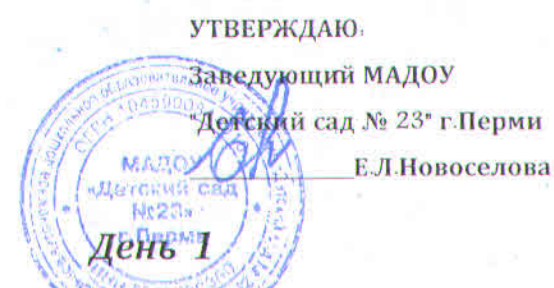




**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ)**

на 08.04.2024г.

| Наименование блюда                        | Выход | Б,г   | Ж,г   | У,г   | К,ккал |
|---|-------|-------|-------|-------|--------|
| <b><u>ЗАВТРАК</u></b>                     |       |       |       |       |        |
| КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ (150)             | 150   | 5,66  | 5,02  | 27,81 | 179,05 |
| КАКАО С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)(170)       | 170   | 3,10  | 2,51  | 21,31 | 120,28 |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ(30/10)               | 40    | 2,29  | 0,87  | 21,92 | 104,67 |
| <b><u>2-ой ЗАВТРАК</u></b>                |       |       |       |       |        |
| СОК ПОРЦ.                                 | 100   | 0,50  | 0,10  | 10,10 | 43,30  |
| <b><u>ОБЕД</u></b>                        |       |       |       |       |        |
| САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ (40)                   | 40    | 0,77  | 2,15  | 5,97  | 46,25  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ. | 180   | 2,02  | 2,14  | 14,95 | 87,13  |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ(160)                      | 160   | 12,71 | 10,17 | 11,30 | 187,61 |
| СОУС ТОМАТНЫЙ (ПОРЦ)(30)                  | 30    | 0,39  | 1,10  | 2,48  | 21,38  |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК                    | 150   | 0,12  | 0,12  | 10,44 | 43,32  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)                  | 10    | 0,76  | 0,08  | 4,92  | 23,44  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)                     | 20    | 1,12  | 0,22  | 9,88  | 45,98  |
| <b><u>ПОЛДНИК</u></b>                     |       |       |       |       |        |
| СУШКА ГОРЧИЧНАЯ(30)                       | 30    | 3,21  | 0,36  | 21,36 | 101,52 |
| КЕФИР(180)                                | 180   | 5,22  | 4,50  | 7,20  | 90,18  |
| <b><u>УЖИН</u></b>                        |       |       |       |       |        |
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ                            | 60    | 11,41 | 4,68  | 6,05  | 111,98 |
| ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ(110)                       | 110   | 1,97  | 4,78  | 10,90 | 94,52  |
| ЧАЙ С САХАРОМ (2-ЫЙ ВАРИАНТ)(180)         | 180   | 0,00  | 0,00  | 9,01  | 36,06  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)                  | 10    | 0,76  | 0,08  | 4,92  | 23,44  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)                     | 20    | 1,12  | 0,22  | 9,88  | 45,98  |
| ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(95)                          | 95    |       | 0,38  | 9,31  | 42,18  |



**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (3-7 ЛЕТ)**

на 08.04.2024г.

| Наименование блюда             | Выход | Б,г   | Ж,г   | У,г   | К,ккал |
|--------------------------------|-------|-------|-------|-------|--------|
| <b><u>ЗАВТРАК</u></b>          |       |       |       |       |        |
| КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ(165)   | 165   | 5,98  | 5,51  | 30,88 | 197,10 |
| КАКАО С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) | 200   | 3,53  | 2,95  | 15,01 | 100,69 |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ(30/10)    | 40    | 2,29  | 0,87  | 21,92 | 104,67 |
| <b><u>2-ой ЗАВТРАК</u></b>     |       |       |       |       |        |
| СОК ПОРЦ.                      | 100   | 0,50  | 0,10  | 10,10 | 43,30  |
| <b><u>ОБЕД</u></b>             |       |       |       |       |        |
| САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ (50)        | 50    | 0,96  | 2,68  | 7,46  | 57,81  |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ    | 200   | 2,25  | 2,37  | 16,61 | 96,81  |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ(200)           | 200   | 15,89 | 12,71 | 14,13 | 234,53 |
| СОУС ТОМАТНЫЙ(ПОРЦ)            | 50    | 0,64  | 1,84  | 4,13  | 35,63  |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК(180)    | 180   | 0,14  | 0,14  | 12,53 | 51,98  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)      | 20    | 1,52  | 0,16  | 9,84  | 46,88  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ               | 25    | 1,40  | 0,28  | 12,35 | 57,48  |
| <b><u>ПОЛДНИК</u></b>          |       |       |       |       |        |
| СУШКА ГОРЧИЧНАЯ (30)           | 30    | 3,21  | 0,36  | 21,36 | 101,52 |
| КЕФИР                          | 200   | 5,80  | 5,00  | 8,00  | 100,20 |
| ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(100)              | 100   | 0,40  | 0,40  | 9,80  | 44,40  |
| <b><u>УЖИН</u></b>             |       |       |       |       |        |
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ(70)             | 70    | 13,03 | 2,38  | 8,17  | 106,28 |
| ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ(130)            | 130   | 2,33  | 5,65  | 12,88 | 111,71 |
| ЧАЙ С САХАРОМ (2-ЫЙ ВАРИАНТ)   | 200   | 0,00  | 0,00  | 10,04 | 40,14  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.           | 25    | 1,90  | 0,20  | 12,30 | 58,60  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ               | 25    |       | 0,28  | 12,35 | 57,48  |



УТВЕРЖДАЮ.

Заведующий МАДОУ

"Детский сад № 23" г.Перми

Е.Л.Новоселова

День 2

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ)**

на 09.04.2024г.

| Наименование блюда | Выход | Б,г | Ж,г | У,г | К,ккал |
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|

**ЗАВТРАК**

|  |     |      |      |       |        |
|--|-----|------|------|-------|--------|
| КАША "ДРУЖБА"(140)                       | 140 | 3,63 | 4,75 | 19,55 | 135,47 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВАР)170 | 170 | 2,80 | 2,38 | 12,66 | 83,26  |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ(30/5/10)               | 45  | 4,67 | 7,54 | 15,49 | 148,45 |

**2-ой ЗАВТРАК**

|           |     |      |      |       |       |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|
| СОК ПОРЦ. | 100 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 43,30 |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|

**ОБЕД**

|   |     |       |      |       |        |
|---|-----|-------|------|-------|--------|
| САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ       | 30  | 0,26  | 1,83 | 0,79  | 20,65  |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (180) | 180 | 1,56  | 4,89 | 6,74  | 77,17  |
| БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРЫ(60)         | 60  | 10,77 | 5,38 | 6,23  | 116,44 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ(110)       | 110 | 2,16  | 4,65 | 13,60 | 104,94 |
| НАПИТОК МОРКОВНО-ЯБЛОЧНЫЙ               | 180 | 0,61  | 0,29 | 15,04 | 65,18  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)                | 10  | 0,76  | 0,08 | 4,92  | 23,44  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)                   | 20  | 1,12  | 0,22 | 9,88  | 45,98  |

**ПОЛДНИК**

|                         |     |      |      |       |        |
|-------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ(60) | 60  | 9,08 | 4,14 | 28,03 | 185,64 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ        | 150 | 4,20 | 3,75 | 7,05  | 78,75  |

**УЖИН**

|                                     |     |      |      |       |        |
|-------------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАР.ИЗДЕЛИЯМИ(180) | 180 | 5,04 | 4,61 | 17,64 | 132,27 |
| ЧАЙ С САХАРОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)(180)   | 180 | 0,00 | 0,00 | 9,06  | 36,26  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)           | 20  | 1,52 | 0,16 | 9,84  | 46,88  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)               | 20  | 1,12 | 0,22 | 9,88  | 45,98  |

УТВЕРЖДАЮ.

Заведующий МАДОУ

"Детский сад № 23" г.Перми

Е.Л.Новоселова



День 2

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (3-7 ЛЕТ)**

на 09.04.2024г.

| Наименование блюда | Выход | Б,г | Ж,г | У,г | К,ккал |
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|

**ЗАВТРАК**

|  |     |      |      |       |        |
|--|-----|------|------|-------|--------|
| КАША "ДРУЖБА"(165)                       | 165 | 4,29 | 5,55 | 23,09 | 159,46 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВАР)200 | 200 | 3,29 | 2,80 | 14,90 | 97,96  |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ(30/5/15)               | 50  | 5,86 | 9,06 | 15,49 | 166,88 |

**2-ой ЗАВТРАК**

|           |     |      |      |       |       |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|
| СОК ПОРЦ. | 100 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 43,30 |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|

**ОБЕД**

|   |     |       |       |       |        |
|---|-----|-------|-------|-------|--------|
| САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ       | 50  | 0,43  | 3,05  | 1,30  | 34,39  |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (200) | 200 | 1,65  | 5,43  | 7,41  | 85,08  |
| РАГУ ИЗ ПТИЦЫ(200)                      | 200 | 20,59 | 16,42 | 16,94 | 297,96 |
| НАПИТОК МОРКОВНО-ЯБЛОЧНЫЙ               | 180 | 0,61  | 0,29  | 15,04 | 65,18  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)               | 20  | 1,52  | 0,16  | 9,84  | 46,88  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ                        | 25  | 1,40  | 0,28  | 12,35 | 57,48  |

