда	Масса порции (г)		Энерг.ценность(к/кал)
		2-3 года	3-7 лет	2-3 года/3-7 лет
Завтрак				
1	Суп молочный вермишелевый	160	200	124,8/156,08
2	Какао с молоком	150	180	94,4/106,2
3	Бутерброд с маслом	30/6	40/7	128,4/138,4
Второй завтрак				
1	Яблоко свежее	90	100	86,4/86,4
Обед				
1	Салат из свеклы с растительным маслом	45	50	37,56/46,8
2	Суп картофельный с пшеном	180	200/6	81/89,55
3	Биточки куриные с тушеной капустой, соус томатный	60/160/25	65/190/30	277,5/359,95
4	Компот из сухофруктов (С- витаминизация)	160	180	40,00/40,00
	Хлеб ржаной	30	40	55,8/85,6
Полдник				
1	Пудинг творожный в сметанном соусе	135/18	150/20	239,04/390,81
2	Чай с сахаром	160	180	170/174
	Итого за день	1409	1632	1344,04/1804,55

Утверждаю
 Директор МОУ «ЦО №2»
 г. Ясногорска
 (подпись, печать)
 Ю.И.Иванова
 «14» января 2022 год

МЕНЮ

Структурное подразделение Детский сад «Аленушка»
 На 14 января 2022 года

№п/п		Наименование блюда	Масса порции (г)		Энерг.ценность (к/кал)
			2-3 года	3-7 лет	2-3 года/3-7 лет
Завтрак					
1	Каша молочная «Дружба»	160	200	192/241,11	
2	Кофейный напиток на молоке	160	180	48/61,62	
3	Бутерброд с маслом	30/5	40/7	116,67/137,4	
Второй завтрак					
1	Апельсин свежий	90	100	38/38	
Обед					
1	Икра кабачковая промышленного производства	40	50	45/45	
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	200	99,27/100,8	
3	Жаркое - по домашнему с мясом кур	190	220	705,6/862,4	
4	Напиток из шиповника (С-витаминизация)	160	180	46,87/66,96	
	Хлеб ржаной	30	40	55,8/85,6	
Полдник					
1	Молоко кипяченое	160	180	104,4/117,31	
2	Ватрушка с творогом	65	80	230/292	
	Итого за день	1270	1477	1665,23/1978,78	

Утверждаю
 Директор МОУ «ЦО№2»
 г. Ясногорска
 (подпись, печать)
 Ю.И. Иванова
 «17» января 2022г

МЕНЮ

Структурное подразделение Детский сад «Аленушка»
 На 17 января 2022 года

№п/п	Наименование блюда	Масса порции (г)		Энергетическая ценность (ккал)
		2-3 года	3-7 лет	2-3 года/3-7 лет
Завтрак				
		160	200	196,8/246,17
1	Каша пшенная молочная	160	180	123,2/138,6
2	Чай с молоком	30	40	116,44/163,44
3	Пряник промышленного производства			
Второй завтрак				
		90	100	79,7/79,7
1	Сок яблочный			
Обед				
		40	50	70,97/78,13
1	Икра кабачковая промышленного производства	180	200	70,2/186,4
2	Суп гороховый на мясном бульоне	190	220	356,32/427,75
3	Котлета мясная с гречкой рассыпчатой, соус сметанный	160	180	66,96/113,79
4	Компот из сухофруктов (С-витаминизация)	30	40	55,8/85,6
	Хлеб ржаной			
Полдник				
		60	85	239/249,9
1	Булочка с сахаром	160	180	106,65/106,65
2	Напиток из свежих яблок	1250	1450	1525,7/1820,23
	Итого за день			

Утверждаю
 Директор МОУ «ЦОН №2»
 г. Ясногорска
 (подпись, печать)
 Ю.И.Иванова
 «18» января 2022 г

