

"СОГЛАСОВАНО"

и. о. руководителя Дошкольные группы
структурного подразделения МАОУ "СОШ № 3 г.

Курова Е. В./



"УТВЕРЖДАЮ"

ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель / Непобедимова Н.Л.



20.01.2025

ДЕТИ ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>Завтрак</u>						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 190	190	262/2013	5,98	6,96	29,44	204,30
ЧАЙ С САХАРОМ	200	493/2013	0,00	0,00	15,04	60,16
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
СЫР (20)	20	114/2013	4,86	4,88	0,00	63,36
<u>Обед</u>						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (180)	180/5	142/2013	1,45	4,49	6,72	73,13
ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ (110)	110/5	418/2013	1,76	3,74	3,65	55,22
КОТЛЕТЫ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ (ФАРШ 50)	50	412/2013	1,02	2,28	5,03	44,68
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150	150	508/2013	0,50	0,02	24,72	101,12
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
ХЛЕБ РЖАНОЙ (30)	30	109/2013	2,34	0,42	11,19	57,90
<u>Полдник</u>						
ПРЯНИК	50		3,65	2,35	37,75	186,75
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА 180	180	519/2013	0,61	0,25	22,17	93,38
<u>Ужин</u>						
ОЛАДЫ С ДЖЕМОМ	150/30	537/2013	10,13	10,62	82,24	465,07
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ИЗЮМОМ	100	57/2013	1,31	6,07	13,20	112,64
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14

Зав. производством

Непобедимова Н.Л.

Калькулятор

Непобедимова Н.Л.

"СОГЛАСОВАНО"

Руководителя Дошкольные группы
структурного подразделения MAOU "СОШ № 3 г.

/Киреева Е. В./

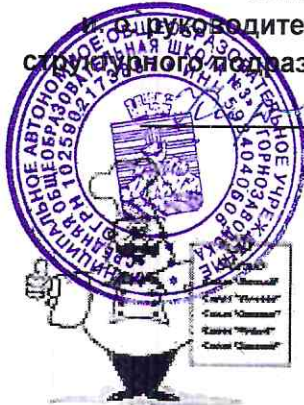
М.П.

"УТВЕРЖДАЮ"

ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель /Непобедимова Н.Л.

М.П.



21.01.2025

ДЕТИ ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>Завтрак</u>						
КАША ЯЧНЕВАЯ (180)	180	255/2013	3,36	9,75	7,39	130,72
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
ЧАЙ С САХАРОМ	200	493/2013	0,00	0,00	15,04	60,16
<u>Обед</u>						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (150Г)	150/5	128/2013	1,17	3,86	7,62	69,87
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (100)	100	291/2013	3,79	3,71	24,04	144,62
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ ("ЁЖИКИ") СОУС ТОМ.	60	390/2013	5,66	7,48	7,15	118,58
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ФЛОВОДОГО ИЛИ ЯГОДНОГО 150	150	503/2013	0,00	0,00	7,49	29,94
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
<u>Полдник</u>						
БУЛОЧКА К ЗАВТРАКУ	60	575/2013	5,14	1,96	27,55	148,41
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
<u>Ужин</u>						
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	240	340/2013	2,64	5,50	20,60	142,47
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)	30	108/2013	2,07	1,50	14,28	78,90
ЧАЙ-КАРКАДЕ 180	180	456/2018	0,00	0,00	13,48	53,94

Зав. производством

Киреева Е. В.

Калькулятор

Непобедимова Н.Л.

"СОГЛАСОВАНО"



Руководителя Дошкольные группы
структурного подразделения MAOU "СОШ № 3 г.

/Киреева Е. В./

М.п.

"УТВЕРЖДАЮ"



ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель /Непобедимова Н.Л.

М.п.

22.01.2025

ДЕТИ ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>Завтрак</u>						
КАША "ДРУЖБА" (ПШЕНО, РИС, С/М) 180	180	260/2013	4,85	9,76	26,67	213,89
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	180	501/2013	0,09	0,00	10,58	42,65
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
<u>Обед</u>						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (150Г)	150/5	134/2013	1,99	4,04	14,51	102,33
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	100	429/2013	2,16	4,08	14,46	103,19
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (60)	60	345/2013	1,50	2,12	5,86	48,56
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150	150	508/2013	0,50	0,02	24,72	101,12
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
<u>Полдник</u>						
ВАФЛИ 40	40	588/2013	1,12	1,32	30,92	140,04
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА 180	180	519/2013	0,61	0,25	22,17	93,38
<u>Ужин</u>						
ПУДИНГ РИСОВЫЙ	200	283/2013	7,68	11,55	43,94	310,41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)	30	108/2013	2,07	1,50	14,28	78,90
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	494/2013	0,06	0,01	15,25	61,32

Зав. производством

Киреева Е. В.

