

УТВЕРЖДАЮ:
заведующая МАДОУ
«Верховинский детский
сад №14 «Солнышко»»
А.А.Корчагина



МЕНЮ 1 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Угл., г.	ЭЦ, ккал	№ рецептура
<u>ЗАВТРАК:</u>						
Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,7	5,9	19,0	152	№165-2013, Пермь
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004
Какао с молоком сгущенным	200	1,7	2,3	14,3	85	№694-2004
Хлеб ржаной	15	0,3	0,2	5,7	26	
<u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:</u>						
Сок в ассортименте	130	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь
<u>ОБЕД:</u>						
Нарезка из свеклы отварной с маслом растительным	50	0,8	4,0	3,6	54	№56-2006 Москва
Рассольник «Домашний» с курицей со сметаной	180/15/5	5,3	3,8	8,7	90	№135-2004
Рыба запеченная	80	16,0	6,1	7,3	148	№377-2004
Овощи припущенные	150	2,2	4,0	20,3	126	№524-2004
Компот из свежих плодов	180	0,4	0,1	18,0	75	№508-2013 Пермь
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	58	
<u>ПОЛДНИК:</u>						
Булочка ванильная	50	3,4	5,0	29,0	175	№767-2004
Напиток витаминизированный промышленного производства	200	0,0	0,0	23,5	94	№618-2013 Пермь

УТВЕРЖДАЮ:
заведующая МАДОУ
«Верховинский детский
сад №14 «Солнышко»
А.А.Корчагина

МЕНЮ 2 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Угл., г.	ЭЦ, ккал	№ рецептура
ЗАВТРАК:						
Омлет натуральный	150	10,8	8,5	2,4	129	№284-1996,
Кукуруза консервированная	70	2,1	0,9	14,4	74	№101-2004
Бутерброд с маслом, с сыром	50	4,1	6,2	10,7	114	№1,3-2004
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004
ВТОРОЙ ЗАВТРАК:						
Сок в ассортименте	130	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013, Пермь
ОБЕД:						
Нарезка из моркови отварной	50	0,8	0,0	4,2	20	№10-2001 Пермь
Суп гороховый с мясом, с гречками	180/20/20	7,4	3,3	22,9	151	№135-2004 №139-2004
Овощи тушеные с мясом отварным	200	10,7	11,2	32,4	273	№301-2006 Москва
Компот из свежих сухофруктов	180	0,3	0,0	15,2	62	№508-2013
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69	
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	
ПОЛДНИК:						
Ватрушка с джемом	50	1,9	2,9	32,5	164	№541-2013 Пермь
Молоко питьевое кипяченое	200	5,8	6,4	9,4	118	№260-2001 Пермь

УТВЕРЖДАЮ:
заведующая МАДОУ
«Верховинский детский
сад №14 «Солнышко»»
А.А.Корчагина

МЕНЮ 3 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Угл., г.	ЭЦ, ккал	№ рецептура
ЗАВТРАК:						
Запеканка из творога со сгущенным молоком	180	9,8	9,7	19,2	203	№313-2013 Пермь
Бутерброд с джемом или повидлом	20/20	1,8	0,2	24,4	107	№2-2004
Чай с молоком	200	1,5	1,3	11,9	65	№495-2013 Пермь
ВТОРОЙ ЗАВТРАК:						
Отвар шиповника	100	0,2	0,0	21,7	88	№705-2004
ОБЕД:						
Кукуруза консервированная	50	1,5	0,7	10,3	54	№101-2004
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом	180/20/	6,3	4,3	5,6	86	№142-2013 Пермь
Котлета полтавская из говядины запеченной	80	11,1	11,8	6,9	178	№427-1996
Макаронные изделия отварные	150	3,4	4,1	27,5	159	№294-2013 Пермь
Кисель	180	0,3	0,2	14,1	59	№505-2013 Пермь
Хлеб ржаной	30	0,8	0,3	11,3	51	
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	58	
ПОЛДНИК:						
Шанежка с картофелем	70	4,1	5,0	21,8	149	№296-2004 Пермь
Сок в ассортименте	180	0,7	0,3	32,0	134	№518-2013 Пермь