МЕНЮ

Структурное подразделение Детский сад «Аленушка»
 на 18 января 2022 года

№п/п	Наименование блюда	Масса порции (г)		Энергетическая ценность (ккал)
		2-3 года	3-7 лет	2-3 года/3-7 лет
Завтрак				
1	Каша манная молочная	160	200	264/331,58
2	Какао с молоком	160	180	94,4/106,2
3	Бутерброд с маслом	30/6	40/7	116.67/137,4
Второй завтрак				
1	Напиток из шиповника	160	180	70,5/70,5
Обед				
1	Огурец соленый	45	50	35,6/59,35
2	Суп рисовый с картофелем	180	200	64,62/117,76
3	Котлета рыбная с картофельным пюре, соус томатный	60/145/25	75/150/30	346,3/482,55
4	Напиток лимонный (С- витаминизация)	160	180	66,96/113,79
	Хлеб ржаной	30	40	55,8/85,6
Полдник				
1	Яйцо вареное	40	45	70/70
2	Чай с сахаром	160	180	48.64/53
3	Салат «Осенний»	45	50	68,40/68.40
	Итого за день	1406	1602	1531,3/1817,73

Утверждаю
Директор МОУ «ЦО№2»
г. Ясногорска



(подпись, печать)

Ю.И.Иванова

«19» января 2022г

МЕНЮ

Структурное подразделение Детский сад «Аленушка»
На 19 января 2022 года

№п/п		Наименование блюда	Масса порции (г)		Энергетическая ценность (ккал)
			2-3 года	3-7 лет	2-3 года/3-7 лет
Завтрак					
			160	200	196,8/246
1		Каша гречневая молочная	160	180	94,4/106,2
2		Кофейный напиток на молоке	30/6	40/7	116,67/137,4
3		Бутерброд с маслом			
Второй завтрак					
1		Кисель плодово-ягодный из концентрата	160	180	37,6/45/87
Обед					
1		Салат из свеклы с растительным маслом	45	50	59,3/64,06
2		Суп картофельный на мясном бульоне	180	200	70,2/79,03
3		Тефтели мясные с отварными макаронами, соус молочный	55/90/25	70/110/30	282,07/387,09
4		Компот из кураги (С- витаминизация)	160	180	60,64/66,96
		Хлеб ржаной	30	40	55,8/85,6
Полдник					
1		Оладьи с повидлом	95/35	110/38	380/401,2
2		Молоко кипяченое	160	180	79,8/117,31
		Итого за день	1391	1615	1513,82/1834,55

Утверждаю
Директор МОУ «ЦО №2»
г. Ясногорска



(подпись, печать)

Ю.И.Иванова

«20» января 2022г

МЕНЮ

Структурное подразделение Детский сад «Аленушка»
на 20 января 2022 года

на 20 января 2018 г.

№п/п	Наименование блюда	Масса порции (г)		Энерг. ценность (к\кал)
		2-3 года	3-7 лет	2-3 года/3-7 лет
Завтрак				
		160	200	177,6/207,38
1	Каша геркулесовая молочная	150	180	94,4/106,2
2	Чай с молоком	30/6	40/7	116,67/137,4
3	Бутерброд с маслом			
Второй завтрак				
		90	100	
1	Яблоко свежее			
Обед				
		45	50	64,63/86,4
1	Салат из зеленого горошка с растительным маслом	180	200	88,2/99,27
2	Суп картофельный на мясном бульоне с гречкой	180	190	190,8/312,42
3	Слоеные голубцы с мясным фаршем	160	180	66,96/66,96
4	Компот из сухофруктов (С-витаминизация)	30	40	55,8/85,6
	Хлеб ржаной			
Полдник				
		100/18	120/20	271,69/300,6
1	Сырники творожные со сметанной подливой	160	180	81/81
2	Напиток из шиповника	1299	1507	1489,4/1711,96
	Итого за день			

Утверждаю
 Директор МОУ «ЦО №2»
 г. Ясногорска
 (подпись, печать)
 Ю.И.Иванова
 «21» января 2022г

МЕНЮ

Структурное подразделение Детский сад «Аленушка»
 На 21 января 2022 года

На 21 января				
№п/п	Наименование блюда	Масса порции (г)		Энерг.ценность(к/кал)
		2-3 года	3-7 лет	2-3 года/3-7 лет
Завтрак				
1	Каша рисовая молочная	160	200	214,28/241,11
2	Какао с молоком	160	180	61,62/115,5
3	Бутерброд с маслом	30/6	40/7	116.67/137,4
Второй завтрак				
1	Напиток из апельсина	160	180	53/53
Обед				
1	Огурец соленый	33	45	32,8/39,4
2	Борщ на курином бульоне со сметаной	180/5	200/6	82,8/83,33
3	Биточки куриные с картофельным пюре, соус сметанный	60/140/25	75/150/30	307,5/469,09
4	Компот из изюма (С-витаминизация)	160	180	96,11/99,52
	Хлеб ржаной	30	40	85,6/55,8
Полдник				
1	Запеканка творожно-пшенная со сметанной подливой	135/18	150/20	320,4/346,83
2	Чай с сахаром	160	180	106,65/166
	Итого	1439	1673	1355,94/1807,98