**ПОЛДНИК**

|                     |     |       |      |       |        |
|---------------------|-----|-------|------|-------|--------|
| ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 70  | 10,57 | 4,77 | 32,73 | 216,15 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ    | 200 | 5,60  | 5,00 | 9,40  | 105,00 |

**УЖИН**

|                                   |     |      |      |       |        |
|-----------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАР.ИЗДЕЛИЯМИ    | 200 | 5,60 | 5,13 | 19,65 | 147,14 |
| ЧАЙ С САХАРОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)(200) | 200 | 0,00 | 0,00 | 10,07 | 40,28  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.              | 25  | 1,90 | 0,20 | 12,30 | 58,60  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ                  | 25  | 1,40 | 0,28 | 12,35 | 57,48  |



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

"Детский сад № 23" г.Перми

Е.Л.Новоселова

День 3

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ)**

на 10.04.2024г.

| Наименование блюда                       | Выход | Б,г   | Ж,г   | У,г   | К,ккал |
|--|-------|-------|-------|-------|--------|
| <b><u>ЗАВТРАК</u></b>                    |       |       |       |       |        |
| ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ (140)                   | 140   | 11,36 | 16,10 | 5,52  | 212,39 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ (2-ОЙ ВАРИАНТ)(180)        | 180   | 1,31  | 1,13  | 15,60 | 77,76  |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ(30/5)                 | 35    | 2,30  | 4,50  | 15,49 | 111,62 |
| <b><u>2-ой ЗАВТРАК</u></b>               |       |       |       |       |        |
| СОК ПОРЦ.                                | 100   | 0,50  | 0,10  | 10,10 | 43,30  |
| <b><u>ОБЕД</u></b>                       |       |       |       |       |        |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ        | 30    | 0,48  | 3,03  | 0,98  | 33,06  |
| БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ(180) | 180   | 1,64  | 4,84  | 9,85  | 89,56  |
| КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ(60)                       | 60    | 17,81 | 17,93 | 6,32  | 257,85 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ(110)                   | 110   | 2,52  | 4,46  | 16,80 | 117,43 |
| НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА(180)                | 180   | 0,29  | 0,13  | 17,53 | 72,41  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)                 | 10    | 0,76  | 0,08  | 4,92  | 23,44  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)                    | 20    | 1,12  | 0,22  | 9,88  | 45,98  |
| <b><u>ПОЛДНИК</u></b>                    |       |       |       |       |        |
| ПЕЧЕНЬЕ(20)                              | 20    | 1,50  | 1,96  | 14,88 | 83,16  |
| ЙОГУРТ ПОРЦ.(180)                        | 180   | 7,20  | 4,50  | 21,60 | 155,70 |
| <b><u>УЖИН</u></b>                       |       |       |       |       |        |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ(160)         | 160   | 20,83 | 12,08 | 23,13 | 284,57 |
| СОУС МОЛОЧНЫЙ К БЛЮДАМ (1 ВАР)(20)       | 20    | 0,67  | 1,24  | 1,86  | 21,26  |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ (2-ОЙ ВАРИАНТ)             | 150   | 0,05  | 0,01  | 11,36 | 45,67  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)                | 20    | 1,52  | 0,16  | 9,84  | 46,88  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)                    | 20    | 1,12  | 0,22  | 9,88  | 45,98  |
| ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(95)                         | 95    |       | 0,38  | 9,31  | 42,18  |



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

"Детский сад № 23" г.Перми

Е.Л.Новоселова

День 3

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (3-7 ЛЕТ)**

на 10.04.2024г.

| Наименование блюда                       | Выход | Б,г   | Ж,г   | У,г   | К,ккал |
|--|-------|-------|-------|-------|--------|
| <b><u>ЗАВТРАК</u></b>                    |       |       |       |       |        |
| ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ                         | 180   | 14,60 | 20,70 | 7,10  | 273,07 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ (2-ОЙ ВАРИАНТ) (200)       | 200   | 1,40  | 1,25  | 12,38 | 66,39  |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ(30/5)                 | 35    | 2,30  | 4,50  | 15,49 | 111,62 |
| <b><u>2-ой ЗАВТРАК</u></b>               |       |       |       |       |        |
| СОК ПОРЦ.                                | 100   | 0,50  | 0,10  | 10,10 | 43,30  |
| <b><u>ОБЕД</u></b>                       |       |       |       |       |        |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ(50)    | 50    | 0,80  | 5,05  | 1,63  | 55,11  |
| БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ(200) | 200   | 1,83  | 5,38  | 10,95 | 99,52  |
| КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ (70)                      | 70    | 20,77 | 20,92 | 7,37  | 300,83 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (150)                  | 150   | 3,26  | 6,03  | 21,51 | 153,38 |
| НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА                     | 180   | 0,29  | 0,13  | 17,53 | 72,41  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)                | 20    | 1,52  | 0,16  | 9,84  | 46,88  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ                         | 25    | 1,40  | 0,28  | 12,35 | 57,48  |
| <b><u>ПОЛДНИК</u></b>                    |       |       |       |       |        |
| ПЕЧЕНЬЕ(35)                              | 35    | 2,63  | 3,43  | 26,04 | 145,53 |
| ЙОГУРТ ПОРЦ.                             | 200   | 8,00  | 5,00  | 24,00 | 173,00 |
| ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(100)                        | 100   | 0,40  | 0,40  | 9,80  | 44,40  |
| <b><u>УЖИН</u></b>                       |       |       |       |       |        |
| ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ(130)      | 130   | 24,57 | 20,41 | 8,78  | 317,07 |
| РИС ПРИПУЩЕННЫЙ(130)                     | 130   | 3,12  | 4,64  | 32,49 | 184,26 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ (2-ОЙ ВАРИАНТ)(180)        | 180   | 0,06  | 0,01  | 9,22  | 37,15  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.                     | 25    | 1,90  | 0,20  | 12,30 | 58,60  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ                         | 25    | 1,40  | 0,28  | 12,35 | 57,48  |



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

МАДОУ  
«Детский сад № 23»  
г. Пермь

Е.Л.Новоселова

День 4

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ)**

на 11.04.2024г.

| Наименование блюда | Выход | Б,г | Ж,г | У,г | К,ккал |
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|

**ЗАВТРАК**

|                                   |     |      |      |       |        |
|-----------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ.     | 130 | 5,13 | 5,07 | 24,12 | 162,63 |
| ЧАЙ С САХАРОМ (2-ЫЙ ВАРИАНТ)(180) | 180 | 0,00 | 0,00 | 9,03  | 36,13  |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ(30/5/10)        | 45  | 4,66 | 7,54 | 15,49 | 148,39 |

**2-ой ЗАВТРАК**

|           |     |      |      |       |       |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|
| СОК ПОРЦ. | 100 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 43,30 |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|

**ОБЕД**

|                                  |     |       |      |       |        |
|----------------------------------|-----|-------|------|-------|--------|
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ (30)  | 30  | 0,33  | 1,85 | 3,21  | 30,82  |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ(180)               | 180 | 1,59  | 4,18 | 8,16  | 76,63  |
| СУФЛЕ РЫБНОЕ (60)                | 60  | 13,20 | 5,01 | 3,90  | 113,45 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(110) | 110 | 4,03  | 4,01 | 27,41 | 161,82 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(180) | 180 | 0,00  | 0,00 | 8,98  | 35,93  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)         | 10  | 0,76  | 0,08 | 4,92  | 23,44  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)            | 20  | 1,12  | 0,22 | 9,88  | 45,98  |

**ПОЛДНИК**

|                      |     |      |      |       |        |
|----------------------|-----|------|------|-------|--------|
| БУЛОЧКА "НЕЖНАЯ"(50) | 50  | 3,88 | 8,05 | 29,71 | 206,79 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ     | 150 | 4,20 | 3,75 | 7,05  | 78,75  |

**УЖИН**

|  |     |       |      |       |        |
|--|-----|-------|------|-------|--------|
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА(110)                        | 110 | 23,45 | 9,58 | 16,84 | 247,33 |
| КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО(35) | 35  | 0,00  | 0,00 | 1,75  | 6,99   |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)(180)                | 180 | 1,31  | 1,13 | 11,21 | 60,17  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)                         | 10  | 0,76  | 0,08 | 4,92  | 23,44  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)                            | 20  | 1,12  | 0,22 | 9,88  | 45,98  |
| ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(95)                                 | 95  |       | 0,38 | 9,31  | 42,18  |



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

«Детский сад № 23» г.Перми

Е.Л.Новоселова

День 4

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (3-7 ЛЕТ)**

на 11.04.2024г.

| Наименование блюда | Выход | Б,г | Ж,г | У,г | К,ккал |
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|

**ЗАВТРАК**

|                                   |     |      |      |       |        |
|-----------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(150) | 150 | 5,84 | 5,85 | 27,24 | 184,93 |
| ЧАЙ С САХАРОМ (2-ЫЙ ВАРИАНТ)      | 200 | 0,00 | 0,00 | 10,04 | 40,14  |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ(30/5/15)        | 50  | 5,86 | 9,06 | 15,49 | 166,88 |

**2-ой ЗАВТРАК**

|           |     |      |      |       |       |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|
| СОК ПОРЦ. | 100 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 43,30 |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|