МЕНЮ 4 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Угл., г.	ЭЦ, ккал	№ рецептура
<u>ЗАВТРАК:</u>						
Суп молочный с крупой	200	3,1	4,4	19,0	128	№124-2013 Пермь
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004
Яйца вареные	40	5,1	4,6	0,3	63	№300-2013 Пермь
Чай с лимоном	200	0,1	0,0	10,5	42	№686-2004
Хлеб ржаной	10	0,3	0,1	3,8	17	
<u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:</u>						
Фрукт в ассортименте	160	0,1	0,4	21,3	89	№458-2006 Москва
<u>ОБЕД:</u>						
Нарезка из свеклы с маслом растительным	50	0,8	4,0	3,6	54	№56-2006 Москва
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	180/40	9,1	4,5	15,1	137	№142-2004
Шницель из говядины	70	9,2	8,8	8,3	19	№451-2004
Рис припущенный	130	2,7	3,4	22,0	129	№512-2004
Компот из кураги	180	0,5	0,0	17,1	70	№638-2004
Хлеб ржаной	30	0,8	0,3	11,3	51	
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	58	
<u>ПОЛДНИК:</u>						
Мучное изделие промышленного производства	50	1,8	5,5	24,0	153	
Молоко питьевое кипяченое	200	3,6	6,4	9,4	118	№260-2001 Пермь



МЕНЮ 5 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Угл., г.	ЭЦ, ккал	№ рецептура
<u>ЗАВТРАК:</u>						
Каша 5 злаков	200	5,5	6,8	19,8	162	№311-2004
Бутерброд с сыром	20\10	4,2	2,6	9,9	80	№3-2004
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	№501-2013 Пермь
<u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:</u>						
Напиток витаминизированный промышленного производства	180	0,0	0,0	22,8	91	№618- 2013, Пермь
<u>ОБЕД:</u>						
Овощи консервированные без уксуса	50	0,4	0,1	0,8	6	№101-2004
Борщ «Сибирский» с мясом со сметаной	180/20/5	6,8	4,7	8,6	104	№111-2004
Шницель рыбный натуральный	80	10,8	6,9	8,1	138	№391-2004
Соус молочный	30	1,0	2,1	2,6	34	№440-2013 Пермь
Пюре картофельное	150	3,0	4,4	18,9	127	№520-2004
Компот из свежих сыблук	180	0,1	0,1	18,0	73	№631-2004
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	52	
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	
<u>ПОЛДНИК:</u>						
Мучное изделие промышленного производства	50	1,9	2,9	32,5	164	№541-2013 Пермь
Молоко питьевое кипяченое	200	5,8	6,4	9,4	118	№260-2001 Пермь

УТВЕРЖДАЮ:
заведующая МАДОУ
«Верховинский детский
сад №14 «Солнышко»»
А.А.Корчагина

МЕНЮ 6 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Угл., г.	ЭЦ, ккал	№ рецептура
ЗАВТРАК:						
Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,7	5,9	19,0	152	№165-2013 Пермь
Бутерброд с джемом или повидлом	20/20	1,8	0,2	24,4	107	№2-2004
Чай с молоком	200	1,5	1,3	11,9	65	№495-2013 Пермь
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК:						
Сок в ассортименте	130	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013 Пермь
ОБЕД:						
Нарезка из моркови отварной с маслом	50	0,6	4,0	4,2	55	№10/1-2011 Екатеринбург
Суп картофельный с курицей	180/15	3,9	3,7	17,5	119	№149-2013 Пермь
Говядина тушеная с капустой	200	10,2	16,9	16,3	258	№440-2004
Кисель	180	0,3	0,2	14,1	59	№505-2013 Пермь
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69	№585-2013 Пермь
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	58	
ПОЛДНИК:						
Сырники из творога с хлопьями овсяными, запеченные, с молоком сгущенным	150	11,3	8,1	18,7	193	№321-2013 Пермь
Кисломолочный напиток в ассортименте	200	3,6	5,0	7,7	90	№698-2004

