

Утверждено приказом от 10.03.2025
Заведующий МАДОУ детский сад № 45
Асатова Г.Р.

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 1. Понедельник Ясли

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.031/6	10 ч	Сок//Фрукт	190	87	1	0,2	19	
7.189-9	Завтрак	Батон	35	82	4	4	30	
2021/15/4	Завтрак	Каша ячневая безмолочная с маслом растительным	150	136	0	0	12	
7.354	Завтрак	Чай с сахаром	150	37	0	0	9	
7.165-1/2	Обед	Расоляник "Ленинградский" без сметаны	150	41	0	0	0	
7.002/1	Обед	Хлеб ржаной	30	54,3	2	0,36	12,5	
7.044/2	Обед	Соль	2					
7.050	Обед	Хлеб пшеничный	20	46,2	1,5	0,2	10	
7.115/1	Обед	Компот из сухофруктов	150	52	0,4	0	13	0,035
7.н163/7	Обед	Котлета мясная (говядина+филе индейки)	60	263	15	17	6	
7.63с-1/1	Обед	Картофель отварной	130	133	2,3	4	21	
7.275/2	Обед	Икра кабачковая	30	47,3	0,8	3,5	3,7	
7.н151	Полдник	Макаронные изделия с овощами	120	156	4	3	25	
	Полдник	Фрукт	120	53	0,5	0,5	14	
7.354	Полдник	Чай с сахаром	150	37	0	0	9	
Итого в день:				1224,8	33,5	32,76	183,2	

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 1. Понедельник Дети

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.031/6	10 ч	Сок// Фрукт	190	87	1	0,2	19	
2021/15/4.	Завтрак	Каша ячневая молочная с маслом растительным	200	181	4	4	30	
7.354	Завтрак	Чай с сахаром	200	50	0	0	12	
7.189-5	Завтрак	Батон	40	94	3	1,2	21	
7.003-1	Обед	Хлеб ржаной	35	59	2	0,4	13	
7.051	Обед	Хлеб пшеничный	25	59	2	0,2	13	
7.115/1	Обед	Компот из сухофруктов	200	67	0,5	0	17	0,05
7.63с-1/1	Обед	Картофель отварной	140	143	3	4	22	
7.н163/9	Обед	Котлета мясная (говядина+филе индейки)	90	189	18,4	9,4	3,3	
7.044/2	Обед	Соль	3					
7.165-1/2	Обед	Расоляник "Ленинградский" без сметаны	200	90	0	0	0	
7.275/2	Обед	Икра кабачковая	30	45,2	0,7	3,3	3,5	
7.354	Полдник	Чай с сахаром	200	50	0	0	12	
	Полдник	Фрукт	120	53	0,5	0,5	14	
7.н151	Полдник	Макаронные изделия с овощами	150	156	4	3	25	
Итого в день:				1323,2	39,1	26,2	204,8	

Утверждено Приказом от 10.03.2025
 Заведующий МАДОУ Детский сад № 45
 Асатова Г.Р.

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 2. Вторник Ясли

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.031/6	10 ч	Сок	190	87	1	0,2	19	
7.189-9		Батон	35	82	3	1	19	
7.354	Завтрак	Чай с сахаром	150	37	0	0	9	
04.11.2021		Каша безмолочная пшеничная с маслом растит.	150	149	3,2	4,2	21	
7.013//7.32/1/2		Салат овощной с зел.горошком//Салат из отв.картофеля с зел.горошком и раст.маслом	40	64	1	4	4	
7.254/1		Борщ с мясом (без сметаны и без зелени)	150	72	2	4	6	
7.17/1		Рыба отварная	70	125	16	5,2	0	
7.179-4	Обед	Рис припущенный с овощами	110	160,5	3	5,3	23,8	
7.050		Хлеб пшеничный	20	71	3	0,2	15	
7.115/1		Компот из сухофруктов	150	52	0,3	0	13	0,035
7.044/2		Соль	2					
7.002/1		Хлеб ржаной	30	63,4	2,3	0,4	15	
7.н194/4		Морковь тушеная с курагой	100	105	2	3	21	
7.308/6	Полдник	Печенье	20	92	2	1	15,4	
7.354		Чай с сахаром	150	37	0	0	9	

