

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
 «Центр развития ребенка – детский сад №73» города Ставрополя  
 (МБДОУ «ЦРР-Д/С № 73») 355012, Российская Федерация, Ставропольский край, город  
 Ставрополь, переулок Расковой, 8. Телефон 8(8652)291581, т\факс 8(8652)291585,  
 e-mail: dou\_73@stavadm.

УТВЕРЖДАЮ:  
 Заведующий МБДОУ  
 «ЦРР-Д/С № 73»  
 О.И. Шмарина

Шмарина  
 Оксана  
 Ивановна

Подписан: Шмарина Оксана Ивановна  
 DN: С=RU, S=Ставропольский край,  
 L=Ставрополь, Т=Заведующий, О=""  
 МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
 ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
 УЧРЕЖДЕНИЕ "ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА -  
 ДЕТСКИЙ САД № 73" ГОРОДА СТАВРОПОЛЯ;  
 СНИПС-01520834508, ИНН-26308541886,  
 E=shkola\_sad73@mail.ru, G=Оксана Ивановна,  
 SN=Шмарина, CN=Шмарина Оксана Ивановна  
 Основание: Я являюсь автором этого документа  
 Место подписания:  
 Дата: 2024.02.06 15:08:50+03'00'  
 Foxit Reader Версия: 10.1.1

## МЕНЮ ДЕНЬ 1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая калорийность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Каша манная жидкая на молоке	150-180	2,87	3,67	19,35	120,93
	Кофейный напиток на молоке	150/8-180/10	2,85	2,41	14,36	91
	Бутерброд с маслом	30/5	2,45	7,55	14,56	136
	<b>ИТОГО за завтрак</b>		<b>12,38</b>	<b>13,74</b>	<b>59,26</b>	<b>410,67</b>
2-й завтрак	Сок фруктовый	100	1,8		5,15	20,8
Обед	Суп картофельный с крупой	150-200	1,58	2,19	11,66	72,60
	Макаронные изделия отварные с маслом	120-150	5,49	4,21	26,37	165,48
	Фрикадельки мясные в соусе	60/30-80/40	11,95	10,08	8,40	171,96
	Компот из сухофруктов	150/12-200/16	0,44	0,02	27,76	113,00
	Хлеб ржаной	40-50	3,30	0,60	16,70	86,70
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	47,30
	<b>ИТОГО за обед</b>		<b>24,99</b>	<b>19,73</b>	<b>103,37</b>	<b>692,04</b>
Полдник	Котлеты рыбные	60-80	11,16	3,90	9,04	116,00
	Пюре картофельное	120-150	3,06	4,80	20,47	137,25
	Чай с сахаром и лимоном	150/7-200/17	0,13	4,80	11,24	45,37
	Хлеб пшеничный	30-20	1,58	0,20	9,66	47,30
	<b>ИТОГО за полдник</b>		<b>15,93</b>	<b>8,92</b>	<b>50,41</b>	<b>345,92</b>
Ужин	Печенье	20-30	5,60	5,00	4,40	116,00
	Чай с сахаром	150/7-200/17	0,12	0,02	11,10	44,44
	<b>ИТОГО за ужин</b>		<b>5,72</b>	<b>5,02</b>	<b>15,5</b>	<b>160,44</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>59,02</b>	<b>47,41</b>	<b>228,54</b>	<b>1609,07</b>

Меню разработано на основе сборника технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Центр развития ребенка – детский сад №73» города Ставрополя  
(МБДОУ «ЦРР-Д/С № 73») 355012, Российская Федерация, Ставропольский край, город  
Ставрополь, переулок Расковой, 8. Телефон 8(8652)291581, т\факс 8(8652)291585,  
e-mail: dou\_73@stavadm.