**ОБЕД**

|                                  |     |       |      |       |        |
|----------------------------------|-----|-------|------|-------|--------|
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ(50)   | 50  | 0,55  | 3,08 | 5,33  | 51,26  |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ(200)               | 200 | 1,96  | 5,31 | 10,82 | 98,93  |
| СУФЛЕ РЫБНОЕ(70)                 | 70  | 15,39 | 5,84 | 4,55  | 132,36 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(130) | 130 | 4,66  | 4,73 | 31,68 | 187,91 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(180) | 180 | 0,00  | 0,00 | 9,00  | 36,00  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)        | 20  | 1,52  | 0,16 | 9,84  | 46,88  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)            | 20  | 1,12  | 0,22 | 9,88  | 45,98  |

**ПОЛДНИК**

|                      |     |      |      |       |        |
|----------------------|-----|------|------|-------|--------|
| БУЛОЧКА "НЕЖНАЯ"(50) | 50  | 3,88 | 8,05 | 29,71 | 206,79 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ     | 200 | 5,60 | 5,00 | 9,40  | 105,00 |

**УЖИН**

|  |     |       |       |       |        |
|--|-----|-------|-------|-------|--------|
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА(150)                        | 150 | 31,97 | 12,96 | 22,75 | 335,50 |
| КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО(50) | 50  | 0,02  | 0,00  | 7,93  | 31,79  |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)(200)                | 200 | 1,40  | 1,25  | 12,42 | 66,53  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.                             | 25  | 1,90  | 0,20  | 12,30 | 58,60  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ                                 | 25  | 1,40  | 0,28  | 12,35 | 57,48  |



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

«Детский сад № 23» г.Перми

Е.Л.Новоселова

День 5

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ)**

на 12.04.2024г.

| Наименование блюда                            | Выход | Б,г   | Ж,г  | У,г   | К,ккал |
|---|-------|-------|------|-------|--------|
| <b><u>ЗАВТРАК</u></b>                         |       |       |      |       |        |
| КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ                  | 150   | 5,36  | 4,86 | 28,54 | 179,38 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ.        | 180   | 4,39  | 3,75 | 15,60 | 113,70 |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ(30/10)                   | 40    | 2,29  | 0,87 | 21,92 | 104,67 |
| <b><u>2-ой ЗАВТРАК</u></b>                    |       |       |      |       |        |
| СОК ПОРЦ.                                     | 100   | 0,50  | 0,10 | 10,10 | 43,30  |
| <b><u>ОБЕД</u></b>                            |       |       |      |       |        |
| ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ЗЕЛ.ГОРОШЕК) | 30    | 0,90  | 1,07 | 1,88  | 20,77  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ(180)              | 180   | 1,93  | 2,50 | 12,04 | 78,39  |
| ШНИЦЕЛЯ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРЫ                   | 60    | 10,77 | 5,38 | 6,23  | 116,44 |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ (110)                         | 110   | 2,93  | 3,91 | 12,48 | 96,84  |
| КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ                     | 150   | 0,20  | 0,16 | 11,33 | 47,52  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)                      | 10    | 0,76  | 0,08 | 4,92  | 23,44  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)                         | 20    | 1,12  | 0,22 | 9,88  | 45,98  |
| <b><u>ПОЛДНИК</u></b>                         |       |       |      |       |        |
| ПРЯНИК(20)                                    | 20    | 1,18  | 0,94 | 15,00 | 73,18  |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                              | 150   | 4,20  | 3,75 | 7,05  | 78,75  |
| ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(95)                              | 95    | 0,38  | 0,38 | 9,31  | 42,18  |
| <b><u>УЖИН</u></b>                            |       |       |      |       |        |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ(180)              | 180   | 5,64  | 7,49 | 34,68 | 228,67 |
| ЧАЙ С САХАРОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)(180)             | 180   | 0,00  | 0,00 | 9,06  | 36,26  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)                     | 20    | 1,12  | 0,16 | 9,84  | 46,88  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)                         | 20    | 1,12  | 0,22 | 9,88  | 45,98  |



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

«Детский сад № 23» г.Перми

Е.Л.Новоселова

День 5

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (3-7 ЛЕТ)**

на 12.04.2024г.

| Наименование блюда                            | Выход | Б,г   | Ж,г  | У,г   | К,ккал |
|---|-------|-------|------|-------|--------|
| <b><u>ЗАВТРАК</u></b>                         |       |       |      |       |        |
| КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ(165)             | 165   | 5,90  | 5,38 | 31,44 | 197,80 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ         | 200   | 4,98  | 4,23 | 17,38 | 127,49 |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ(30/10)                   | 40    | 2,29  | 0,87 | 21,92 | 104,67 |
| <b><u>2-ой ЗАВТРАК</u></b>                    |       |       |      |       |        |
| СОК ПОРЦ.                                     | 100   | 0,50  | 0,10 | 10,10 | 43,30  |
| <b><u>ОБЕД</u></b>                            |       |       |      |       |        |
| ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ЗЕЛ.ГОРОШЕК) | 50    | 1,50  | 1,76 | 3,13  | 34,40  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ(200)              | 200   | 2,12  | 2,69 | 13,38 | 86,20  |
| ШНИЦЕЛЯ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРЫ                   | 70    | 12,58 | 6,27 | 7,34  | 136,15 |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ (130)                         | 130   | 3,45  | 4,61 | 14,72 | 114,21 |
| КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ(180)                | 180   | 0,24  | 0,19 | 13,60 | 57,02  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)                     | 20    | 1,52  | 0,16 | 9,84  | 46,88  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ                              | 25    | 1,40  | 0,28 | 12,35 | 57,48  |
| <b><u>ПОЛДНИК</u></b>                         |       |       |      |       |        |
| ПРЯНИК  | 40    | 2,36  | 1,88 | 30,00 | 146,36 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                              | 200   | 5,60  | 5,00 | 9,40  | 105,00 |
| ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(100)                             | 100   | 0,40  | 0,40 | 9,80  | 44,40  |
| <b><u>УЖИН</u></b>                            |       |       |      |       |        |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ(200)              | 200   | 6,27  | 8,32 | 38,53 | 254,08 |
| ЧАЙ С САХАРОМ (2-ЫЙ ВАРИАНТ)                  | 200   | 0,00  | 0,00 | 10,04 | 40,14  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.                          | 25    | 1,90  | 0,20 | 12,30 | 58,60  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ                              | 25    | 1,40  | 0,28 | 12,35 | 57,48  |

УТВЕРЖДАЮ:



Заведующий МАДОУ

"Детский сад № 23" г.Перми

Е.Л.Новоселова

День 6

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ)**

на 15.04.2024г.

| Наименование блюда | Выход | Б,г | Ж,г | У,г | К,ккал |
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|

**ЗАВТРАК**

|  |     |      |      |       |        |
|--|-----|------|------|-------|--------|
| КАША ОВСЯНАЯ ИЗ ГЕРКУЛЕСА ЖИДКАЯ(150)          | 150 | 5,44 | 6,34 | 21,79 | 165,95 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-ОЙ ВАРИАНТ)(170) | 170 | 2,88 | 2,38 | 12,74 | 83,88  |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ(30/5)                       | 35  | 2,30 | 4,50 | 15,49 | 111,62 |

**2-ой ЗАВТРАК**

|           |     |      |      |       |       |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|
| СОК ПОРЦ. | 100 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 43,30 |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|

**ОБЕД**

|                               |     |       |      |       |        |
|-------------------------------|-----|-------|------|-------|--------|
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ.(30)          | 30  | 0,57  | 2,67 | 2,31  | 35,55  |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ(180) | 180 | 1,89  | 5,16 | 11,71 | 100,83 |
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ                | 60  | 11,41 | 4,68 | 6,05  | 111,98 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ(110)        | 110 | 2,52  | 4,46 | 16,80 | 117,43 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК(180)   | 180 | 0,14  | 0,14 | 17,00 | 69,88  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)      | 10  | 0,76  | 0,08 | 4,92  | 23,44  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)         | 20  | 1,12  | 0,22 | 9,88  | 45,98  |

**ПОЛДНИК**

|                  |     |      |      |       |        |
|------------------|-----|------|------|-------|--------|
| ПЕЧЕНЬЕ(25)      | 25  | 1,88 | 2,45 | 18,60 | 103,95 |
| КЕФИР(180)       | 180 | 5,22 | 4,50 | 7,20  | 90,18  |
| ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(95) | 95  | 0,38 | 0,38 | 9,31  | 42,18  |

**УЖИН**

|                                   |     |       |       |       |        |
|-----------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ(МОРКОВЬ)(30)       | 30  | 0,44  | 1,22  | 2,38  | 22,23  |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (150)           | 150 | 13,45 | 19,77 | 3,52  | 245,84 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ (2-ОЙ ВАРИАНТ)(180) | 180 | 1,26  | 1,13  | 11,15 | 59,75  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)         | 20  | 1,52  | 0,16  | 9,84  | 46,88  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)             | 20  | 1,1   | 0,22  | 9,88  | 45,98  |

УТВЕРЖДАЮ:



Заведующий МАДОУ

"Детский сад № 23" г.Перми

Е.Л.Новоселова

День 6

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (3-7 ЛЕТ)**

на 15.04.2024г.

| Наименование блюда | Выход | Б,г | Ж,г | У,г | К,ккал |
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|

**ЗАВТРАК**

|  |     |      |      |       |        |
|--|-----|------|------|-------|--------|
| КАША ОВСЯНАЯ ИЗ ГЕРКУЛЕСА ЖИДКАЯ(165)        | 165 | 5,56 | 6,94 | 21,12 | 169,19 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-ОЙ ВАРИАНТ)200 | 200 | 3,29 | 2,80 | 14,90 | 97,96  |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ(30/5)                     | 35  | 2,30 | 4,50 | 15,49 | 111,62 |