УТВЕРЖДАЮ:
заведующая МАДОУ
«Верховинский детский
сад № 14 «Солнышко»
А.А.Корчагина

МЕНЮ 7 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Угл., г.	ЭЦ, ккал	№ рецептура
<u>ЗАВТРАК:</u>						
Каша «Дружба»	200	5,5	6,7	25,8	186	№260-2013, Пермь
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004
Чай с лимоном	180	0,1	0,0	10,5	42	№686-2004
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	
<u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:</u>						
Фрукт в ассортименте	160	0,1	0,4	21,3	89	№686-2004
<u>ОБЕД:</u>						
Нарезка из свеклы отварной с маслом растительным	50	0,8	4,0	3,6	54	№56-2006 Москва
Суп из овощей с мясом со сметаной	180/20/5	4,4	4,1	9,0	91	№135-2004
Тефтели, запеченные в соусе томатном с овощами	80	10,8	11,1	9,4	181	№388-2013 Пермь
Макаронные изделия отварные	130	2,9	2,2	29,0	147	№516-2004
Компот из смеси сухофруктов	180	0,3	0,0	15,2	62	№508-213 Пермь
Хлеб ржаной	20	0,4	0,2	8,8	39	
Хлеб пшеничный	40	0,9	0,5	15,1	69	
<u>ПОЛДНИК:</u>						
Булочка «Пермская»	50	2,3	4,3	25,5	150	№554-2013, Пермь
Молоко питьевое кипяченое	200	5,8	6,4	9,4	118	№260-2001 Пермь



МЕНЮ 8 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Угл., г.	ЭЦ, ккал	№ рецептура
<u>ЗАВТРАК:</u>						
Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,7	5,9	19,0	152	№165-2013Пермь
Бутерброд с сыром	20/20	4,2	3,6	9,9	89	№3-2004
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	№501-2013 Пермь
<u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:</u>						
Отвар шиповника	100	0,2	0,0	21,7	88	№705-2004
<u>ОБЕД:</u>						
Горошек зеленый консервированный	50	2,4	0,1	3,9	26	№101-2004
Суп крестьянский с крупой, с мясом и сметаной	180/20/5	5,8	4,0	11,2	104	№154-2013 Пермь
Фрикадельки рыбные, запеченные с соусом сметанным с томатом	80	12,5	6,2	12,2	155	№157-2001 Пермь
Пюре картофельное	150	3,0	4,4	18,9	127	№520-2004
Компот из свежих яблок	180	0,1	0,1	18,0	73	№631-2004
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69	
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	58	
<u>ПОЛДНИК:</u>						
Кондитерское изделие промышленного производства	60	1,4	7,0	21,5	155	
Молоко питьевое кипяченое	200	5,8	6,4	9,4	118	№260-2001 Пермь

УТВЕРЖДАЮ:
заведующая МАДОУ
«Верховинский детский
сад № 14 «Солнышко»»
А.А.Корчагина

МЕНЮ 9 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Угл., г.	ЭЦ, ккал	№ рецептура
<u>ЗАВТРАК:</u>						
Каша манная жидкая	200	5,1	7,1	28,0	196	№311-2004
Бутерброд с джемом или повидлом	20/20	1,8	0,2	24,4	107	№2-2004
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	
<u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:</u>						
Фрукт в ассортименте	160	0,1	0,4	21,3	89	№458-2006 Москва
<u>ОБЕД:</u>						
Нарезка из отварной моркови с маслом	50	0,6	0,4	4,2	55	№10/1-2011 Екатеринбург
Суп картофельный с мелкошинкованными овощами с мясом со сметанной	180/20/5	5,7	4,5	14,3	121	№1.72-1995 Екатеринбург
Суфле из печени	80	10,1	8,8	2,2	128	№35/8-2011 Екатеринбург
Каша гречневая рассыпная	130	4,1	4,4	32,1	184	№237-2013 Пермь
Компот из кураги	180	0,5	0,0	17,1	70	№638-2004
Хлеб ржаной	35	0,8	0,4	13,2	39	
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	58	
<u>ПОЛДНИК:</u>						
Булочка с сахаром	50	2,8	3,5	27,5	153	№772-2004
Кисломолочный напиток в ассортименте	200	3,6	6,4	10,5	114	698-2004