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ  
«ЦРР-Д/С № 73»  
О.И. Шмарина

**Шмарина  
Оксана  
Ивановна**

Подписан: Шмарина Оксана Ивановна  
DN: С=RU, S=Ставропольский край,  
L=Ставрополь, Т=Заведующий, О=  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ "ЦЕНТР РАЗВИТИЯ  
РЕБЕНКА - ДЕТСКИЙ САД № 73" ГОРОДА  
СТАВРОПОЛЯ, СНИЛС=01520834508,  
ИИН=263508541866, E=shkola\_sad73@mail.ru,  
G=Оксана Ивановна, SN=Шмарина,  
CN=Шмарина Оксана Ивановна  
Основание: Я являюсь автором этого  
документа  
Местоположение: место подписания  
Дата: 2024.02.06 15:10:49+03'00'  
Foxit Reader Версия: 10.1.1

## МЕНЮ ДЕНЬ 2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая калорийность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак</b>	Каша молочная пшеничная	<b>150-180</b>	3,98	3,67	28,88	164,67
	Какао с молоком	<b>150/8- 180/10</b>	3,67	3,19	15,82	107,00
	Бутерброд с маслом и сыром	<b>30/58/5- 30/5/9</b>	4,73	6,88	14,56	139
	<b>ИТОГО за завтрак</b>		<b>12,38</b>	<b>13,74</b>	<b>59,26</b>	<b>410,67</b>
<b>2-й завтрак</b>	Фрукты свежие	<b>1 шт.</b>	0,4	0,4	8,9	40,30
<b>Обед</b>	Суп картофельный с макаронными изделиями	<b>150-200</b>	2,15	2,27	13,71	83,30
	Свекла, тушенная в сметане	<b>100-150</b>	3,10	9,54	14,14	155,00
	Котлета, рубленая из птицы	<b>60/5-80/5</b>	15,64	3,89	13,46	151,00
	Компот из сухофруктов	<b>150/12- 200/16</b>	0,44	0,02	27,76	113,00
	Хлеб ржаной	<b>40-50</b>	3,30	0,60	16,70	86,70
	Хлеб пшеничный	<b>20</b>	1,58	0,20	9,66	47,30
	<b>ИТОГО за обед</b>		<b>26,21</b>	<b>16,92</b>	<b>95,43</b>	<b>677,10</b>
<b>Полдник</b>	Омлет натуральный	<b>55-110</b>	9,70	18,60	1,86	214,90
	Икра кабачковая	<b>80-100</b>		7,00	7,00	91,00
	Чай с сахаром и лимоном	<b>150/7/3.5- 200/11/7</b>	0,12	0,02	11,1	44,44
	Хлеб пшеничный	<b>30-20</b>	1,58	0,20	9,66	47,30
	<b>ИТОГО за полдник</b>		<b>11,42</b>	<b>25,82</b>	<b>29,86</b>	<b>398,79</b>
<b>Ужин</b>	Булочка ванильная	<b>50-50</b>	3,95	4,06	27,24	161,00
	Кефир	<b>150-180</b>	5,22	4,5	7,2	90,00
	<b>ИТОГО за ужин</b>		<b>9,17</b>	<b>8,56</b>	<b>34,44</b>	<b>251</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>59,18</b>	<b>65,04</b>	<b>218,99</b>	<b>1837,56</b>

Меню разработано на основе сборника технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
 «Центр развития ребенка – детский сад №73» города Ставрополя  
 (МБДОУ «ЦРР-Д/С № 73») 355012, Российская Федерация, Ставропольский край, город  
 Ставрополь, переулок Расковой, 8. Телефон 8(8652)291581, т\факс 8(8652)291585,  
 e-mail: dou\_73@stavadm.

УТВЕРЖДАЮ:  
 Заведующий МБДОУ  
 «ЦРР-Д/С № 73»  
 О.И. Шмарина

**Шмарина  
 Оксана  
 Ивановна**

Подписан: Шмарина Оксана Ивановна  
 DN: С=RU, S=Ставропольский край, L=Ставрополь,  
 Т=Заведующий, О=МУНИЦИПАЛЬНОЕ  
 БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
 УЧРЕЖДЕНИЕ "ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА -  
 ДЕТСКИЙ САД № 73" ГОРОДА СТАВРОПОЛЯ,  
 СНИЛС=01520834508, ИНН=263508541886,  
 E=ok\_smr73@yandex.ru, С=Оксана Ивановна,  
 SN=Шмарина, CN=Шмарина Оксана Ивановна  
 Основание: Я являюсь автором этого документа  
 Местоопложение: место подписания  
 Дата: 2024.02.06 15:12:23+03'00'  
 Foxit Reader Версия: 10.1.1