**2-ой ЗАВТРАК**

|           |     |      |      |       |       |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|
| СОК ПОРЦ. | 100 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 43,30 |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|

**ОБЕД**

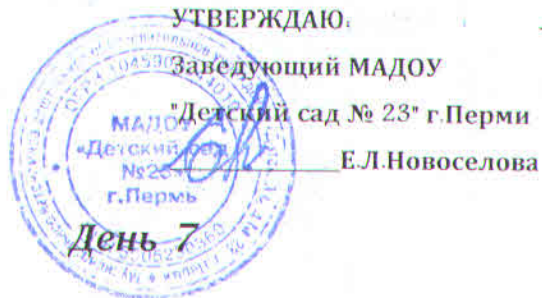
|                               |     |       |      |       |        |
|-------------------------------|-----|-------|------|-------|--------|
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ(50)           | 50  | 0,95  | 4,45 | 3,85  | 59,25  |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ(200) | 200 | 1,93  | 4,93 | 13,66 | 106,74 |
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ(70)            | 70  | 13,03 | 2,38 | 8,17  | 106,28 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ(130)        | 130 | 2,82  | 5,16 | 18,64 | 132,31 |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК(180)   | 180 | 0,14  | 0,14 | 12,53 | 51,98  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)     | 20  | 1,52  | 0,16 | 9,84  | 46,88  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ              | 25  | 1,40  | 0,28 | 12,35 | 57,48  |

**ПОЛДНИК**

|                   |     |      |      |       |        |
|-------------------|-----|------|------|-------|--------|
| ПЕЧЕНЬЕ(35)       | 35  | 2,63 | 3,43 | 26,04 | 145,53 |
| КЕФИР             | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,00  | 100,20 |
| ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(100) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80  | 44,40  |

**УЖИН**

|                                    |     |       |       |       |        |
|------------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ(МОРКОВЬ)(50)        | 50  | 0,71  | 0,22  | 3,92  | 20,49  |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (150)            | 150 | 13,45 | 19,77 | 3,52  | 245,84 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ (2-ОЙ ВАРИАНТ) (200) | 200 | 1,40  | 1,25  | 12,38 | 66,39  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.               | 25  | 1,90  | 0,20  | 12,30 | 58,60  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ                   | 25  | 1,40  | 0,28  | 12,35 | 57,48  |



**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ)**  
на 16.04.2024г.

| Наименование блюда | Выход | Б,г | Ж,г | У,г | К,ккал |
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|

**ЗАВТРАК**

|  |     |       |      |       |        |
|--|-----|-------|------|-------|--------|
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА(110)                        | 110 | 23,45 | 9,58 | 16,84 | 247,33 |
| КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО(35) | 35  | 0,01  | 0,00 | 5,60  | 22,45  |
| КАКАО С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)(170)              | 170 | 3,01  | 2,52 | 12,76 | 85,72  |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ(30/5/10)                       | 45  | 4,67  | 7,54 | 15,49 | 148,45 |

**2-ой ЗАВТРАК**

|           |     |      |      |       |       |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|
| СОК ПОРЦ. | 100 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 43,30 |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|

**ОБЕД**

|                           |     |       |       |       |        |
|---------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ           | 30  | 0,24  | 0,03  | 0,51  | 3,27   |
| СВЕКОЛЬНИК(180)           | 180 | 1,86  | 3,91  | 12,80 | 93,80  |
| СУФЛЕ ИЗ КУР              | 65  | 14,44 | 12,96 | 2,02  | 182,46 |
| КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ.(110) | 110 | 1,53  | 2,10  | 15,95 | 88,81  |
| КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА(180) | 180 | 0,52  | 0,16  | 21,94 | 91,24  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)  | 10  | 0,76  | 0,08  | 4,92  | 23,44  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)     | 20  | 1,12  | 0,22  | 9,88  | 45,98  |

**ПОЛДНИК**

|                          |     |      |      |       |        |
|--------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ(50) | 50  | 4,60 | 6,13 | 25,40 | 175,21 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ(180)    | 180 | 5,04 | 4,50 | 8,46  | 94,50  |

**УЖИН**

|                                   |     |       |       |      |        |
|-----------------------------------|-----|-------|-------|------|--------|
| БИГУС (180)                       | 180 | 15,87 | 12,12 | 8,04 | 204,72 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)(180) | 180 | 0,06  | 0,01  | 9,25 | 37,28  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)         | 20  | 1,52  | 0,16  | 9,84 | 46,88  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)             | 20  | 1,12  | 0,22  | 9,88 | 45,98  |



**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (3-7 ЛЕТ)**  
на 16.04.2024г.

| Наименование блюда | Выход | Б,г | Ж,г | У,г | К,ккал |
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|

**ЗАВТРАК**

|  |     |       |       |       |        |
|--|-----|-------|-------|-------|--------|
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА(150)                        | 150 | 31,97 | 12,96 | 22,75 | 335,50 |
| КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО(50) | 50  | 0,02  | 0,00  | 7,93  | 31,79  |
| КАКАО С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)                   | 200 | 3,53  | 2,95  | 15,01 | 100,69 |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ(30/5/15)                       | 50  | 5,86  | 9,06  | 15,49 | 166,88 |

**2-ой ЗАВТРАК**

|           |     |      |      |       |       |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|
| СОК ПОРЦ. | 100 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 43,30 |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|

**ОБЕД**

|                           |       |       |       |       |        |
|---------------------------|-------|-------|-------|-------|--------|
| ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (50)      | 50    | 0,40  | 0,05  | 0,85  | 5,45   |
| СВЕКОЛЬНИК(200)           | 200   | 2,06  | 4,34  | 13,49 | 101,23 |
| ПТИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ   | 70/30 | 22,86 | 16,75 | 2,47  | 252,11 |
| РИС ПРИПУЩЕННЫЙ(130)      | 130   | 3,12  | 4,64  | 32,49 | 184,26 |
| КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА(180) | 180   | 0,52  | 0,16  | 21,94 | 91,24  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20) | 20    | 1,52  | 0,16  | 9,84  | 46,88  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ          | 25    | 1,40  | 0,28  | 12,35 | 57,48  |

**ПОЛДНИК**

|                      |     |      |      |       |        |
|----------------------|-----|------|------|-------|--------|
| ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ | 70  | 6,45 | 8,69 | 35,58 | 246,29 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ     | 200 | 5,60 | 5,00 | 9,40  | 105,00 |

**УЖИН**

|                                 |     |       |       |       |        |
|---------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| БИГУС .(200)                    | 200 | 16,65 | 12,85 | 8,92  | 217,97 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)200 | 200 | 0,06  | 0,01  | 10,28 | 41,42  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.            | 25  | 1,90  | 0,20  | 12,30 | 58,60  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ                | 25  | 1,40  | 0,28  | 12,35 | 57,48  |



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

Детский сад № 23" г.Перми

Е.Л.Новоселова

День 8

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ)**

на 17.04.2024г.

| Наименование блюда | Выход | Б,г | Ж,г | У,г | К,ккал |
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|

**ЗАВТРАК**

|                                   |     |      |      |       |        |
|-----------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ (150)     | 150 | 5,44 | 5,02 | 28,08 | 179,24 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ (2-ОЙ ВАРИАНТ)(180) | 180 | 1,31 | 1,13 | 11,17 | 60,04  |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ(30/10)       | 40  | 2,29 | 0,87 | 21,92 | 104,67 |

**2-ой ЗАВТРАК**

|           |     |      |      |       |       |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|
| СОК ПОРЦ. | 100 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 43,30 |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|

**ОБЕД**

|                                   |     |       |       |       |        |
|-----------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (30)     | 30  | 0,43  | 1,53  | 2,51  | 25,49  |
| СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ(180)     | 180 | 5,70  | 10,58 | 12,20 | 166,82 |
| КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ(60)                | 60  | 17,81 | 17,93 | 6,32  | 257,85 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (110) | 110 | 4,03  | 4,01  | 27,41 | 161,82 |
| НАПИТОК МОРКОВНО-ЯБЛОЧНЫЙ         | 180 | 0,61  | 0,18  | 14,91 | 63,68  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)          | 10  | 0,76  | 0,08  | 4,92  | 23,44  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)             | 20  | 1,12  | 0,22  | 9,88  | 45,98  |

**ПОЛДНИК**

|                    |     |      |      |       |        |
|--------------------|-----|------|------|-------|--------|
| БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ | 50  | 3,70 | 4,83 | 30,58 | 180,61 |
| КЕФИР              | 150 | 4,35 | 3,75 | 6,00  | 75,15  |

**УЖИН**

|                                       |     |       |      |       |        |
|---------------------------------------|-----|-------|------|-------|--------|
| ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ(180) | 180 | 13,45 | 6,47 | 30,82 | 235,27 |
| СОУС МОЛОЧНЫЙ К БЛЮДАМ (1 ВАР) (30)   | 30  | 1,01  | 1,85 | 2,79  | 31,88  |
| ЧАЙ С САХАРОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)(180)     | 180 | 0,00  | 0,00 | 9,06  | 36,26  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)             | 20  | 1,52  | 0,16 | 9,84  | 46,88  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)                 | 20  | 1,12  | 0,22 | 9,88  | 45,98  |