Утверждаю
Директор МОУ «ЦО №2»
г. Ясногорска

(подпись, печать)

Ю.И.Иванова
«24» января 2022г

МЕНЮ

Структурное подразделение Детский сад «Аленушка»
на 24 января 2022 года

№п/п	Наименование блюда	Масса порции (г)		Энерг.ценность (к/кал)
		2-3 года	3-7 лет	2-3 года/3-7 лет
Завтрак				
		160	200	177,6/246
1	Каша пшенная молочная	150	180	115,5/138,9
2	Какао с молоком	30	40	80,67/102,5
3	Печенье промышленного производства			
Второй завтрак				
		90	100	65,6/78,2
1	Сок фруктовый			
Обед				
		40	50	51,8/59,35
1	Икра кабачковая промышленного производства	180	200	156,4/186,4
2	Суп лапша на говяжьем бульоне	160	170	342,7/360,73
3	Плов с говяжьим фаршем	150	180	70,38/70,38
4	Компот из сухофруктов (С- витаминизация)	30	40	85,6/96,3
	Хлеб ржаной			
Полдник				
		80	90	147,2/165,6
1	Омлет с сыром	160	180	51/53
2	Напиток апельсиновый	1235	1430	1433,88/1511,02
	Итого за день			

Утверждаю
Директор МОУ «ЦО №2»
г. Ясногорска

(подпись, печать)
Ю.И.Иванова
«25» января 2022г

МЕНЮ

Структурное подразделение Детский сад «Аленушка»
На 25 января 2022 года

№п/п	Наименование блюда	Масса порции (г)		Энерг. ценн.(к/кал)
		2-3 года	3-7 лет	2-3 года/3-7 лет
Завтрак				
1	Каша манная молочная	160	200	195,2/244,92
2	Кофейный напиток на молоке	160	200	94,4/106,2
3	Бутерброд с маслом	30/6	40/7	91,33/137,4
Второй завтрак				
1	Кисель плодово-ягодный из концентрата	160	180	38/48
Обед				
1	Салат из моркови с растительным маслом	45	50	67,47/68,40
2	Щи со сметаной на мясном бульоне	180/5	200/6	85,6/95,3
3	Суфле из говяжьей печени с картофельным пюре, соус сметанный	75/145/25	90/150/30	269,9/290,42
4	Напиток из шиповника (С-витаминизация)	160	180	89.3/113.79
	Хлеб ржаной	30	40	55,8/85,6
Полдник				
1	Винегрет с растительным маслом	130	145	173,89/193,89
2	Чай с лимоном	160	180	72/81
3	Хлеб пшеничный	20	30	60,83/62,17
	Итого за день	1491	1708	1454,46/1785,97

Утверждаю
Директор МОУ «ЦО№2»
г. Ясногорска



(подпись, печать)
Ю.И.Иванова
«26» января 2022г

МЕНЮ

Структурное подразделение Детский сад «Аленушка»
на 26 января 2022 года

№п/п	Наименование блюда	Масса порции (г)		Энерг.ценность(к/кал)
		2-3 года	3-7 лет	2-3 года/3-7 лет
Завтрак				
1	Каша геркулесовая молочная	160	200	164,8/207,38
2	Чай с молоком	160	180	123,2/154,15
3	Бутерброд с маслом	30/6	40/7	116,67/138,4
Второй завтрак				
1	Сок фруктовый промышленного производства	90	100	75,2/75,2
Обед				
1	Горошек консервированный отварной	40	50	56,96/56,96
2	Рассольник со сметаной	180/5	200/6	82,8/92,99
3	Котлета мясная с гречкой, соус молочный	65/90/25	70/100/30	379,27/382,5
4	Компот из кураги (С- витаминизация)	160	180	70,38/134,79
	Хлеб ржаной	30	40	55,8/85,6
Полдник				
1	Запеканка рисовая со сладкой подливой	100/20	120/30	163,44/275,6
2	Молоко кипяченое	160	180	79,8/81
	Итого за день	1311	1503	1495,57/1623,3