## МЕНЮ ДЕНЬ 3

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда Ясли-сад	Пищевые вещества			Энергетическая калорийность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак</b>	Каша овсяная молочная жидкая	<b>150-180</b>	3,49	5,48	21,69	144,76
	Кофейный напиток на молоке	<b>150/8-180/10</b>	2,85	2,41	14,36	91
	Бутерброд с маслом и сыром	<b>30/5/5-30/5/9</b>	4,73	6,88	14,56	139
	<b>ИТОГО за завтрак</b>		<b>11,9</b>	<b>15,55</b>	<b>52,07</b>	<b>390,8</b>
<b>2-й завтрак</b>	Фрукты свежие	<b>1 шт</b>	0,4	0,4	8,9	40,30
<b>Обед</b>	Суп картофельный с бобовыми и гречками	<b>200/20</b>	4,39	4,22	13,06	107,80
			2,49	0,32	15,21	73,64
	Каша гречневая рассыпчатая	<b>150</b>	3,60	4,33	31,69	203,55
	Гуляш из отварного мяса (говядина)	<b>30/30-50/50</b>	12,89	10,19	3,27	156,25
	Компот из СУХОФРУКТОВ	<b>150/12-200/16</b>	0,44	0,02	27,76	113,00
	Хлеб ржаной	<b>40-50</b>	3,30	0,60	16,70	86,70
	Хлеб пшеничный	<b>20</b>	1,58	0,20	9,66	47,30
	<b>ИТОГО за обед</b>		<b>29,08</b>	<b>19,93</b>	<b>119,76</b>	<b>800,10</b>
<b>Полдник</b>	Биточки рыбные запеченные	<b>60/5-80/5</b>	11,99	4,05	7,67	115,00
	Картофель отварной	<b>120-150</b>	2,86	4,32	23,01	142,35
	Чай с сахаром	<b>150/7-200/11</b>	0,12	0,02	11,1	44,44
	Хлеб пшеничный	<b>30-20</b>	1,58	0,20	9,66	47,30
	<b>ИТОГО за полдник</b>		<b>12,61</b>	<b>8,44</b>	<b>48,38</b>	<b>320</b>
<b>Ужин</b>	Печенье	<b>20-30</b>	5,6	5	4,4	116,0
	Сок фруктовый	<b>150-200</b>	0,8	0,8	14,7	116
	<b>ИТОГО за ужин</b>		<b>6,4</b>	<b>5,8</b>	<b>19,1</b>	<b>232</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>60,7</b>	<b>50,12</b>	<b>250,5</b>	<b>1783</b>

Меню разработано на основе сборника технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
 «Центр развития ребенка – детский сад №73» города Ставрополя  
 (МБДОУ «ЦРР-Д/С № 73») 355012, Российская Федерация, Ставропольский край, город  
 Ставрополь, переулок Расковой, 8. Телефон 8(8652)291581, т\факс 8(8652)291585,  
 e-mail: dou\_73@stavadm.

УТВЕРЖДАЮ:  
 Заведующий МБДОУ  
 «ЦРР-Д/С № 73»  
 О.И. Шмарина

**Шмарина**  
**Оксана**  
**Ивановна**

Подписан: Шмарина Оксана Ивановна  
 DN: cn=Ш.И., o=Ставропольский край, ln=Ставрополь,  
 т=Заведующий, ou=МУНИЦИПАЛЬНОЕ  
 БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
 ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ЦЕНТР  
 РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА - ДЕТСКИЙ САД № 73"  
 ГОРОДА СТАВРОПОЛЯ, c=ШНИС=01520834508,  
 ou=293558641896, e=Ш.И., cn=Шмарина.И.  
 О-Оксана Ивановна, sn=Шмарина, cn=Шмарина  
 Оксана Ивановна  
 Основание: Я являюсь автором этого документа  
 Местоположение: место подписания  
 Дата: 2024.02.06 15:15:01+0300  
 Foxit Reader Версия: 10.1.1