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 2 Вторник Дети

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.031/6	10 ч	Сок	190	87	1	0,2	19	
7.189-5		Батон	40	94	3	1,2	21	
7.354	Завтрак	Чай с сахаром	200	50	0	0	12	
2021/1/4.		Каша безмолочная пшеничная с маслом растит.	200	199	4,3	6	28	
7.013//7.32/1		Салат овощной с зел.горошком//Салат из отв.картофеля с зел.горошком и раст.маслом	60	81	2	4	7	
7.254/1		Борщ с мясом (без сметаны и без зелени)	200	96	3	5	8	
7.17/4		Рыба отварная	80	144	19	6	0	
7.179/1	Обед	Рис припущенный с овощами	150	219	4	7,2	32,4	
7.115/1		Компот из сухофруктов	200	67	0,5	0	17	0,05
7.051		Хлеб пшеничный	25	64	2	0,2	14	
7.044/2		Соль	2					
7.003/1		Хлеб ржаной	35	74	3	0,5	17	
7.308/6		Печенье	20	92	2	1	15,4	
7.н194/3	Полдник	Морковь тушеная с курагой	130	136	2	3	27	
7.354		Чай с сахаром	200	50	0	0	12	

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 3 Среда Ясли

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	№ белки	жир	углеводы	Витамин С
7.223/1	10 ч	Банан	150	93	2	0	23	
7.189-9	Завтрак	Батон	35	82	3	1	19	
7.354	Завтрак	Чай с сахаром	150	37	0	0	9	
7.151/1	Завтрак	Макароны из муки с овощами	130	156	4	3	25	
7.375/2	Обед	Консерв. кукуруза	45	71	0,5	5	4	
7.086/2	Обед	Суп гороховый	150	86	3	3	12	
7.н243/1//36/8/3	Обед	Голубцы ленивые без соуса//Запеканка картофельная фаршированная мясом	150	251	11	11	22	0,035
7.248	Обед	Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	28	0	0	7	
7.044/2	Обед	Соль	2					
7.002/1	Обед	Хлеб ржаной	30	58	0,3	0	13	
7.050	Обед	Хлеб пшеничный	20	46	1,5	0,2	10	
2021/8/4/3	Полдник	Каша геркулесовая безмолочная с раст. маслом	150	127	3	5	19	
7.308/6	Полдник	Печенье	20	59	0,5	0,5	14	
7.354	Полдник	Чай с сахаром	150	37	0	0	9	
Итого в день:				1038	28,8	28,7	186	0,035

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 3 Среда Дети

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жир	углеводы	Витамин С
7.223/1	10 ч	Банан	150	93	2	0	23	
7.151/1	Завтрак	Макароны изделия с овощами	130	156	4	3	25	
7.354	Завтрак	Чай с сахаром	200	50	0	0	12	
7.189-5	Завтрак	Батон	40	94	3	1,2	21	
7.375/1	Обед	Консерв. кукуруза	60	124	1	8	9	
7.086	Обед	Суп гороховый	200	115	4	4	15	
7.н243//7.36/8/2	Обед	Голубцы ленивые без соуса//Запеканка картофельная фаршированная мясом	200	301	14	13	27	
7.003/1	Обед	Хлеб ржаной	35	63	2	0,4	14,5	0,05
7.248	Обед	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	29	0	0	7	
7.051	Обед	Хлеб пшеничный	25	59	2	0,2	13	
7.044/2	Обед	Соль	2	0	0	0	0	
2021/8/4/1	Полдник	Каша геркулесовая безмолочная с раст. маслом	200	170	4	6	25	
7.308/6	Полдник	Печенье	20	59	0,5	0,5	14	
7.354	Полдник	Чай с сахаром	200	142	4	5	18	
Итого в день:				1362	40,5	41,3	200,5	0,05


 Утверждено приказом от 10.03.2025
 Заведующий МАДОУ детский сад № 45
 Асатова Г.Р.

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 4. Четверг Ясли

УТВЕРЖДЕНО приказом от 10.03.2025
 Заведующий МАДОУ Детский сад №45
 Асатова Г.Р.