МЕНЮ 10 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Угл., г.	ЭЦ, ккал	№ рецептура
<u>ЗАВТРАК:</u>						
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	200	7,1	6,2	24,0	180	№311-2004
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004
Какао с молоком сгущенным	200	1,7	2,3	14,3	85	№694-2004
<u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:</u>						
Сок в ассортименте	130	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013 Пермь
<u>ОБЕД:</u>						
Кукуруза консервированная	50	1,5	0,7	10,3	54	№101-2004
Суп – пюре из картофеля с курицей	180/15	3,7	47	17,1	126	№159-2013 Пермь
Биточки рубленые из птицы припущенные	70	10,9	9,1	2,9	137	№498-2004
Капуста тушеная	150	4,6	6,2	14,0	130	№423-2013 Пермь
Кисель	180	0,3	0,2	14,1	59	№505-2013 Пермь
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69	
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	
<u>ПОЛДНИК:</u>						
Мучное изделие промышленного производства	60	11,0	7,5	16,1	176	
Молоко питьевое кипяченое	200	5,8	6,4	9,4	118	№260-2001

УТВЕРЖДАЮ:
заведующая МАДОУ
«Верховинский детский
сад №14 «Солнышко»»
А. Акорчагина

МЕНЮ 11 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Угл., г.	ЭЦ, ккал	№ рецептура
ЗАВТРАК:						
Каша кукурузная жидкая	200	5,5	5,9	27,0	183	№311-2004
Бутерброд с сыром	20/10	4,2	2,6	9,9	80	№3-2004
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	№501-2013 Пермь
ВТОРОЙ ЗАВТРАК:						
Фрукт в ассортименте	160	0,1	0,4	21,3	89	№458-2006 Москва
ОБЕД:						
Нарезка из свежих овощей с маслом растительным	50	0,6	4,0	1,9	46	№14/1;15/1- 2011
Уха с крупой	180/50	11,7	7,4	10,1	154	Екатеринбург №152-2013 Пермь
Шницель из говядины	70	9,2	8,8	8,3	149	№451-2004
Пюре картофельное	150	3,0	4,4	18,9	127	№520-2004
Компот из смеси сухофруктов	180	0,3	0,0	15,2	62	№508-2013 Пермь
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	52	
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	
ПОЛДНИК:						
Кондитерское изделие промышленного производства	50	1,8	8,2	18,5	155	
Напиток витаминизированный промышленного производства	200	0,0	0,0	26,7	107	№618-2013 Пермь

УТВЕРЖДАЮ:
 заведующая МАДОУ
 «Верховинский детский
 сад №14 «Солнышко»»
 А.А.Корчагина

МЕНЮ 12 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Угл., г.	ЭЦ, ккал	№ рецептура
<u>ЗАВТРАК:</u>						
Каша пшеничная жидкая	200	6,6	6,4	23,7	179	№311-2004
Бутерброд с джемом или повидлом	20/20	1,8	0,2	24,4	107	№2-2004
Чай с молоком	200	1,5	1,3	11,9	65	№495-2013 Пермь
<u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:</u>						
Сок в ассортименте	130	0,5	0,2	218	91	№518-2013 Пермь
<u>ОБЕД:</u>						
Нарезка овощная	50	1,3	4,0	3,2	54	№11-2004 Пермь
Суп картофельный с клецками с курицей	180/20/5	5,8	4,0	11,2	104	№154-2013 Пермь
Говядина, тушенная с капустой	80	12,5	6,2	12,2	155	№157-2001 Пермь
Компот из свежих ягод	180	0,1	0,0	14,4	58	№634-2004
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69	
Хлеб пшеничный	30	0,6	0,3	13,2	58	
<u>ПОЛДНИК:</u>						
Булочка «К чаю»	50	1,7	5,5	18,1	129	№698-2004
Кисломолочный напиток в ассортименте	200	3,6	6,7	13,7	130	№89-2004