## МЕНЮ ДЕНЬ 4

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда Ясли-сад	Пищевые вещества			Энергетическая калорийность
			Белк и	Жи ры	Углево ды	
<b>Завтрак</b>	Каша рисовая молочная	<b>150-180</b>	1,96	3,52	24,83	139,33
	Какао с молоком	<b>150/8-180/10</b>	3,67	3,19	15,82	107,00
	Бутерброд с маслом и сыром	<b>30/5/5-30/5/9</b>	4,73	6,88	14,56	139,00
	<b>Итого за завтрак:</b>		<b>10,36</b>	<b>13,59</b>	<b>55,21</b>	<b>385,33</b>
<b>2-й завтрак</b>	Фрукты свежие	<b>1 шт.</b>	0,4	0,4	8,9	40,30
<b>Обед</b>	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	<b>150/7,5-200/10</b>	1,39	3,92	9,79	82,00
	Картофельное пюре	<b>120-150</b>	3,06	4,80	20,47	137,25
	Суфле из отварного мяса (говядина)	<b>60/5-80/5</b>	15,56	11,39	16,70	232,00
	Чай с сахаром	<b>150/7-200/11</b>	0,12	0,02	11,10	44,44
	Хлеб Окский	<b>40-50</b>	3,30	0,60	16,70	86,67
	Хлеб пшеничный	<b>25</b>	1,97	0,25	12,07	59,17
	<b>Итого за обед:</b>		<b>25,40</b>	<b>20,98</b>	<b>86,80</b>	<b>681,83</b>
<b>Полдник</b>	Запеканка из творога с морковью	<b>110-110</b>	12,83	11,32	26,16	257,40
	Молоко сгущенное	<b>15-30</b>	1,22	0,12	4,89	32,80
	Чай с сахаром и лимоном	<b>150/7/3.5-200/11/7</b>	0,12	0,02	11,1	44,44
	<b>Итого за полдник:</b>		<b>14,17</b>	<b>11,46</b>	<b>42,15</b>	<b>334,64</b>
<b>Ужин</b>	Хлеб пшеничный	<b>25</b>	1,97	0,25	12,07	59,17
	Молоко кипяченое	<b>150-180</b>	5,48	4,88	9,07	102
	<b>Итого за ужин:</b>		<b>7,45</b>	<b>5,13</b>	<b>21,14</b>	<b>161,17</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>58,94</b>	<b>54,59</b>	<b>227,91</b>	<b>1644</b>

Меню разработано на основе сборника технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
 «Центр развития ребенка – детский сад №73» города Ставрополя  
 (МБДОУ «ЦРР-Д/С № 73») 355012, Российская Федерация, Ставропольский край, город  
 Ставрополь, переулок Расковой, 8. Телефон 8(8652)291581, т\факс 8(8652)291585,  
 e-mail: dou\_73@stavadm.

УТВЕРЖДАЮ:  
 Заведующий МБДОУ  
 «ЦРР-Д/С № 73»  
 О.И. Шмарина

Шмарина  
 Оксана  
 Ивановна

Подписан: Шмарина Оксана Ивановна  
 DN: C=RU, S=Ставропольский край,  
 L=Ставрополь, T=Заведующий, O=  
 МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
 ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
 УЧРЕЖДЕНИЕ "ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА -  
 ДЕТСКИЙ САД № 73" ГОРОДА СТАВРОПОЛЯ,  
 SN=ИП=01520834508, ИИН=263508541866,  
 E=shkova\_sad73@mail.ru, G=Оксана Ивановна,  
 CN=Шмарина, OU=Шмарина Оксана Ивановна  
 Основание: Я являюсь автором этого документа  
 Местоположение: место подписания  
 Date: 2024.02.06 15:16:13+03'00'  
 Foxit Reader Версия: 10.1.1