Калькулятор

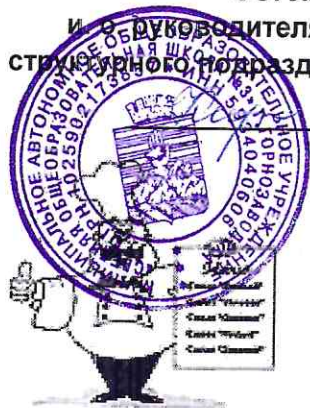
Непобедимова Н.Л.

"СОГЛАСОВАНО"

И.О. Руководителя Дошкольные группы
структурного подразделения МАОУ "СОШ № 3 г.

/Киреева Е. В./

м.п.



"УТВЕРЖДАЮ"

ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель /Непобедимова Н.Л.



23.01.2025

ДЕТИ ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>Завтрак</u>						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (150)	150	248/2013	8,25	8,81	29,13	228,83
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (10)	10	478/2013	0,10	7,25	0,14	66,21
<u>Обед</u>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (1-Й ВАРИАНТ) (150)	150	144/2013	1,34	2,38	8,00	58,72
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ 160	160	407/2013	14,26	16,43	14,80	264,13
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО 180	180	503/2013	0,00	0,00	8,98	35,93
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
<u>Полдник</u>						
ПЕЧЕНЬЕ 50	50	590/2013	3,75	4,90	37,20	207,90
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
<u>Ужин</u>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ РЫБНЫМИ 200	200	149/2013	2,10	2,47	14,96	90,42
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	180/7	494/2013	0,06	0,01	13,73	55,19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)	30	108/2013	2,07	1,50	14,28	78,90

Зав. производством

Калькулятор

"СОГЛАСОВАНО"

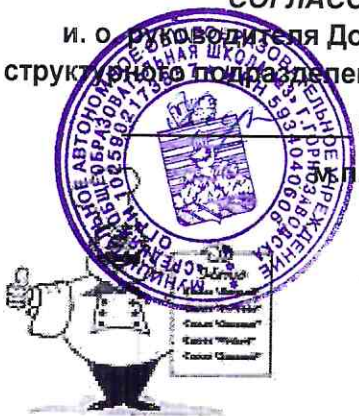
и. о. Руководитель Дошкольные группы
структурного подразделения МАОУ "СОШ № 3 г.

/Киреева Е. В./

"УТВЕРЖДАЮ"

ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель Непобедимова Н.Л.



24.01.2025

ДЕТИ ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>Завтрак</u>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 180	180	165/2013	5,26	5,52	16,10	135,14
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
СЫР (20)	20	114/2013	4,86	4,88	0,00	63,36
<u>Обед</u>						
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ 150	150/5	143/2013	1,35	3,02	6,38	58,13
РИС ОТВАРНОЙ (110)	110	414/2013	2,86	3,71	32,74	175,77
РЫБА (МИНТАЙ), ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (75/50)	50	343/2013	0,53	5,45	4,38	68,67
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)	30	108/2013	2,07	1,50	14,28	78,90
<u>Полдник</u>						
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	566/2013	4,96	1,17	28,94	146,19
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
<u>Ужин</u>						
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	76/2013	1,24	10,16	7,34	125,79
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 20	20	300/2013	2,54	2,30	0,14	31,42
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (40)	40	108/2013	2,76	2,00	19,04	105,20

Зав. производством

Киреева Е. В.

Калькулятор

Непобедимова Н.Л.

"СОГЛАСОВАНО"

И.о. руководителя Дошкольные группы
структурного подразделения МАОУ "СОШ № 3 г.

/Киреева Е. В./

М.п.

"УТВЕРЖДАЮ"

ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель /Непобедимова Н.Л.



27.01.2025

ДЕТИ ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>Завтрак</u>						
КАША ЯЧНЕВАЯ (180)	180	255/2013	3,36	9,75	7,39	130,72
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
СЫР (15)	15	100/2013	3,65	3,66	0,00	47,52
<u>Обед</u>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (1-Й ВАРИАНТ) (150)	150	144/2013	1,34	2,38	8,00	58,72
КОТЛЕТЫ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ (ФАРШ 50)	50	412/2013	1,02	2,28	5,03	44,68
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (110).	110	291/2013	4,16	4,08	26,43	159,08
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150	150	508/2013	0,50	0,02	24,72	101,12
<u>Полдник</u>						
ПРЯНИК	50		3,65	2,35	37,75	186,75
ЧАЙ-КАРКАДЕ 180	180	456/2018	0,00	0,00	13,48	53,94
<u>Ужин</u>						
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (180)	180	195/2013	3,81	12,68	20,88	212,87
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (40)	40	108/2013	2,76	2,00	19,04	105,20

Зав. производством

Калькулятор

"СОГЛАСОВАНО"

И.О. Руководитель Дошкольные группы
структурного подразделения МАОУ "СОШ № 3 г.

/Кирева Е. В./

И.п.

"УТВЕРЖДАЮ"

И.П. Непобедимова Н.Л.