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

Детский сад № 23" г.Перми

Е.Л.Новоселова

День 8

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (3-7 ЛЕТ)**

на 17.04.2024г.

| Наименование блюда | Выход | Б,г | Ж,г | У,г | К,ккал |
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|

**ЗАВТРАК**

|                                   |     |      |      |       |        |
|-----------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ(165)      | 165 | 5,98 | 5,51 | 30,88 | 197,10 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ (2-ОЙ ВАРИАНТ)(200) | 200 | 1,40 | 1,25 | 12,39 | 66,39  |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ(30/10)       | 40  | 2,29 | 0,87 | 21,92 | 104,67 |

**2-ой ЗАВТРАК**

|           |     |      |      |       |       |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|
| СОК ПОРЦ. | 100 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 43,30 |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|

**ОБЕД**

|                                  |     |       |       |       |        |
|----------------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(50)     | 50  | 0,71  | 2,55  | 4,19  | 42,52  |
| СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ(200)    | 200 | 6,33  | 11,76 | 13,55 | 185,35 |
| КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ (70)              | 70  | 11,14 | 14,90 | 7,37  | 208,12 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(130) | 130 | 4,76  | 4,74  | 32,39 | 191,24 |
| НАПИТОК МОРКОВНО-ЯБЛОЧНЫЙ        | 180 | 0,61  | 0,29  | 15,04 | 65,18  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)        | 20  | 1,52  | 0,16  | 9,84  | 46,88  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ                 | 25  | 1,40  | 0,28  | 12,35 | 57,48  |

**ПОЛДНИК**

|                        |     |      |      |       |        |
|------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ(60) | 60  | 4,31 | 5,72 | 36,98 | 216,62 |
| КЕФИР                  | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,00  | 100,20 |

**УЖИН**

|                                    |     |       |      |       |        |
|------------------------------------|-----|-------|------|-------|--------|
| ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ   | 200 | 14,95 | 7,10 | 34,25 | 260,70 |
| СОУС МОЛОЧНЫЙ К БЛЮДАМ (1 ВАР)(30) | 30  | 1,01  | 1,85 | 2,49  | 30,68  |
| ЧАЙ С САХАРОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)(200)  | 200 | 0,00  | 0,00 | 10,07 | 40,28  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.               | 25  | 1,90  | 0,20 | 12,30 | 58,60  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ                   | 25  | 1,40  | 0,28 | 12,35 | 57,48  |





УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

МАДОУ Детский сад № 23 г.Перми  
№23  
г.Пермь  
Е.Л.Новоселова

День 9

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ)**

на 18.04.2024г.

| Наименование блюда                             | Выход | Б,г   | Ж,г   | У,г   | К,ккал |
|--|-------|-------|-------|-------|--------|
| <b><u>ЗАВТРАК</u></b>                          |       |       |       |       |        |
| КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ                   | 150   | 5,84  | 5,85  | 27,24 | 184,93 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-ОЙ ВАРИАНТ)(170) | 170   | 2,79  | 2,38  | 12,67 | 83,27  |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ(30/5/10)                     | 45    | 4,67  | 7,54  | 15,49 | 148,45 |
| <b><u>2-ой ЗАВТРАК</u></b>                     |       |       |       |       |        |
| СОК ПОРЦ.                                      | 100   | 0,50  | 0,10  | 10,10 | 43,30  |
| <b><u>ОБЕД</u></b>                             |       |       |       |       |        |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ              | 30    | 0,48  | 3,03  | 0,98  | 33,06  |
| СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ(180)                 | 180   | 2,19  | 3,53  | 9,46  | 78,35  |
| БИФШТЕКС МЯСНОЙ 60                             | 60    | 12,67 | 9,12  | 0,00  | 132,76 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ.(110)                    | 110   | 2,73  | 2,44  | 14,87 | 92,42  |
| КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ                      | 150   | 0,20  | 0,16  | 11,33 | 47,52  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)                       | 10    | 0,76  | 0,08  | 4,92  | 23,44  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)                          | 20    | 1,12  | 0,22  | 9,88  | 45,98  |
| <b><u>ПОЛДНИК</u></b>                          |       |       |       |       |        |
| ПЕЧЕНЬЕ(25)                                    | 25    | 1,88  | 2,45  | 18,60 | 103,95 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ(180)                          | 180   | 5,04  | 4,50  | 8,46  | 94,50  |
| <b><u>УЖИН</u></b>                             |       |       |       |       |        |
| СУФЛЕ РЫБНОЕ 150                               | 150   | 34,93 | 16,93 | 15,23 | 353,00 |
| ЧАЙ С САХАРОМ (2-ЫЙ ВАРИАНТ)(180)              | 180   | 0,00  | 0,00  | 9,03  | 36,13  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.                           | 25    | 1,90  | 0,20  | 12,30 | 58,60  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ                               | 25    | 1,40  | 0,28  | 12,35 | 57,48  |
| ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(95)                               | 95    | 0     | 0,38  | 9,31  | 42,18  |



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

МАДОУ Детский сад № 23 г.Перми

№23  
г.Пермь  
Е.Л.Новоселова

День 9

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (3-7 ЛЕТ)**

на 18.04.2024г.

| Наименование блюда                           | Выход | Б,г   | Ж,г   | У,г   | К,ккал |
|--|-------|-------|-------|-------|--------|
| <b><u>ЗАВТРАК</u></b>                        |       |       |       |       |        |
| КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(150)            | 150   | 5,84  | 5,85  | 27,24 | 184,93 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-ОЙ ВАРИАНТ)200 | 200   | 3,29  | 2,80  | 14,90 | 97,96  |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ(30/5/15)                   | 50    | 5,86  | 9,06  | 15,49 | 166,88 |
| <b><u>2-ой ЗАВТРАК</u></b>                   |       |       |       |       |        |
| СОК ПОРЦ.                                    | 100   | 0,50  | 0,10  | 10,10 | 43,30  |
| <b><u>ОБЕД</u></b>                           |       |       |       |       |        |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ(50)        | 50    | 0,80  | 5,05  | 1,63  | 55,11  |
| СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ.                   | 200   | 2,44  | 3,92  | 10,51 | 87,05  |
| ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА(50/20)               | 70    | 15,11 | 29,73 | 2,66  | 338,63 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(130)              | 130   | 7,59  | 5,83  | 41,34 | 248,24 |
| КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ(180)               | 180   | 0,24  | 0,19  | 13,60 | 57,02  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)                    | 20    | 1,52  | 0,16  | 9,84  | 46,88  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ                             | 25    | 1,40  | 0,28  | 12,35 | 57,48  |
| <b><u>ПОЛДНИК</u></b>                        |       |       |       |       |        |
| ПЕЧЕНЬЕ(35)                                  | 35    | 2,63  | 3,43  | 26,04 | 145,53 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                             | 200   | 5,60  | 5,00  | 9,40  | 105,00 |
| ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(100)                            | 100   | 0,40  | 0,40  | 9,80  | 44,40  |
| <b><u>УЖИН</u></b>                           |       |       |       |       |        |
| РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ                    | 200   | 29,28 | 15,45 | 17,76 | 327,21 |
| ЧАЙ С САХАРОМ (2-ЫЙ ВАРИАНТ)                 | 200   | 0,00  | 0,00  | 10,04 | 40,14  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.                         | 25    | 1,90  | 0,20  | 12,30 | 58,60  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ                             | 25    | 1,40  | 0,28  | 12,35 | 57,48  |



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

«Детский сад № 23» г.Перми

Е.Л.Новоселова

День 10

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (3-7 ЛЕТ)**

на 19.04.2024г.

| Наименование блюда | Выход | Б,г | Ж,г | У,г | К,ккал |
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|

**ЗАВТРАК**

|                                       |     |      |      |       |        |
|---------------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(165)      | 165 | 5,03 | 5,41 | 26,30 | 174,07 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ | 200 | 5,13 | 4,23 | 17,51 | 128,61 |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ(30/5)              | 35  | 2,30 | 4,50 | 15,49 | 111,62 |

**2-ой ЗАВТРАК**

|           |     |      |      |       |       |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|
| СОК ПОРЦ. | 100 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 43,30 |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|

**ОБЕД**

|   |     |       |       |       |        |
|---|-----|-------|-------|-------|--------|
| ИКРА МОРКОВНАЯ (50)                         | 50  | 0,82  | 4,17  | 4,82  | 59,98  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (1-ЫЙ ВАР)(200) | 200 | 5,01  | 3,40  | 17,81 | 121,84 |
| КОТЛЕТЫ ИЗ КУРЫ(70)                         | 70  | 22,45 | 11,47 | 7,29  | 222,23 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ(130)                      | 130 | 2,82  | 5,16  | 18,64 | 132,31 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(180)            | 180 | 0,00  | 0,00  | 9,00  | 36,00  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)                   | 20  | 1,52  | 0,16  | 9,84  | 46,88  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ                            | 25  | 1,40  | 0,28  | 12,35 | 57,48  |

**ПОЛДНИК**

|                      |     |      |      |       |        |
|----------------------|-----|------|------|-------|--------|
| БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ(60) | 60  | 4,59 | 7,13 | 38,17 | 235,24 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ     | 200 | 5,60 | 5,00 | 9,40  | 105,00 |