УТВЕРЖДАЮ:
заведующая МАДОУ
«Верховинский детский
сад № 14 «Солнышко»»
А.А.Корчагина

МЕНЮ 13 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Угл., г.	ЭЦ, ккал	№ рецептура
ЗАВТРАК:						
Каша гречневая вязкая	200	6,0	7,1	31,1	212	№248-2013 Пермь
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004
Чай с лимоном	180	0,1	0,0	10,5	42	№686-2004
ВТОРОЙ ЗАВТРАК:						
Фрукт в ассортименте	160	0,4	0,4	21,3	89	№458-2006 Москва
ОБЕД:						
Нарезка из свеклы отварной с маслом растительным	50	0,8	4,0	3,6	54	№56-2006 Москва
Суп картофельный с крупой с мясом	180/20	6,4	4,2	15,2	124	№138-2004
Рыба припущенная в сметане	80	12,8	9,9	2,5	150	№338-2013 Пермь
Овощи припущенные	150	2,2	4,0	20,3	126	№524-2004
Компот из кураги	180	0,5	0,0	17,1	70	№638-2004
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	51	
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	
ПОЛДНИК:						
Мучное изделие промышленного производства	50	1,4	5,1	29,0	168	
Молоко питьевое кипяченое	200	5,8	6,4	9,4	118	№260-2001 Пермь



МЕНЮ 14 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Угл., г.	ЭЦ, ккал	№ рецептура
<u>ЗАВТРАК:</u>						
Суфле творожное с хлопьями овсяными	130	12,2	5,9	18,4	176	№365-2004
Соус молочный сладкий	50	1,3	2,7	6,9	57	№440-2013 Пермь
Бутерброд с сыром	20/10	4,2	2,6	9,9	80	№3-2004
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004
<u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:</u>						
Сок в ассортименте	160	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013 Москва
<u>ОБЕД:</u>						
Горошек зеленый консервированный	50	2,4	0,1	3,9	26	№101-2004
Борщ с мелкошинкованными овощами с курицей и сметаной	180/15/5	4,2	4,9	8,8	96	№1.78-1995 Екатеринбург
Котлеты по-хлыновски	80	8,8	10,1	11,2	171	№454-2004
Овощи запеченные	150	2,9	7,9	24,0	179	№7.55.-1995 Екатеринбург
Компот из свежих плодов	180	0,4	0,1	18,0	75	№507-2013 Пермь
Хлеб ржаной	40	0,9	0,6	15,1	69	
Хлеб пшеничный	10	0,2	0,1	4,4	19	
<u>ПОЛДНИК:</u>						
Мучное изделие промышленного производства	60	2,1	2,5	35,5	173	
Молоко питьевое кипяченое	200	5,8	6,4	9,4	118	№260-2001 Пермь



МЕНЮ 15 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Угл., г.	ЭЦ, ккал	№ рецептура
<u>ЗАВТРАК:</u>						
Каша пшеничная жидкая	200	6,6	6,4	23,7	179	№311-2004
Бутерброд с джемом или повидлом	20/20	1,8	0,2	24,4	107	№2-2004
Какао с молоком	180	2,4	2,5	14,3	89	№642-1996
<u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:</u>						
Фрукт в ассортименте	160	0,1	0,4	21,3	89	№458-2006 Москва
<u>ОБЕД:</u>						
Нарезка из свежих помидоров с маслом	50	0,5	4,0	1,9	46	№15/1-2011 Екатеринбург
Суп картофельный с мелкошинкованными овощами с мясом со сметаной	180/20/5	5,7	4,5	14,3	121	№1.72-1995 Екатеринбург
Печень говяжья по – строгановски	80	11,2	10,4	2,9	150	№431-2004
Пюре картофельно	150	3,0	4,4	18,9	127	№451-2004
Кисель	180	0,3	0,2	14,1	59	№505-2013 Пермь
Хлеб ржаной	50	1,1	0,7	18,9	86	
Хлеб пшеничный	25	0,5	0,3	11,0	48	
<u>ПОЛДНИК:</u>						
Мучное изделие промышленного производства	70	9	2,4	28,0	170	
Молоко питьевое кипяченое	200	5,8	6,4	9,4	118	№260-2001 Пермь