Руководитель

/Непобедимова Н.Л.

И.п.

28.01.2025

ДЕТИ ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>Завтрак</u>						
КАША "ДРУЖБА" (ПШЕНО, РИС,С/М) 150	150	260/2013	4,04	8,13	22,22	178,24
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	180/7	494/2013	0,06	0,01	13,73	55,19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
<u>Обед</u>						
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (150)	150/5	142/2013	1,23	3,87	5,63	62,27
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (МИНТАЙ Б/Г) 60	60	345/2013	1,50	2,13	5,86	48,56
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (100)	100	248/2013	5,50	5,87	19,42	152,55
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО 150	150	503/2013	0,00	0,00	7,49	29,94
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
<u>Полдник</u>						
ВАФЛИ 40	40	588/2013	1,12	1,32	30,92	140,04
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	180/7	494/2013	0,06	0,01	13,73	55,19
<u>Ужин</u>						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100	74/2013	2,77	7,15	10,22	116,33
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ (1-Й ВАРИАНТ)	60	95/2013	1,57	4,63	32,34	177,27
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60

Зав. производством

Калькулятор

"СОГЛАСОВАНО"

Руководителя Дошкольные группы
структурного подразделения МАОУ "СОШ № 3 г.

/Кирева Е. В./

М.п.



"УТВЕРЖДАЮ"

ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель /Непобедимова Н.Л.



29.01.2025

ДЕТИ ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>Завтрак</u>						
КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ (150)	150	247/2013	6,53	10,06	24,39	214,20
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
<u>Обед</u>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (150)	150	147/2013	1,72	1,77	12,47	72,74
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ ("ЁЖИКИ") СОУС ТОМАТ.	70/30	390/2013	9,78	15,60	12,05	227,74
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	423/2013	2,85	3,43	12,53	92,40
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150	150	508/2013	0,50	0,02	24,72	101,12
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
<u>Полдник</u>						
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" (60)	60	559/2013	5,00	4,58	35,81	204,44
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
<u>Ужин</u>						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 150	150	295/2013	8,65	11,28	31,61	262,56
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60

Зав. производством

Женюф

Калькулятор

Женюф

"СОГЛАСОВАНО"

И. В. Руководитель Дошкольные группы
структурного подразделения МАОУ "СОШ № 3 г.

/Киреева Е. В./

М.П.

"УТВЕРЖДАЮ"

ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель

Непобедимова Н.Л.

М.П.

30.01.2025

ДЕТИ ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>Завтрак</u>						
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (180)	180	256/2013	14,28	8,52	31,16	258,43
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
<u>Обед</u>						
СВЕКОЛЬНИК 150	150	131/2013	1,43	2,56	10,51	70,82
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ (100)	100	415/2013	2,53	3,37	28,94	156,18
КОТЛЕТЫ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ (ФАРШ)	70	412/2013	1,42	3,22	7,03	62,83
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
<u>Полдник</u>						
ПЕЧЕНЬЕ 40	40	590/2013	3,00	3,92	29,76	166,32
ЧАЙ-КАРКАДЕ 180	180	456/2018	0,00	0,00	13,48	53,94
<u>Ужин</u>						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ЛУКОМ (150)	150	238/2013	10,08	15,84	43,25	355,90
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)	30	108/2013	2,07	1,50	14,28	78,90
ПЕЧЕНЬЕ 30	30	590/2013	2,25	2,94	22,32	124,74

Зав. производством

Непобедимова

Калькулятор

Непобедимова

"СОГЛАСОВАНО"

И.С. Руководитель Дошкольные группы
структурного подразделения МАОУ "СОШ № 3 г.

/Кирева Е. В./

М.п.

"УТВЕРЖДАЮ"

ИП Непобедимова Н.Л.

Руководитель /Непобедимова Н.Л.

31.01.2025

ДЕТИ ВОЗРАСТ 1-3 ГОДА

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>Завтрак</u>						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (150)	150	258/2013	6,65	9,17	28,71	223,97
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
СЫР (20)	20	114/2013	4,86	4,88	0,00	63,36
<u>Обед</u>						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (150Г)	150/5	134/2013	1,99	4,04	14,51	102,33
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	100	429/2013	2,16	4,08	14,46	103,19
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ.	60/20	372/2013	5,51	6,71	5,72	105,29
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО 150	150	503/2013	0,00	0,00	7,49	29,94
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (20)	20	108/2013	1,38	1,00	9,52	52,60
<u>Полдник</u>						
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	567/2013	4,56	6,09	36,79	220,24
ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	493/2013	0,00	0,00	13,54	54,14
<u>Ужин</u>						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (200)	200		9,15	3,78	16,22	135,54
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	180/7	494/2013	0,06	0,01	13,73	55,19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (30)	30	108/2013	2,07	1,50	14,28	78,90

Зав. производством

Немоф

Калькулятор

Немоф