## МЕНЮ ДЕНЬ 5

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическа я калорийность
			Белк и	Жиры	Углев оды	
<b>Завтрак</b>	Каша гречневая молочная вязкая	<b>150-180</b>	5,62	4,78	29,67	183,67
	Кофейный напиток на молоке	<b>150/8- 180/10</b>	2,85	2,41	14,36	91,00
	Бутерброд с маслом	<b>30/5</b>	2,45	7,55	14,62	136,00
	<b>ИТОГО за завтрак</b>		<b>10,92</b>	<b>14,74</b>	<b>58,65</b>	<b>410,67</b>
<b>2-й завтрак</b>	Сок фруктовый	<b>100</b>	1,8		5,15	20,80
<b>Обед</b>	Рассольник ленинградский	<b>150/7,5- 200/10</b>	2,56	5,25	7,23	84,80
	Гороховое пюре	<b>120/150</b>	3,06	4,80	20,47	137,25
	Я:Котлета рубленая из птица	<b>60</b>	9,43	9,65	9,98	164
	С:Птица отварная	<b>80</b>	16,88	10,88	0,000	165,00
	Компот из сухофруктов	<b>150/12- 200/16</b>	0,44	0,02	27,76	113,00
	Хлеб ржаной	<b>40-50</b>	3,30	0,60	16,70	86,67
	Хлеб пшеничный	<b>20</b>	1,58	0,20	9,56	47,33
<b>ИТОГО за обед</b>		<b>27,82</b>	<b>21,75</b>	<b>81,82</b>	<b>634,05</b>	
<b>Полдник</b>	Шницель натуральный рубленый	<b>60-80</b>	11,66	8,66	11,77	171,56
	Макаронные изделия с маслом	<b>120-150</b>	5,49	4,21	26,37	165,48
	Чай с сахаром и лимоном	<b>150/8- 200/11</b>	13,0	0,02	11,24	45,37
	Хлеб пшеничный	<b>30-20</b>	1,58	0,20	9,56	47,33
	<b>ИТОГО за полдник</b>		<b>31,73</b>	<b>13,09</b>	<b>59,04</b>	<b>429,74</b>
<b>Ужин</b>	Печенье	<b>20-30</b>	5,6	5,0	4,4	116,0
	Кефир	<b>150-180</b>	5,22	4,50	7,20	90,00
	<b>ИТОГО за ужин</b>		<b>10,82</b>	<b>9,5</b>	<b>11,6</b>	<b>206</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>83,09</b>	<b>59,08</b>	<b>216,2 6</b>	<b>1701,26</b>

Меню разработано на основе сборника технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
 «Центр развития ребенка – детский сад №73» города Ставрополя  
 (МБДОУ «ЦРР-Д/С № 73») 355012, Российская Федерация, Ставропольский край, город  
 Ставрополь, переулок Расковой, 8. Телефон 8(8652)291581, т\факс 8(8652)291585,  
 e-mail: dou\_73@stavadm.

УТВЕРЖДАЮ:  
 Заведующий МБДОУ  
 «ЦРР-Д/С № 73»  
 О.И. Шмарина

Шмарина  
 Оксана  
 Ивановна

Подписан: Шмарина Оксана Ивановна  
 ОИ: СЗРЦ, С-Ставропольский край,  
 Л-Ставрополь, Т-Заведующий, О-  
 МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
 ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
 УЧРЕЖДЕНИЕ «ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА -  
 ДЕТСКИЙ САД № 73» ГОРОДА  
 СТАВРОПОЛЯ, СНИПС=01520834508,  
 ИНН=263508541666, E=о.и.ш.марина\_73@mail.ru,  
 С=Оксана Ивановна, SN=Шмарина,  
 CN=Шмарина Оксана Ивановна  
 Основание: Я являюсь автором этого документа  
 Место/операция: место подписания  
 Дата: 2024.02.06 15:23:53+03'00'  
 Foxit Reader Версия: 10.1.1

## МЕНЮ ДЕНЬ 6

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая калорийность
			Белки	Жиры	Углево ды	
<b>Завтрак</b>	Каша манная жидкая на молоке	<b>150- 180</b>	2,88	3,52	23,87	138,43
	Кофейный напиток на молоке	<b>150/8- 180/10</b>	2,85	2,41	14,36	91,00
	Бутерброд с маслом	<b>30/5</b>	2,45	7,55	14,62	136,00
	<b>ИТОГО за завтрак</b>		<b>8,18</b>	<b>13,48</b>	<b>52,85</b>	<b>365,43</b>
<b>2-й завтрак</b>	Фрукты свежие	<b>1шт</b>	0,4	0,4	8,9	40,30
<b>Обед</b>	Суп картофельный с клецками	<b>150- 200</b>	1,68	2,69	9,71	69,80
	Картофельное пюре	<b>80-100</b>	3,06	4,80	20,47	137,25
	Капуста тушеная	<b>40-50</b>	0,99	1,85	4,74	39,50
	Пудинг из говядины	<b>60-80</b>	18,81	6,19	0,88	134,00
	Компот из сухофруктов	<b>150/8- 200/16</b>	0,44	0,02	27,76	113,00
	Хлеб ржаной	<b>50</b>	3,30	0,60	16,70	86,67
	Хлеб пшеничный	<b>20</b>	1,58	0,20	9,56	47,33
<b>ИТОГО за обед</b>		<b>28,87</b>	<b>14,50</b>	<b>85,15</b>	<b>667,85</b>	
<b>Полдник</b>	Вареники ленивые(отварные)	<b>110/5- 130/5</b>	19,06	13,96	19,68	280,28
	Чай с сахаром	<b>200/11</b>	0,12	0,02	11,10	44,44
	Хлеб пшеничный	<b>20</b>	1,58	0,20	9,56	47,33
	<b>ИТОГО за полдник</b>		<b>20,76</b>	<b>14,18,</b>	<b>40,44</b>	<b>372,05</b>
<b>Ужин</b>	Кондитерские изделия	<b>20-30</b>	5,60	5,00	4,40	116,00
	Молоко кипяченое	<b>150-200</b>	5,67	4,62	9,24	101,22
	<b>ИТОГО за ужин</b>		<b>11,27</b>	<b>9,62</b>	<b>13,64</b>	<b>217,22</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>72,31</b>	<b>41,85</b>	<b>210,34</b>	<b>1622,55</b>