**УЖИН**

|   |     |       |       |       |        |
|---|-----|-------|-------|-------|--------|
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА(150)                         | 150 | 31,97 | 12,96 | 22,75 | 335,50 |
| СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ                             | 50  | 1,28  | 2,41  | 8,20  | 59,60  |
| КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО(180) | 180 | 0,06  | 0,00  | 28,55 | 114,45 |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)                         | 20  | 1,52  | 0,16  | 9,84  | 46,88  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ                                  | 25  | 1,40  | 0,28  | 12,35 | 57,48  |
| ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(100)                                 | 100 | 0,7   | 0,40  | 9,80  | 44,40  |



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

«Детский сад № 23» г.Перми

Е.Л.Новоселова

День 10

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ)**

на 19.04.2024г.

| Наименование блюда | Выход | Б,г | Ж,г | У,г | К,ккал |
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|

**ЗАВТРАК**

|  |     |      |      |       |        |
|--|-----|------|------|-------|--------|
| КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(150)       | 150 | 4,57 | 4,97 | 23,99 | 159,02 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ. | 180 | 4,39 | 3,75 | 15,60 | 113,70 |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ(30/5)               | 35  | 2,30 | 4,50 | 15,49 | 111,62 |

**2-ой ЗАВТРАК**

|           |     |      |      |       |       |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|
| СОК ПОРЦ. | 100 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 43,30 |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|

**ОБЕД**

|   |     |       |      |       |        |
|---|-----|-------|------|-------|--------|
| ИКРА МОРКОВНАЯ(30)                          | 30  | 0,49  | 2,50 | 2,94  | 36,19  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (1-ЫЙ ВАР)(180) | 180 | 4,51  | 3,06 | 16,03 | 109,66 |
| КОТЛЕТЫ ИЗ КУРЫ                             | 60  | 19,25 | 9,84 | 6,23  | 190,47 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ(110)                      | 110 | 2,52  | 4,46 | 16,80 | 117,43 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(180)            | 180 | 0,00  | 0,00 | 9,00  | 36,00  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)                    | 10  | 0,76  | 0,08 | 4,92  | 23,44  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)                       | 20  | 1,12  | 0,22 | 9,88  | 45,98  |

**ПОЛДНИК**

|                       |     |      |      |       |        |
|-----------------------|-----|------|------|-------|--------|
| БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ      | 50  | 3,83 | 5,94 | 31,83 | 196,10 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ(180) | 180 | 5,04 | 4,50 | 8,46  | 94,50  |

**УЖИН**

|  |     |       |      |       |        |
|--|-----|-------|------|-------|--------|
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА(110)                    | 110 | 23,45 | 9,58 | 16,84 | 247,33 |
| СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ(30)                    | 30  | 0,77  | 1,45 | 4,92  | 35,76  |
| КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО | 150 | 0,05  | 0,00 | 23,79 | 95,38  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)                     | 10  | 0,76  | 0,08 | 4,92  | 23,44  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)                        | 20  | 1,12  | 0,22 | 9,88  | 45,98  |
| ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(95)                             | 95  | 0,7   | 0,38 | 9,31  | 42,18  |



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

«Детский сад №23» г.Пермь  
«Детский сад №23» г.Пермь

Е.Л.Новоселова

День 1

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ)**

на 22.04.2024г.

| Наименование блюда | Выход | Б,г | Ж,г | У,г | К,ккал |
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|

**ЗАВТРАК**

|                                     |     |      |      |       |        |
|-------------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ (150)       | 150 | 5,66 | 5,02 | 27,81 | 179,05 |
| КАКАО С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)(170) | 170 | 3,10 | 2,51 | 21,31 | 120,28 |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ(30/10)         | 40  | 2,29 | 0,87 | 21,92 | 104,67 |

**2-ой ЗАВТРАК**

|           |     |      |      |       |       |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|
| СОК ПОРЦ. | 100 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 43,30 |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|

**ОБЕД**

|   |     |       |       |       |        |
|---|-----|-------|-------|-------|--------|
| САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ (40)                   | 40  | 0,77  | 2,15  | 5,97  | 46,25  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ. | 180 | 2,02  | 2,14  | 14,95 | 87,13  |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ(160)                      | 160 | 12,71 | 10,17 | 11,30 | 187,61 |
| СОУС ТОМАТНЫЙ (ПОРЦ)(30)                  | 30  | 0,39  | 1,10  | 2,48  | 21,38  |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК                    | 150 | 0,12  | 0,12  | 10,44 | 43,32  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)                  | 10  | 0,76  | 0,08  | 4,92  | 23,44  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)                     | 20  | 1,12  | 0,22  | 9,88  | 45,98  |

**ПОЛДНИК**

|                     |     |      |      |       |        |
|---------------------|-----|------|------|-------|--------|
| СУШКА ГОРЧИЧНАЯ(30) | 30  | 3,21 | 0,36 | 21,36 | 101,52 |
| КЕФИР(180)          | 180 | 5,22 | 4,50 | 7,20  | 90,18  |

**УЖИН**

|                                   |     |       |      |       |        |
|-----------------------------------|-----|-------|------|-------|--------|
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ                    | 60  | 11,41 | 4,68 | 6,05  | 111,98 |
| ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ(110)               | 110 | 1,97  | 4,78 | 10,90 | 94,52  |
| ЧАЙ С САХАРОМ (2-ЫЙ ВАРИАНТ)(180) | 180 | 0,00  | 0,00 | 9,01  | 36,06  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)          | 10  | 0,76  | 0,08 | 4,92  | 23,44  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)             | 20  | 1,12  | 0,22 | 9,88  | 45,98  |
| ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(95)                  | 95  | 0,38  | 0,38 | 9,31  | 42,18  |



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

«Детский сад №23» г.Пермь  
«Детский сад №23» г.Пермь

Е.Л.Новоселова

День 1

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (3-7 ЛЕТ)**

на 22.04.2024г.

| Наименование блюда | Выход | Б,г | Ж,г | У,г | К,ккал |
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|

**ЗАВТРАК**

|                                |     |      |      |       |        |
|--------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ(165)   | 165 | 5,98 | 5,51 | 30,88 | 197,10 |
| КАКАО С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) | 200 | 3,53 | 2,95 | 15,01 | 100,69 |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ(30/10)    | 40  | 2,29 | 0,87 | 21,92 | 104,67 |

**2-ой ЗАВТРАК**

|           |     |      |      |       |       |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|
| СОК ПОРЦ. | 100 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 43,30 |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|

**ОБЕД**

|                             |     |       |       |       |        |
|-----------------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ (50)     | 50  | 0,96  | 2,68  | 7,46  | 57,81  |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 200 | 2,25  | 2,37  | 16,61 | 96,81  |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ(200)        | 200 | 15,89 | 12,71 | 14,13 | 234,53 |
| СОУС ТОМАТНЫЙ(ПОРЦ)         | 50  | 0,64  | 1,84  | 4,13  | 35,63  |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК(180) | 180 | 0,14  | 0,14  | 12,53 | 51,98  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)   | 20  | 1,52  | 0,16  | 9,84  | 46,88  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ            | 25  | 1,40  | 0,28  | 12,35 | 57,48  |

**ПОЛДНИК**

|                      |     |      |      |       |        |
|----------------------|-----|------|------|-------|--------|
| СУШКА ГОРЧИЧНАЯ (30) | 30  | 3,21 | 0,36 | 21,36 | 101,52 |
| КЕФИР                | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,00  | 100,20 |
| ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(100)    | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80  | 44,40  |

**УЖИН**

|                              |     |       |      |       |        |
|------------------------------|-----|-------|------|-------|--------|
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ(70)           | 70  | 13,03 | 2,38 | 8,17  | 106,28 |
| ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ(130)          | 130 | 2,33  | 5,65 | 12,88 | 111,71 |
| ЧАЙ С САХАРОМ (2-ЫЙ ВАРИАНТ) | 200 | 0,00  | 0,00 | 10,04 | 40,14  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.         | 25  | 1,90  | 0,20 | 12,30 | 58,60  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ             | 25  | 1,40  | 0,28 | 12,35 | 57,48  |



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

«Детский сад №23» г.Пермь

Е.Л.Новоселова

День 2

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ)**

на 23.04.2024г.

| Наименование блюда | Выход | Б,г | Ж,г | У,г | К,ккал |
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|

**ЗАВТРАК**

|  |     |      |      |       |        |
|--|-----|------|------|-------|--------|
| КАША "ДРУЖБА"(140)                       | 140 | 3,63 | 4,75 | 19,55 | 135,47 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВАР)170 | 170 | 2,80 | 2,38 | 12,66 | 83,26  |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ(30/5/10)               | 45  | 4,67 | 7,54 | 15,49 | 148,45 |

**2-ой ЗАВТРАК**

|           |     |      |      |       |       |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|
| СОК ПОРЦ. | 100 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 43,30 |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|

**ОБЕД**

|   |     |       |      |       |        |
|---|-----|-------|------|-------|--------|
| САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ       | 30  | 0,26  | 1,83 | 0,79  | 20,65  |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (180) | 180 | 1,56  | 4,89 | 6,74  | 77,17  |
| БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРЫ(60)         | 60  | 10,77 | 5,38 | 6,23  | 116,44 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ(110)       | 110 | 2,16  | 4,65 | 13,60 | 104,94 |
| НАПИТОК МОРКОВНО-ЯБЛОЧНЫЙ               | 180 | 0,61  | 0,29 | 15,04 | 65,18  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)                | 10  | 0,76  | 0,08 | 4,92  | 23,44  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)                   | 20  | 1,12  | 0,22 | 9,88  | 45,98  |