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С		
7.031/6	10 ч	Сок	190	87	1	0,2	19			
7.185/5	Завтрак	Повидло	10	25,2	0	0	6			
2021/19/4		Каша пшениная безмолочная с маслом растительным	150	800,0041139	2	5	20			
7.189-9		Батон	35	82	3	1	19			
7.354		Чай с сахаром	150	37	0	0	9			
7.013		Салат овощной с зелен.горошком	45	32,9	0,7	1	5			
7.137		Щи с мясом без сметаны	150	114	5	5	11			
7.4/7/2		Рыба, тушеная с овощами//Виточки(котлеты) рыбные	80	126	10	7	4			
2021/43/3	Обед	Каша рисовая рассыпчатая	110	130	3	3	22			
7.050		Хлеб пшеничный	20	71	3	0,2	15			
7.115/1		Компот из сухофруктов	150	62	0,3	0	15	0,035		
7.044/2		Соль	2	0	0	0	0			
7.003/1		Хлеб ржаной	35	63,4	2,3	0,4	15			
7.346		Яблоко	100	39,6	0,35	0,35	10,4			
2021/16/4	Полдник	Каша пшеничная безмолочная с раст.маслом	150	159	4	5	21			
7.354		Чай с сахаром	150	37	0	0	9			
			Итого в день:			1075,1	31,65	25,15	178,4	0,035

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 4 Четверг Ясли

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С		
7.031/6	10 ч	Сок	190	87	1	0,2	19			
7.189-5	Завтрак	Батон	40	94	3	1,2	21			
7.185/5		Повидло	10	25,2	0	0	6			
2021/11/4.		Каша пшениная безмолочная с маслом растительным	200	278	4	10	38			
7.354		Чай с сахаром	200	50	0	0	12			
7.051		Хлеб пшеничный	25	59	2	0,2	13			
7.4/7/1/7/9/7		Рыба, тушеная с овощами//Виточки(котлеты) рыбные	100/80	160	13	8	5			
7.044/2		Соль	2	0	0	0	0			
7.137	Обед	Щи с мясом без сметаны	200	110	5	6	7			
7.45/3/2		Каша рисовая рассыпчатая	130	151	3	4	25			
7.003		Хлеб ржаной	40	68	2	0,4	16			
7.115/1		Компот из сухофруктов	200	79	0	0	18	0,05		
7.013		Салат овощной с зелен.горошком	60	50,7	1	2	6,9			
2021/16/4/	Полдник	Каша пшеничная безмолочная с раст.маслом	200	160	4	5	21			
7.346		Яблоко	100	39,6	0,35	0,35	10,4			
7.354		Чай с сахаром	200	50	0	0	12			
			Итого в день:			1183,5	34,35	27,35	230,3	0,05

УТВЕРЖДЕНО приказом от 10.03.2025
 Заведующий МАДОУ Детский сад № 45
 Астапова Г.Р.

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 5 Пятница Ясли

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.031/6	10 ч	Сок	190	87	1	0,2	19	
7.189-9	Завтрак	Батон	35	82	3	0	19	
7.354	Завтрак	Чай с сахаром	150	37	0	0	9	
2021/5/4	Завтрак	Каша ячневая безмолочная с раст.маслом	150	135,5	3	3	22	
7.050	Обед	Хлеб пшеничный	20	46	2	0	10	
7.301/2//		Салат из отв. картофеля, морк. с реп.луком, сол.огурцом,растит.маслом//Салат овощной раст.маслом//Салат из помидор и огурцов с зеленью	45	//45//40	33	1	5	
7.291/2//7.130/4	Обед	Компот из сухофруктов	150	62	0,3	0	15	0,035
7.115/1	Обед	Хлеб ржаной	30	54	2	0	13	
7.002/1	Обед	Суп-лапша на куринном бульоне	150	75	1	3	10	
7.202/2	Обед	Виточки из кури//Суфле из кур	60	151	9	9	5	
7.н019//7.053	Обед	Свежая тушеная//Морковь тушеная (без сметаны)	150	116//124	2	5//7	17//13	
7.н113-3//7.10/3/2	Обед	Соль	2	0	0	0	0	
7.044/2	Обед	Чай с сахаром	150	37	0	0	9	
7.н151-8	Полдник	Макаронны отварные	110	233	4	4	29	
7.202	Полдник	Апельсин	120	39	1	0,2	10	
Итого в день:				1071,5	28,3	20,2	156	