Меню разработано на основе сборника технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
 «Центр развития ребенка – детский сад №73» города Ставрополя  
 (МБДОУ «ЦРР-Д/С № 73») 355012, Российская Федерация, Ставропольский край, город  
 Ставрополь, переулок Расковой, 8. Телефон 8(8652)291581, т\факс 8(8652)291585,  
 e-mail: dou\_73@stavadm.

УТВЕРЖДАЮ:  
 Заведующий МБДОУ  
 «ЦРР-Д/С № 73»  
 О.И. Шмарина  
**МЕНЮ**  
**ДЕНЬ 7**

**Шмарина**  
**Оксана**  
**Ивановна**

Подписан: Шмарина Оксана Ивановна  
 DN: cn=OI, s=Ставропольский край,  
 l=Ставрополь, t=Заведующий, o="Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение "Центр развития ребенка - детский сад № 73" города Ставрополя",  
 email=91520294508, winn=263538541866,  
 E=shkola\_sad73@mail.ru, S=Оксана Ивановна,  
 SN=Шмарина, SN=Шмарина Оксана Ивановна  
 Основание: Я являюсь автором этого документа  
 Местоположение: место подписания  
 Дата: 2024.02.06 15:24:44+03'00'  
 Foxit Reader Версия: 10.1.1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая калорийность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак	Каша молочная пшеничная	150-180	3,98	3,67	28,88,	164,67
	Какао с молоком	150/7-180/11	3,67	3,19	15,82	107,00
	Бутерброд с маслом и сыром	30/5/5-30/5/9	4,73	6,88	14,56	139,00
	<b>ИТОГО за завтрак</b>		<b>12,37</b>	<b>13,74</b>	<b>59,26</b>	<b>410,70</b>
2-й завтрак	Сок фруктовый	100	1,8		5,15	20,8
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	150-200	2,15	2,27	13,71	83,80
	Картофельное пюре	120-150	3,06	4,8	20,47	137,25
	Кнели куриные с рисом	60/5-80/5	12,48	12,59	2,45	173,00
	Компот из сухофруктов	150/12-180/16	0,44	0,02	27,76	113,00
	Хлеб ржаной	40-50	3,30	0,60	16,70	86,67
	Хлеб пшеничный	30-20	1,58	0,20	9,56	47,33
	<b>ИТОГО за обед</b>		<b>22,30</b>	<b>20,67</b>	<b>105,93</b>	<b>673,69</b>
Полдник	Омлет натуральный	55/5-110/5	9,7	18,60	1,89	214,90
	Кукуруза консерв./Горох консерв.	30-50	1,5		3	17,5
	Чай с сахаром и лимоном	150/7/3.5-200/11/7	13,00	0,02	11,24	45,37
	Хлеб пшеничный	30-20	1,58	0,20	9,56	47,33
	<b>ИТОГО за полдник</b>		<b>25,78</b>	<b>18,82</b>	<b>25,69</b>	<b>325,1</b>
	Булочка ванильная	50-50	3,92	4,06	27,24	161,00
	Ряженка	150-180	5,22	4,5	7,56	92
	<b>ИТОГО за ужин</b>		<b>9,14</b>	<b>8,56</b>	<b>34,8</b>	<b>253</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>69,59</b>	<b>61,79</b>	<b>225,68</b>	<b>1662,49</b>

Меню разработано на основе сборника технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
 «Центр развития ребенка – детский сад №73» города Ставрополя  
 (МБДОУ «ЦРР-Д/С № 73») 355012, Российская Федерация, Ставропольский край, город  
 Ставрополь, переулок Расковой, 8. Телефон 8(8652)291581, т\факс 8(8652)291585,  
 e-mail: dou\_73@stavadm.