Утверждаю
Директор МОУ «ЦО№2»
г. Ясногорска

(подпись, печать)

Ю.И.Иванова
«27» января 2022г

МЕНЮ

Структурное подразделение Детский сад «Аленушка»
На 27 января 2022 года

№п/п	Наименование блюда	Масса порции (г)		Энерг.ценность(к/кал) 2-3 года/3-7 лет
		2-3 года	3-7 лет	
Завтрак				
1	Суп молочный вермишелевый	160	200	124,8/156,08
2	Какао с молоком	150	180	94,4/106,2
3	Бутерброд с маслом	30/6	40/7	128,4/138,4
Второй завтрак				
1	Яблоко свежее	90	100	86,4/86,4
Обед				
1	Салат из свеклы с растительным маслом	45	50	37,56/46,8
2	Суп картофельный с пшеном	180	200/6	81/89,55
3	Биточки куриные с тушеной капустой, соус томатный	60/160/25	65/190/30	277,5/359,95
4	Компот из сухофруктов (С- витаминизация)	160	180	40,00/40,00
	Хлеб ржаной	30	40	55,8/85,6
Полдник				
1	Пудинг творожный в сметанном соусе	135/18	150/20	239,04/390,81
2	Чай с сахаром	160	180	170/174
	Итого за день	1409	1632	1344,04/1804,55

Утверждаю
 Директор МОУ «ЦО №2»
 г. Ясногорска
 (подпись, печать)
 Ю.И.Иванова
 «28» января 2022 год

МЕНЮ

Структурное подразделение Детский сад «Аленушка»
 На 28 января 2022 года

№п/п	Наименование блюда	Масса порции (г)		Энерг.ценность (к/кал)
		2-3 года	3-7 лет	2-3 года/3-7 лет
Завтрак				
		160	200	192/241,11
1	Каша молочная «Дружба»	160	180	48/61,62
2	Кофейный напиток на молоке	30/5	40/7	116,67/137,4
3	Бутерброд с маслом			
Второй завтрак				
		90	100	38/38
1	Апельсин свежий			
Обед				
		40	50	45/45
1	Икра кабачковая промышленного производства	180	200	99,27/100,8
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	190	220	705,6/862,4
3	Жаркое - по домашнему с мясом кур	160	180	46,87/66,96
4	Напиток из шиповника (С- витаминизация)	30	40	55,8/85,6
	Хлеб ржаной			
Полдник				
		160	180	104,4/117,31
1	Молоко кипяченое	65	80	230/292
2	Ватрушка с творогом			
	Итого за день	1270	1477	1665,23/1978,78

Утверждаю
 Директор МОУ «ЦО№2»
 г. Ясногорска
 (подпись, печать)
 Ю.И.Иванова
 «31» января 2022г

МЕНЮ

Структурное подразделение Детский сад «Аленушка»
 На 31 января 2022 года

№п/п	Наименование блюда	Масса порции (г)		Энергетическая ценность (ккал)
		2-3 года	3-7 лет	2-3 года/3-7 лет
Завтрак				
		160	200	196,8/246,17
1	Каша пшениная молочная	160	180	123,2/138,6
2	Чай с молоком	30	40	116,44/163,44
3	Пряник промышленного производства			
Второй завтрак				
1	Сок яблочный	90	100	79,7/79,7
Обед				
1	Икра кабачковая промышленного производства	40	50	70,97/78,13
2	Суп гороховый на мясном бульоне	180	200	70,2/186,4
3	Котлета мясная с гречкой рассыпчатой, соус сметанный	190	220	356,32/427,75
4	Компот из сухофруктов (С-витаминизация)	160	180	66,96/113,79
	Хлеб ржаной	30	40	55,8/85,6
Полдник				
1	Булочка с сахаром	60	85	239/249,9
2	Напиток из свежих яблок	160	180	106,65/106,65
	Итого за день	1250	1450	1525,7/1820,23