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 5 Пятница Дети

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.189-5	10 ч	Сок//Фрукт	110//120	87,5469	2,2089	1,1044	16,312	
7.354	Завтрак	Батон	40	94	3	1,2	21	
2021/5/4.	Завтрак	Чай с сахаром	200	50	0	0	12	
7.301 //		Каша ячневая безмолочная с раст.маслом	200	181	4	4	59	
7.291//7.333/3	Обед	Салат из отварного картофеля,моркови с реп.луком, сол.огурцом, растит.маслом // Салат овощной раст.масл.//Салат из помидор и огурцов с зеленью	60//55	62	4	2	9	
7.115/1	Обед	Компот из сухофруктов	200	79	4	0	18	0,05
7.202	Обед	Суп-лапша на куринном бульоне	200	85	4	3	11	
7.н019//7.053	Обед	Виточки из кури//Суфле из кур	80	179	4	11	4	
7.н113-3//7.10/3	Обед	Свежая тушеная//Морковь тушеная (без сметаны)	150	116//124	4	5//7	17//13	
7.050	Обед	Хлеб пшеничный	20	59	4	0,2	13	
7.003-1	Обед	Хлеб ржаной	35	64	4	0,4	15	
7.044/2	Обед	Соль	0	0	4	0	0	
7.354	Обед	Чай с сахаром	200	50	4	0	12	
7.210	Полдник	Апельсин	120	38	4	1	10	
7.н151-8	Полдник	Макаронны отварные	110	233	4	3	30	
Итого в день:				1174	51	25,8	214	

Утверждено приказом от 10.03.2025
 Заведующий МАДОУ детский сад № 45
 Абатова Г.Р.

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 6 Пенелельник Ясли

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.031/6	10 ч	Сок	190	87	1	0,2	19	
7.189-9		Батон	35	82	0,0000413	0	1	19
7.354	Завтрак	Чай с сахаром	150	37	0	0	9	
2021/15/4		Каша ячневая безмолочная с маслом растительным	150	136	3	3	22	
7.050		Хлеб пшеничный	20	46	2	0	10	
7.27/2/3		Суп-пюре из разных овощей	150	67	2	3	7	
7.044/2		Соль		0	0	0	0	
7.002/1		Хлеб ржаной	30	41	2	0,3	10	
7.143/5/7.292/1	Обед	Салат из отварной свеклы с чесноком с раст.маслом//Салат из бел.капусты с огурцами	45	30	0,6	2	3	
7.н151-1		Макаронные изделия отварные	130	142	3	3	24	
7.27/8/1//7.163/7		Кнедли мясные паровые//Котлета мясная	70	319	16	14	26	
7.115/1		Компот из сухофруктов	150	54	0	0	15	0,035
7.н151		Макаронные изделия отварные с овощами	110	299	14	19	13	
7.346	Полдник	Яблоко	100	39,6	0,35	0,35	10,4	
7.354		Чай с сахаром	150	37	0	0	9	
Итого в день:			805	1010,6	29,95	31,65	170,4	0,035

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 6 Пенелельник Дети

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.031/6	10 ч	Сок	190	87	1	0,2	19	
2021/15/4.		Каша ячневая молочная с маслом растительным	200	181	4	4	30	
7.189-5	Завтрак	Батон	40	94	3	1,2	21	
7.354		Чай с сахаром	200	50	0	0	12	
7.051		Хлеб пшеничный	25	54	2	0	13	
7.27/2		Суп-пюре из разных овощей	200	84	2	4	9	
7.044/2		Соль	2	0	0	0	0	
7.143/5/7.292	Обед	Салат из отварной свеклы с чесноком с раст.маслом//Салат из бел.капусты с огурцами	60	41	1	3	3	
7.003-1		Хлеб ржаной	35	53	2	0	13	
7.н151-1		Макаронные изделия отварные	150	160	4	3	26	
7.27/8		Кнедли мясные паровые//Котлета мясная	80/90	174	12	11	3	
7.115/1		Компот из сухофруктов	200	71	0	0	19	0,05
7.н151-1		Макаронные изделия отварные с овощами	150	319	15	20	15	
7.354	Полдник	Чай с сахаром	200	50	0	0	12	
Итого в день:			1222	1331	45	46,2	176	0,05