МЕНЮ 16 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Угл., г.	ЭЦ, ккал	№ рецептура
<u>ЗАВТРАК:</u>						
Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,7	5,9	19,0	152	№165-2013 Пермь
Бутерброд с маслом						
Чай с лимоном	20/10	1,8	7,1	9,9	111	№1-2004
Хлеб пшеничный	180	0,1	0,0	10,5	42	№686-2004
	25	0,5	0,3	11,0	48	
<u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:</u>						
Сок в ассортименте	130	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013 Пермь
<u>ОБЕД:</u>						
Нарезка из свеклы отварной с маслом растительным	50	0,8	4,0	3,6	54	№56-2006 Москва
Суп – пюре из капусты с мясом	180/20	6,7	6,6	8,2	119	№1.35-1995 Екатеринбург
Гуляш	70	10,2	9,3	2,1	133	№437-2004
Каша гречневая рассыпчатая	130	4,1	4,4	32,1	184	№237-2013 Пермь
Компот из смеси сухофруктов	180	0,3	0,0	15,2	62	№585-2013 Пермь
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69	
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	
<u>ПОЛДНИК:</u>						
Запеканка из творога с хлопьями овсяными со сгущенным молоком	180	11,7	7,1	19,1	187	№315-2013 Пермь
Кисломолочный напиток в ассортименте	180	3,2	4,5	6,9	81	№698-2004



МЕНЮ 17 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Угл., г.	ЭЦ, ккал	№ рецептура
<u>ЗАВТРАК:</u>						
Омлет натуральный	150	10,8	8,5	2,4	129	№284-1996
Кукуруза консервированная	70	2,1	0,9	14,4	74	101-2004
Бутерброд с сыром	20/10	4,2	2,6	9,9	80	№3-2004
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	12,6	51	№685-2004
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	
<u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:</u>						
Сок в ассортименте	130	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013 Пермь
<u>ОБЕД:</u>						
Нарезка из моркови отварной с маслом	50	0,6	4,0	4,2	55	№10/1-2011 Екатеринбург
Суп картофельный с фасолью с мясом	180/20	6,3	4,8	14,5	126	№145-2013 Пермь
Котлета рыбная натуральная, запеченная	80	10,2	12,2	6,1	175	№9/7-2011 Екатеринбург
Картофель отварной с маслом	150	2,7	3,8	17,9	117	№203-2004
Компот из свежих яблок	180	0,1	0,1	18,0	73	№631-2004
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	52	
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	
<u>ПОЛДНИК:</u>						
Мучное изделие промышленного производства	60	1,2	1,8	36,0	165	
Молоко питьевое кипяченое	200	5,8	6,4	9,4	118	№260-2001 Пермь