**ПОЛДНИК**

|                         |     |      |      |       |        |
|-------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ(60) | 60  | 9,08 | 4,14 | 28,03 | 185,64 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ        | 150 | 4,20 | 3,75 | 7,05  | 78,75  |

**УЖИН**

|                                     |     |      |      |       |        |
|-------------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАР.ИЗДЕЛИЯМИ(180) | 180 | 5,04 | 4,61 | 17,64 | 132,27 |
| ЧАЙ С САХАРОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)(180)   | 180 | 0,00 | 0,00 | 9,06  | 36,26  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)           | 20  | 1,52 | 0,16 | 9,84  | 46,88  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)               | 20  | 1,12 | 0,22 | 9,88  | 45,98  |



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

«Детский сад №23» г.Пермь

Е.Л.Новоселова

День 2

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (3-7 ЛЕТ)**

на 23.04.2024г.

| Наименование блюда | Выход | Б,г | Ж,г | У,г | К,ккал |
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|
|--------------------|-------|-----|-----|-----|--------|

**ЗАВТРАК**

|  |     |      |      |       |        |
|--|-----|------|------|-------|--------|
| КАША "ДРУЖБА"(165)                       | 165 | 4,29 | 5,55 | 23,09 | 159,46 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВАР)200 | 200 | 3,29 | 2,80 | 14,90 | 97,96  |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ(30/5/15)               | 50  | 5,86 | 9,06 | 15,49 | 166,88 |

**2-ой ЗАВТРАК**

|           |     |      |      |       |       |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|
| СОК ПОРЦ. | 100 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 43,30 |
|-----------|-----|------|------|-------|-------|

**ОБЕД**

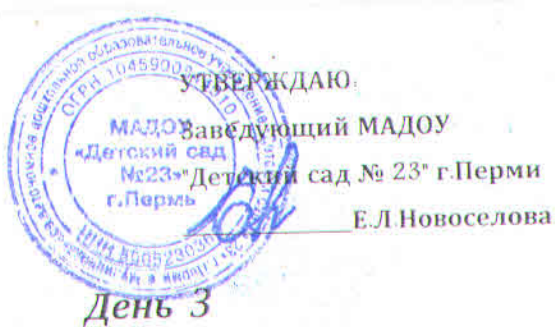
|   |     |       |       |       |        |
|---|-----|-------|-------|-------|--------|
| САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ       | 50  | 0,43  | 3,05  | 1,30  | 34,39  |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (200) | 200 | 1,65  | 5,43  | 7,41  | 85,08  |
| РАГУ ИЗ ПТИЦЫ(200)                      | 200 | 20,59 | 16,42 | 16,94 | 297,96 |
| НАПИТОК МОРКОВНО-ЯБЛОЧНЫЙ               | 180 | 0,61  | 0,29  | 15,04 | 65,18  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)               | 20  | 1,52  | 0,16  | 9,84  | 46,88  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ                        | 25  | 1,40  | 0,28  | 12,35 | 57,48  |

**ПОЛДНИК**

|                     |     |       |      |       |        |
|---------------------|-----|-------|------|-------|--------|
| ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 70  | 10,57 | 4,77 | 32,73 | 216,15 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ    | 200 | 5,60  | 5,00 | 9,40  | 105,00 |

**УЖИН**

|                                   |     |      |      |       |        |
|-----------------------------------|-----|------|------|-------|--------|
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАР.ИЗДЕЛИЯМИ    | 200 | 5,60 | 5,13 | 19,65 | 147,14 |
| ЧАЙ С САХАРОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)(200) | 200 | 0,00 | 0,00 | 10,07 | 40,28  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.              | 25  | 1,90 | 0,20 | 12,30 | 58,60  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ                  | 25  | 1,40 | 0,28 | 12,35 | 57,48  |



**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ)**  
на 24.04.2024г.

| Наименование блюда                       | Выход | Б,г   | Ж,г   | У,г   | К,ккал |
|--|-------|-------|-------|-------|--------|
| <b><u>ЗАВТРАК</u></b>                    |       |       |       |       |        |
| ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ (140)                   | 140   | 11,36 | 16,10 | 5,52  | 212,39 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ (2-ОЙ ВАРИАНТ)(180)        | 180   | 1,31  | 1,13  | 15,60 | 77,76  |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ(30/5)                 | 35    | 2,30  | 4,50  | 15,49 | 111,62 |
| <b><u>2-ой ЗАВТРАК</u></b>               |       |       |       |       |        |
| СОК ПОРЦ.                                | 100   | 0,50  | 0,10  | 10,10 | 43,30  |
| <b><u>ОБЕД</u></b>                       |       |       |       |       |        |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ        | 30    | 0,48  | 3,03  | 0,98  | 33,06  |
| БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ(180) | 180   | 1,64  | 4,84  | 9,85  | 89,56  |
| КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ(60)                       | 60    | 17,81 | 17,93 | 6,32  | 257,85 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ(110)                   | 110   | 2,52  | 4,46  | 16,80 | 117,43 |
| НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА(180)                | 180   | 0,29  | 0,13  | 17,53 | 72,41  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)                 | 10    | 0,76  | 0,08  | 4,92  | 23,44  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)                    | 20    | 1,12  | 0,22  | 9,88  | 45,98  |
| <b><u>ПОЛДНИК</u></b>                    |       |       |       |       |        |
| ПЕЧЕНЬЕ(20)                              | 20    | 1,50  | 1,96  | 14,88 | 83,16  |
| ЙОГУРТ ПОРЦ.(180)                        | 180   | 7,20  | 4,50  | 21,60 | 155,70 |
| <b><u>УЖИН</u></b>                       |       |       |       |       |        |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ(160)         | 160   | 20,83 | 12,08 | 23,13 | 284,57 |
| СОУС МОЛОЧНЫЙ К БЛЮДАМ (1 ВАР)(20)       | 20    | 0,67  | 1,24  | 1,86  | 21,26  |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ (2-ОЙ ВАРИАНТ)             | 150   | 0,05  | 0,01  | 11,36 | 45,67  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)                | 20    | 1,52  | 0,16  | 9,84  | 46,88  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)                    | 20    | 1,12  | 0,22  | 9,88  | 45,98  |
| ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(95)                         | 95    | 0,38  | 0,38  | 9,31  | 42,18  |



**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (3-7 ЛЕТ)**  
на 24.04.2024г.

| Наименование блюда                       | Выход | Б,г   | Ж,г   | У,г   | К,ккал |
|--|-------|-------|-------|-------|--------|
| <b><u>ЗАВТРАК</u></b>                    |       |       |       |       |        |
| ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ                         | 180   | 14,60 | 20,70 | 7,10  | 273,07 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ (2-ОЙ ВАРИАНТ) (200)       | 200   | 1,40  | 1,25  | 12,38 | 66,39  |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ(30/5)                 | 35    | 2,30  | 4,50  | 15,49 | 111,62 |
| <b><u>2-ой ЗАВТРАК</u></b>               |       |       |       |       |        |
| СОК ПОРЦ.                                | 100   | 0,50  | 0,10  | 10,10 | 43,30  |
| <b><u>ОБЕД</u></b>                       |       |       |       |       |        |
| САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ(50)    | 50    | 0,80  | 5,05  | 1,63  | 55,11  |
| БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ(200) | 200   | 1,83  | 5,38  | 10,95 | 99,52  |
| КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ (70)                      | 70    | 20,77 | 20,92 | 7,37  | 300,83 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (150)                  | 150   | 3,26  | 6,03  | 21,51 | 153,38 |
| НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА                     | 180   | 0,29  | 0,13  | 17,53 | 72,41  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)                | 20    | 1,52  | 0,16  | 9,84  | 46,88  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ                         | 25    | 1,40  | 0,28  | 12,35 | 57,48  |
| <b><u>ПОЛДНИК</u></b>                    |       |       |       |       |        |
| ПЕЧЕНЬЕ(35)                              | 35    | 2,63  | 3,43  | 26,04 | 145,53 |
| ЙОГУРТ ПОРЦ.                             | 200   | 8,00  | 5,00  | 24,00 | 173,00 |
| ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(100)                        | 100   | 0,40  | 0,40  | 9,80  | 44,40  |
| <b><u>УЖИН</u></b>                       |       |       |       |       |        |
| ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ(130)      | 130   | 24,57 | 20,41 | 8,78  | 317,07 |
| РИС ПРИПУЩЕННЫЙ(130)                     | 130   | 3,12  | 4,64  | 32,49 | 184,26 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ (2-ОЙ ВАРИАНТ)(180)        | 180   | 0,06  | 0,01  | 9,22  | 37,15  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.                     | 25    | 1,90  | 0,20  | 12,30 | 58,60  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ                         | 25    | 1,40  | 0,28  | 12,35 | 57,48  |



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ  
«Детский сад № 23» г.Перми  
Е.Л.Новоселова

День 4

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ)**  
на 25.04.2024г.