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 7 Вторник Ясли

Технологическая карта	Время приема	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.031/6	10 ч	Сок	190	87	1	0,2	19	
7.189-9	Завтрак	Батон	35	82	3	1	19	
7.354	Завтрак	Чай с сахаром	150	37	0	0	9	
7.63с-1	Завтрак	Картофель отварной	120	71,4	1,3	2	13	
7.328	Завтрак	Яйцо отварное	40	63	5	4	0,3	
7.н076/1	Обед	Каша гречневая рассыпчатая	120	174	3	6		
7.н190-4с	Обед	Гуляш из мяса куры	70	137	14	12	3	
7.002/1	Обед	Хлеб ржаной	30	41	2	0,3	10	
7.044/2	Обед	Соль	0	0	0	0	0	
7.050	Обед	Хлеб пшеничный	20	46	2	0	10	
7.115/1	Обед	Компот из сухофруктов.	150	52	0,4	0	13	0,035
7.001/1//7.31/1/2	Обед	Салат из капусты и моркови с раст. маслом //Салат из отв.картофеля,моркови, реп.лукка и сол.отурпом с раст.масл.	45//45	32	1	2	4	
2021/6/3	Обед	Щи из свежей капусты безмолочное меню	150	39	1	1	6	
2021/16/4/	Полдник	Каша пшеничная безмолочная с маслом раст.	150	243	3	4	22	
7.354	Полдник	Чай с сахаром	150	49	0	0	12	
			Итого в день:	1066,4	35,7	32,3	121,3	0,035

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 7 Вторник Дети

Технологическая карта	Время приема	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.031/6	10 ч	Сок	190	87	1	0,2	19	
7.189-5	Завтрак	Батон	40	94	3	1,2	21	
7.63с-1	Завтрак	Картофель отварной	100	103	2	3	17	
7.354	Завтрак	Чай с сахаром	200	66	0	0	12	
7.328	Завтрак	Яйцо отварное	40	63	5	4	0,3	
7.001//7.31/1	Обед	Салат из капусты и моркови с растит. маслом. //Салат из отв.картофеля,моркови,реп.лукка и сол.отурпом с раст.маслом	60	40	1	3	4	
7.н076/1	Обед	Каша гречневая рассыпчатая	150	143	4	3	25	
7.н190-5с	Обед	Гуляш из мяса куры	90	135	17	5	3	
7.051	Обед	Хлеб пшеничный	25	62	2	0	13	
2021/6/2.	Обед	Щи из свежей капусты безмолочное меню	200	52	1,4	2	7	
7.115/1	Обед	Компот из сухофруктов.	200	75	0,5	0	18	0,05
7.003-1	Обед	Хлеб ржаной	35	58	2	0,4	13	
7.044/2	Обед	Соль	0	0	0	0	0	
2021/16/4/	Полдник	Каша пшеничная безмолочная с маслом раст.	200	190	4	5	29	
7.354	Полдник	Чай с сахаром	200	66	0	0	12	
			Итого в день:	1147	41,9	26,6	174,3	0,05

Утверждено приказом от 10.03.2025
Заведующий МАДОУ детский сад № 45
Асатова Г.Р.

Утверждено приказом от 10.03.2025
Заведующий МАДОУ детский сад № 45
Адетова Г.Р.

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 8 Средя Дети

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.223/1	10 ч	Банан	150	93	2	0	23	
7.189-9	Завтрак	Батон	35	82	3	1	19	
7.1/1/8//7.185/5	Завтрак	Джем//Повидло	10	25	0	0,0000/0,0	7	
7.354	Завтрак	Чай с сахаром	150	37	0	0	9	
7.151/1	Завтрак	Макаронные изделия с овощами	130	156	4	3	25	
7.248	Обед	Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	28	0	0	7	0,035
7.258/6	Обед	Свекольник с мясом без сметаны	150	69//148	1,2//1,8	2//1,6	11//11,4	
7.177	Обед	Запеканка рыбная с морковью	150	180	17	3	12	
7.044/2	Обед	Соля	2	0	0	0	0	
7.002/1	Обед	Хлеб ржаной	25	54	2	0,3	13	
7.31/1/4//7.32/1/4//		Салат из отвар. картофеля с реп.луком, солен огурцом, раст.маслом//Салат из отвар.картофеля зел.горошком и растит.маслом//Салат из помидор и огурцов с зеленью	45	55	0,7	2	6	
7.333	Обед	Хлеб пшеничный	20	46,2	1,5	0,2	10	
7.050	Обед	Пряник	30	122	2	1	27	
7.209/1	Полдник	Чай с сахаром	150	37	0	0	9	
7.354	Полдник	Каша пшеничная безмол. с маслом раст.//Каша пшеничная безмол.с масл.раст.	150//120	143//119	3,2	4//3	22//17	
Итого в день:			150//120	822,2	33,2	10,5	144	0,035