УТВЕРЖДАЮ:  
 Заведующий МБДОУ  
 «ЦРР-Д/С № 73»  
 О.И. Шмарина  
**МЕНЮ**  
**ДЕНЬ 8**

**Шмарина**  
**Оксана**  
**Ивановна**

Подписан: Шмарина Оксана Ивановна  
 DN: cn=Шмарина, o=МБДОУ «ЦРР-Д/С № 73», ou=Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Центр развития ребенка – детский сад № 73», ou=Город Ставрополь, cn=Шмарина, email=ou\_73@stavadm.ru, ou=Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Центр развития ребенка – детский сад № 73», ou=Город Ставрополь, cn=Шмарина, email=ou\_73@stavadm.ru, ou=Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Центр развития ребенка – детский сад № 73», ou=Город Ставрополь, cn=Шмарина, email=ou\_73@stavadm.ru, ou=Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Центр развития ребенка – детский сад № 73», ou=Город Ставрополь, cn=Шмарина, email=ou\_73@stavadm.ru  
 Место подписания: место подписания  
 Дата: 2024.02.06 15:26:02+03'00'  
 Foxit Reader Версия: 10.1.1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая калорийность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак</b>	Каша гречневая молочная вязкая	<b>150-180</b>	5,64	4,78	29,67	183,67
	Кофейный напиток на молоке	<b>150/8-180/10</b>	2,85	2,41	14,36	91,00
	Бутерброд с маслом и сыром	<b>30/5/5-30/5/9</b>	4,73	6,88	14,56	139,00
	<b>ИТОГО за завтрак</b>		<b>13,22</b>	<b>14,07</b>	<b>58,59</b>	<b>413,67</b>
<b>2-й завтрак</b>	Фрукты свежие	<b>шт.</b>	0,40	0,40	8,9	40,30
<b>Обед</b>	Суп картофельный с крупой	<b>150-200</b>	2,14	2,24	13,71	83,60
	Макаронные изделия с маслом	<b>120-150</b>	5,49	4,21	26,37	165,48
	Тефтели из говядины	<b>60/5-80/5</b>	11,78	12,51	14,90	223,00
			0,71	2,00	2,81	32,04
	Компот из сухофруктов	<b>150/12-200/16</b>	0,44	0,02	27,76	113,00
	Хлеб ржаной	<b>40-50</b>	3,30	0,60	16,70	86,67
	Хлеб пшеничный	<b>30-20</b>	1,58	0,20	9,56	47,33
<b>ИТОГО за обед</b>		<b>23,70</b>	<b>22,58</b>	<b>120,81</b>	<b>791,42</b>	
<b>Полдник</b>	Шницель рыбный натуральный	<b>60-80</b>	12,08	3,92	8,21	116,00
	Картофель отварной	<b>120-150</b>	2,86	4,32	23,01	142,35
	Чай с сахаром	<b>150/7-200/11</b>	0,14	0,02	11,34	45,56
	Хлеб пшеничный	<b>30-20</b>	1,58	0,20	9,56	47,33
	<b>ИТОГО за полдник</b>		<b>13,92</b>	<b>18,62</b>	<b>31,36</b>	<b>350,29</b>
<b>Ужин</b>	Сок фруктовый	<b>150-200</b>	5,67	4,62	9,24	101,22
	Кондитерское изделие	<b>20-30</b>	5,60	5,00	4,40	116,0
	<b>ИТОГО за ужин</b>		<b>11,27</b>	<b>9,62</b>	<b>13,64</b>	<b>217,22</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>62,14</b>	<b>64,89</b>	<b>224</b>	<b>1772,6</b>

Меню разработано на основе сборника технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
 «Центр развития ребенка – детский сад №73» города Ставрополя  
 (МБДОУ «ЦРР-Д/С № 73») 355012, Российская Федерация, Ставропольский край, город  
 Ставрополь, переулок Расковой, 8. Телефон 8(8652)291581, т/факс 8(8652)291585,  
 e-mail: dou\_73@stavadm.