| Наименование блюда                               | Выход | Б,г   | Ж,г  | У,г   | К,ккал |
|--|-------|-------|------|-------|--------|
| <b><u>ЗАВТРАК</u></b>                            |       |       |      |       |        |
| КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ.                    | 130   | 5,13  | 5,07 | 24,12 | 162,63 |
| ЧАЙ С САХАРОМ (2-ЫЙ ВАРИАНТ)(180)                | 180   | 0,00  | 0,00 | 9,03  | 36,13  |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ(30/5/10)                       | 45    | 4,66  | 7,54 | 15,49 | 148,39 |
| <b><u>2-ой ЗАВТРАК</u></b>                       |       |       |      |       |        |
| СОК ПОРЦ.  | 100   | 0,50  | 0,10 | 10,10 | 43,30  |
| <b><u>ОБЕД</u></b>                               |       |       |      |       |        |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ (30)                  | 30    | 0,33  | 1,85 | 3,21  | 30,82  |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ(180)                               | 180   | 1,59  | 4,18 | 8,16  | 76,63  |
| СУФЛЕ РЫБНОЕ (60)                                | 60    | 13,20 | 5,01 | 3,90  | 113,45 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(110)                 | 110   | 4,03  | 4,01 | 27,41 | 161,82 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(180)                 | 180   | 0,00  | 0,00 | 8,98  | 35,93  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)                         | 10    | 0,76  | 0,08 | 4,92  | 23,44  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)                            | 20    | 1,12  | 0,22 | 9,88  | 45,98  |
| <b><u>ПОЛДНИК</u></b>                            |       |       |      |       |        |
| БУЛОЧКА "НЕЖНАЯ"(50)                             | 50    | 3,88  | 8,05 | 29,71 | 206,79 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                 | 150   | 4,20  | 3,75 | 7,05  | 78,75  |
| <b><u>УЖИН</u></b>                               |       |       |      |       |        |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА(110)                        | 110   | 23,45 | 9,58 | 16,84 | 247,33 |
| КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ФЛОВОДОГО ИЛИ ЯГОДНОГО(35) | 35    | 0,00  | 0,00 | 1,75  | 6,99   |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)(180)                | 180   | 1,31  | 1,13 | 11,21 | 60,17  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)                         | 10    | 0,76  | 0,08 | 4,92  | 23,44  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)                            | 20    | 1,12  | 0,22 | 9,88  | 45,98  |
| ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(95)                                 | 95    | 0,38  | 0,38 | 9,31  | 42,18  |



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ  
«Детский сад № 23» г.Перми  
Е.Л.Новоселова

День 4

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (3-7 ЛЕТ)**  
на 25.04.2024г.

| Наименование блюда                               | Выход | Б,г   | Ж,г   | У,г   | К,ккал |
|--|-------|-------|-------|-------|--------|
| <b><u>ЗАВТРАК</u></b>                            |       |       |       |       |        |
| КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(150)                | 150   | 5,84  | 5,85  | 27,24 | 184,93 |
| ЧАЙ С САХАРОМ (2-ЫЙ ВАРИАНТ)                     | 200   | 0,00  | 0,00  | 10,04 | 40,14  |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ(30/5/15)                       | 50    | 5,86  | 9,06  | 15,49 | 166,88 |
| <b><u>2-ой ЗАВТРАК</u></b>                       |       |       |       |       |        |
| СОК ПОРЦ.  | 100   | 0,50  | 0,10  | 10,10 | 43,30  |
| <b><u>ОБЕД</u></b>                               |       |       |       |       |        |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ(50)                   | 50    | 0,55  | 3,08  | 5,33  | 51,26  |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ(200)                               | 200   | 1,96  | 5,31  | 10,82 | 98,93  |
| СУФЛЕ РЫБНОЕ(70)                                 | 70    | 15,39 | 5,84  | 4,55  | 132,36 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(130)                 | 130   | 4,66  | 4,73  | 31,68 | 187,91 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(180)                 | 180   | 0,00  | 0,00  | 9,00  | 36,00  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)                        | 20    | 1,52  | 0,16  | 9,84  | 46,88  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)                            | 20    | 1,12  | 0,22  | 9,88  | 45,98  |
| <b><u>ПОЛДНИК</u></b>                            |       |       |       |       |        |
| БУЛОЧКА "НЕЖНАЯ"(50)                             | 50    | 3,88  | 8,05  | 29,71 | 206,79 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                 | 200   | 5,60  | 5,00  | 9,40  | 105,00 |
| <b><u>УЖИН</u></b>                               |       |       |       |       |        |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА(150)                        | 150   | 31,97 | 12,96 | 22,75 | 335,50 |
| КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ФЛОВОДОГО ИЛИ ЯГОДНОГО(50) | 50    | 0,02  | 0,00  | 7,93  | 31,79  |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)(200)                | 200   | 1,40  | 1,25  | 12,42 | 66,53  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.                             | 25    | 1,90  | 0,20  | 12,30 | 58,60  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ                                 | 25    | 1,40  | 0,28  | 12,35 | 57,48  |



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МАДОУ  
"Детский сад № 23" г.Перми  
Е.Л.Новоселова

День 5

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ)**  
на 26.04.2024г.

| Наименование блюда                            | Выход | Б,г   | Ж,г  | У,г   | К,ккал |
|---|-------|-------|------|-------|--------|
| <b><u>ЗАВТРАК</u></b>                         |       |       |      |       |        |
| КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ                  | 150   | 5,36  | 4,86 | 28,54 | 179,38 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ.        | 180   | 4,39  | 3,75 | 15,60 | 113,70 |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ(30/10)                   | 40    | 2,29  | 0,87 | 21,92 | 104,67 |
| <b><u>2-ой ЗАВТРАК</u></b>                    |       |       |      |       |        |
| СОК ПОРЦ.                                     | 100   | 0,50  | 0,10 | 10,10 | 43,30  |
| <b><u>ОБЕД</u></b>                            |       |       |      |       |        |
| ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ЗЕЛ.ГОРОШЕК) | 30    | 0,90  | 1,07 | 1,88  | 20,77  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ(180)              | 180   | 1,93  | 2,50 | 12,04 | 78,39  |
| ШНИЦЕЛЯ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРЫ                   | 60    | 10,77 | 5,38 | 6,23  | 116,44 |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ (110)                         | 110   | 2,93  | 3,91 | 12,48 | 96,84  |
| КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ                     | 150   | 0,20  | 0,16 | 11,33 | 47,52  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)                      | 10    | 0,76  | 0,08 | 4,92  | 23,44  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)                         | 20    | 1,12  | 0,22 | 9,88  | 45,98  |
| <b><u>ПОЛДНИК</u></b>                         |       |       |      |       |        |
| ПРЯНИК(20)                                    | 20    | 1,18  | 0,94 | 15,00 | 73,18  |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                              | 150   | 4,20  | 3,75 | 7,05  | 78,75  |
| ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(95)                              | 95    | 0,38  | 0,38 | 9,31  | 42,18  |
| <b><u>УЖИН</u></b>                            |       |       |      |       |        |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ(180)              | 180   | 5,64  | 7,49 | 34,68 | 228,67 |
| ЧАЙ С САХАРОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)(180)             | 180   | 0,00  | 0,00 | 9,06  | 36,26  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)                     | 20    | 1,52  | 0,16 | 9,84  | 46,88  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)                         | 20    | 1,12  | 0,22 | 9,88  | 45,98  |



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МАДОУ  
"Детский сад № 23" г.Перми  
Е.Л.Новоселова

День 5

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (3-7 ЛЕТ)**  
на 26.04.2024г.

| Наименование блюда                            | Выход | Б,г   | Ж,г  | У,г   | К,ккал |
|---|-------|-------|------|-------|--------|
| <b><u>ЗАВТРАК</u></b>                         |       |       |      |       |        |
| КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ(165)             | 165   | 5,90  | 5,38 | 31,44 | 197,80 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ         | 200   | 4,98  | 4,23 | 17,38 | 127,49 |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ(30/10)                   | 40    | 2,29  | 0,87 | 21,92 | 104,67 |
| <b><u>2-ой ЗАВТРАК</u></b>                    |       |       |      |       |        |
| СОК ПОРЦ.                                     | 100   | 0,50  | 0,10 | 10,10 | 43,30  |
| <b><u>ОБЕД</u></b>                            |       |       |      |       |        |
| ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ЗЕЛ.ГОРОШЕК) | 50    | 1,50  | 1,76 | 3,13  | 34,40  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ(200)              | 200   | 2,12  | 2,69 | 13,38 | 86,20  |
| ШНИЦЕЛЯ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРЫ                   | 70    | 12,58 | 6,27 | 7,34  | 136,15 |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ (130)                         | 130   | 3,45  | 4,61 | 14,72 | 114,21 |
| КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ(180)                | 180   | 0,24  | 0,19 | 13,60 | 57,02  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)                     | 20    | 1,52  | 0,16 | 9,84  | 46,88  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ                              | 25    | 1,40  | 0,28 | 12,35 | 57,48  |
| <b><u>ПОЛДНИК</u></b>                         |       |       |      |       |        |
| ПРЯНИК  | 40    | 2,36  | 1,88 | 30,00 | 146,36 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                              | 200   | 5,60  | 5,00 | 9,40  | 105,00 |
| ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(100)                             | 100   | 0,40  | 0,40 | 9,80  | 44,40  |
| <b><u>УЖИН</u></b>                            |       |       |      |       |        |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ(200)              | 200   | 6,27  | 8,32 | 38,53 | 254,08 |
| ЧАЙ С САХАРОМ (2-ЫЙ ВАРИАНТ)                  | 200   | 0,00  | 0,00 | 10,04 | 40,14  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.                          | 25    | 1,90  | 0,20 | 12,30 | 58,60  |
| ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ                              | 25    | 1,40  | 0,28 | 12,35 | 57,48  |