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 8 Средя Дети

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.223/1	10 ч	Банан	150	93	2	0	23	
7.151/1	Завтрак	Макаронные изделия с овощами	130	156	4	3	25	
7.354	Завтрак	Чай с сахаром	200	66	0	0	12	
7.1/1/8//7.185/5	Завтрак	Джем, повидло	10	25	0	0	9	
7.189-5	Завтрак	Батон	40	94	3	1,2	21	
7.248	Обед	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	29	0	0	7	0,05
7.258/3	Обед	Свекольник (вегетарианский) без сметаны	200	171	6	9	14	
7.051	Обед	Хлеб пшеничный	25	59	2	0,2	13	
7.044/2	Обед	Соля	2	0	0	0	0	
7.31/1/7.32/1//7.333	Обед	Салат из отвар. картофеля с реп.луком, солеными огурцом, раст.маслом//Салат из отвар. картофеля с зел.горошком и растит.маслом//Салат из помидор и огурцов с зеленью	60	84	1	4	10	
7.003-1	Обед	Хлеб ржаной	35	58	2	0,4	13	
7.177	Обед	Запеканка рыбная с морковью	180	248	13	5	10	
7.354	Полдник	Чай с сахаром	200	66	0	0	12	
7.209/1	Полдник	Пряник	30	138	2	1	30	
2021/1/6/4//2021/1/1/4	Полдник	Каша пшеничная безмол. с маслом раст.//Каша пшеничная безмол.с масл.раст.	150	143//149	3	4	22/21	
Итого в день:			150	1194	36	27,8	176	0,05

Утверждено приказом от 10.03.2025
 Заведующий МАДОУ детский сад № 45
 Асатова Г.Р.

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 9 Четверг Ясли

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.031/6	10 ч	Сок	190	87	1	0,2	19	
7.189-9	Завтрак	Батон	35	82	0,00043	1	19	
7.354	Завтрак	Чай с сахаром	130	37	0	0	9	
7.185	Завтрак	Повидло	20	38	0,06	0	10	
2021/6-1/5	Завтрак	Пудинг из крупы с яблоками (рисовый безмолочный)	150	210	4	5	35	
7.050	Обед	Хлеб пшеничный	20	46,2	1,5	0,2	10	
2021/38/2/	Обед	Суп крестьянский безмолочное меню	150	42	1	0,1	9	
7.71/0/2/7.115/1/7.		Компот из сухофруктов и шиповник//Компот из сухофруктов//Напиток из брусники	150	58	0,2	0	16	0,035
15/1/5/3	Обед	Котлета мясная (говядина, филе индейки)	60	121	12	6	2	
7.103/2	Обед	Морковь тушеная	130	106	2	5	13	
7.002/1	Обед	Хлеб ржаной	30	63,4	2,3	0,4	15	
7.271/4	Обед	Салат из отв.картофеля с кукурузой и реп.лука с раст.маслом	45	61	0,9	3	6,5	
7.044	Обед	Соль		0	0	0	0	
7.202		Фрукт (апельсин)	140	55	2	0,2	14	
7.354	Подлник	Чай с сахаром	150	37	0	0	9	
7.015/2	Подлник	Вафли	22	70	1	1	16	
2021/8/4/3	Подлник	Каша геркулесовая безмолочная с раст.маслом	150	127	3	5	19	
Итого в день:				1047,6	30,96	21,9	189,5	