МЕНЮ 18 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Угл., г.	ЭЦ, ккал	№ рецептура
<u>ЗАВТРАК:</u>						
Каша рисовая жидкая	200	5,1	6,5	32,0	207	№311-2004
Бутерброд с джемом или повидлом	20/20	1,8	0,2	24,4	107	№2-2004
Чай с молоком	200	1,5	1,3	11,9	65	№495-2013 Пермь
<u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:</u>						
Фрукт *в ассортименте	160	0,1	0,4	21,3	89	№458-2006 Москва
<u>ОБЕД:</u>						
Кукуруза консервированная	50	1,5	0,7	10,3	54	№101-2004
Суп – пюре из разных овощей с мясом	180/20	5,9	3,9	9,6	97	№168-2004
Печень тушеная в соусе	80	10,1	8,8	7,7	150	№401-2013 Пермь
Макароны отварные с овощами	150	3,1	4,1	27,5	159	№294-2013 Пермь
Кисель	180	0,3	0,2	14,1	59	№505-2013 Пермь
Хлеб ржаной	40	0,9	0,5	15,1	69	
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	
<u>ПОЛДНИК:</u>						
Булочка с изюмом	50	1,7	5,2	29,4	171	№11/12-2011 Екатеринбург
Напиток витаминизированный промышленного производства	200	0,0	0,0	23,5	94	№618-2013 Пермь

УТВЕРЖДАЮ:
 заведующая МАДОУ
 «Верховинский детский
 сад № 14 «Солнышко»
 А.А.Корчагина

МЕНЮ 19 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Угл., г.	ЭЦ, ккал	№ рецептура
<u>ЗАВТРАК:</u>						
Каша молочная ассорти (пшенично- кукурузная)	200	6,0	6,0	22,5	168	№19/4-2011 Екатеринбург
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	11	№1-2004
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	№501-2013 Пермь
<u>ВТОРОЙ ЗАВТРАК:</u>						
Сок в ассортименте	130	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013 Пермь
<u>ОБЕД:</u>						
Икра кабачковая промышленного производства	50	1,1	1,6	8,1	51	№101-2004
Суп – пюре из птицы	180	4,5	5,1	15,5	126	№173-2004
Шницель рыбный натуральный	80	10,8	6,9	8,1	138	№391-2004
Пюре картофельное	150	3,0	4,4	18,9	127	№520-2004
Компот из смеси сухофруктов	180	0,3	0,0	15,2	62	№508-2013 Пермь
Хлеб ржаной	40	0,9	0,6	15,1	69	
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	11,4	58	
<u>ПОЛДНИК:</u>						
Сырники из творога с хлопьями овсяными, запеченные, с молоком сгущенным	150	11,3	8,1	18,7	193	№321-2013 Пермь
Кисломочный напиток в ассортименте	180	3,2	4,5	2,9	65	№698-2004

УТВЕРЖДАЮ:
заведующая МАДОУ
«Верховинский детский
сад №14 «Солнышко»
А.А.Корчагина

МЕНЮ 20 ДЕНЬ

Наименование блюда	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Угл., г.	ЭЦ, ккал	№ рецептура
ЗАВТРАК:						
Суп молочный с крупой	200	3,1	4,4	19,0	128	№164-2013 Пермь
Бутерброд с маслом с сыром	50	4,1	6,2	10,7	115	№1,3-2004 Пермь
Чай с молоком	200	1,5	1,3	11,9	65	№495-2013 Пермь
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	38	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК:						
Сок в ассортименте	130	0,5	0,2	21,8	91	№518-2013 Пермь
ОБЕД:						
Нарезка из соленых огурцов с маслом растительным	50	0,5	4,0	1,3	43	№14/1-2011 Екатеринбург
Уха рыбная	180/50	5,1	7,1	15,1	145	№30/2-2011 Екатеринбург
Биточки рубленные из птицы припущенные	70	10,9	9,1	2,9	137	№498-2004
Капуста тушеная	150	4,6	6,2	14,0	130	№423-2013 Пермь
Компот из изюма	180	0,3	0,0	14,1	58	№638-2004
Хлеб ржаной	30	0,7	0,4	11,3	52	
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	
ПОЛДНИК:						
Булочка Российская	50	1,8	2,9	31,0	157	№775-2004
Молоко питьевое кипяченое	200	5,8	6,4	9,4	118	№260-2001 Пермь

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 151325621799860972593249704829105498913750279273

Владелец Корчагина Алла Александровна

Действителен с 19.03.2025 по 19.03.2026