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 9 Четверг Дети

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.031/6	10 ч	Сок	190	87	1	0,2	19	
2021/6-1/6	Завтрак	Пудинг из крупы с яблоками (рисовый безмолочный)	150	238	4	6	40	
7.354	Завтрак	Чай с сахаром	200	66	0	0	12	
7.185	Завтрак	Повидло	20	36	0	0	9	
7.189-5	Завтрак	Батон	40	94	3	1,2	21	
2021/38/3	Обед	Суп крестьянский безмолочное меню	200	92	2	4	12	
7.050	Обед	Хлеб пшеничный	20	52	2	0,2	11	
7.10/3	Обед	Морковь тушеная	150	113	2	6	13	
7.71/0/7.115/1/7.15		Компот из сухофруктов и шиповника//Компот из сухофруктов//Напиток из брусники	200	76	0	0	20	0,05
7.н163/8	Обед	Котлета мясная (говядина, филе индейки)	80	162	16	8	3	
7.271/1	Обед	Салат из отв.картофеля с кукурузой и реп.лука с раст.маслом	60	77	1	3,6	8,3	
7.003-1	Обед	Хлеб ржаной	35	57	2	0,4	13	
7.044	Обед	Соль		0	0	0	0	
7.015/2	Подлник	Вафли	22	77	1	1	18	
7.202	Подлник	Фрукт (апельсин)	140	55	2	0,2	14	
7.354	Подлник	Чай с сахаром	200	66	0	0	12	
2021/8/4/1	Подлник	Каша геркулесовая безмолочная с раст.маслом	200	170	4	6	25	
Итого в день:				1431	39	36,6	231,3	

Утверждено приказом от 10.03.2025
 Заведующий МАДОУ Детский сад № 45
 Асатова Г.Р.



БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 10 Пятница Дети

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.031/6	10 ч	Сок	190	87	1	0,2	19	
7.189-9	Завтрак	Батон	35	82	3	1,2	19	
2021/19/4/	Завтрак	Каша безмол. ассорти (рис, греча) с раст.маслом	150	139	2	0,2	20	
7.354	Завтрак	Чай с сахаром	150	37	0	0	9	
7.47с/5/7.037с	Обед	Суп-лапша с мясом//Рассольник с мясом без сметаны	150	141	7	7	11	
7.044/2	Обед	Соль		0	0	0	0	
7.292/1/7.333	Обед	Салат из белокачанной капусты с огурцами//Салат из помидор и огурцов с зеленью	45	19	1	1	2	
7.002/1	Обед	Хлеб ржаной	30	54	2	0	12	
7.050	Обед	Хлеб пшеничный	20	46	1	0,2	10	
2021/4/4.	Обед	Картофельное пюре (без молока)	130	139	3	3	32	
7.35/8	Обед	Суфле из печени без молочное	80	137	17	6	1,2	
7.115/1	Обед	Компот из сухофруктов	150	58	0,4	0	13	0,035
7.346	Обед	Яблоко	100	39,6	0,3	0,35	10,4	
7.180-4/1	Полдник	Рату из овощей	130	80	2	2	12	
7.354	Полдник	Чай с сахаром	150	37	0	0	9	
Итого в день:			1008,6	38,7	25,55	160,6	0,035	

БЕЗМОЛОЧНОЕ МЕНЮ 10 Пятница Дети

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.031/6	10 ч	Сок	190	87	1	0,2	19	
7.189-5	Завтрак	Батон	40	94	3	1,2	21	
2021/19/4/	Завтрак	Каша безмол. ассорти (рис, греча) со раст. маслом	200	139	2	5	20	
7.354	Завтрак	Чай с сахаром	200	66	0	0	12	
7.051	Обед	Хлеб пшеничный	25	58	2	0,2	13	
7.47с/5/7.037с	Обед	Суп-лапша с мясом//Рассольник с мясом без сметаны	200	117	9	8	14	
7.044/2	Обед	Соль		0	0	0	0	
7.292/1/7.333	Обед	Салат из белокачанной капусты с огурцами//Салат из помидор и огурцов с зеленью	60	27	1	2	3	
2021/4/3/1	Обед	Картофельное пюре (без молока)	150	159	3	4	26	
7.35/8/4	Обед	Суфле из печени	100	189	23	8	2	
7.115/1	Обед	Компот из сухофруктов	200	75	0	0	17	0,05
7.003-1	Обед	Хлеб ржаной	35	64	2	0,4	15	
2021/3/2/3/	Полдник	Рату из овощей	150	118	3	4	18	
7.346	Полдник	Яблоко	100	39,6	0,3	0,35	10,4	
7.354	Полдник	Чай с сахаром	200	66	0	0	12	
Итого в день:			1072,6	46,3	28,15	183,4	0,05	