УТВЕРЖДАЮ:  
 Заведующий МБДОУ  
 «ЦРР-Д/С № 73»  
 О.И. Шмарина

**Шмарина  
 Оксана  
 Ивановна**

Подписан: Шмарина Оксана Ивановна  
 DN: C=RU, S=Ставропольский край,  
 L=Ставрополь, T=Заведующий, O=3  
 МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
 ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
 УЧРЕЖДЕНИЕ "ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА -  
 ДЕТСКИЙ САД № 73" ГОРОДА  
 СТАВРОПОЛЯ, SN=Шмарина,  
 G=Оксана Ивановна, SN=Шмарина,  
 CN=Шмарина Оксана Ивановна  
 Основание: Я являюсь автором этого документа  
 Местоположение: место подписания  
 Дата: 2024.02.06 15:27:23+0300  
 Foxit Reader Версия: 10.1.1

## МЕНЮ ДЕНЬ 9

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети ческая калорийно сть
			Белки	Жиры	Углево ды	
<b>Завтрак</b>	Суп молочный с макаронными изделиями	<b>150-180</b>	5,17	4,69	16,95	130,68
	Какао с молоком	<b>150/8-180/10</b>	3,67	3,19	15,82	107,00
	Бутерброд с маслом и сыром	<b>30/5/5-30/5/9</b>	4,73	6,88	14,56	139,00
	<b>ИТОГО за завтрак</b>		<b>13,57</b>	<b>14,76</b>	<b>47,33</b>	<b>376,68</b>
<b>2-й завтрак</b>	Сок фруктовый	<b>100</b>	1,8		5,15	20,80
<b>Обед</b>	Суп фасолевый	<b>150-200</b>	5,74	0,70	18,89	104,80
	Азу из мяса отварного	<b>125/25-165/30</b>	2,30	11,08	14,60	167,30
	Чай с сахаром	<b>150/12-200/11</b>	0,12	0,02	11,00	44,44
	Хлеб ржаной	<b>40-50</b>	3,30	0,60	16,70	86,67
	Хлеб пшеничный	<b>20</b>	1,97	0,25	12,27	59,17
	<b>ИТОГО за обед</b>		<b>15,23</b>	<b>12,65</b>	<b>78,61</b>	<b>483,18</b>
<b>Полдник</b>	Пудинг из творога запеченный	<b>130-150</b>	22,71	16,14	36,49	382,5
	Молоко сгущенная	<b>15-30</b>	3,35	2,20	25,1	133,60
	Чай с сахаром и лимоном	<b>150/7/3.5-200/11/7</b>	0,13	0,02	11,34	45,37
	<b>ИТОГО за полдник</b>		<b>26,19</b>	<b>18,36</b>	<b>72,93</b>	<b>561,47</b>
<b>Ужин</b>	Молоко кипяченое	<b>150-180</b>	4,86	3,96	7,92	86,76
	Хлеб пшеничный	<b>30-20</b>	1,97	0,25	12,27	59,17
	<b>ИТОГО за ужин</b>		<b>6,86</b>	<b>4,21</b>	<b>20,00</b>	<b>145,93</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>73,52</b>	<b>58,64</b>	<b>230,74</b>	<b>1739,01</b>

Меню разработано на основе сборника технических нормативов – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
 «Центр развития ребенка – детский сад №73» города Ставрополя  
 (МБДОУ «ЦРР-Д/С № 73») 355012, Российская Федерация, Ставропольский край, город  
 Ставрополь, переулок Расковой, 8. Телефон 8(8652)291581, т\факс 8(8652)291585,  
 e-mail: dou\_73@stavadm.

УТВЕРЖДАЮ:  
 Заведующий МБДОУ  
 «ЦРР-Д/С № 73»  
 О.И. Шмарина  
**МЕНЮ**

**Шмарина  
 Оксана  
 Ивановна**

Подписан: Шмарина Оксана Ивановна  
 DN: С=RU, S=Ставропольский край,  
 L=Ставрополь, Т=Заведующий, О=  
 МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
 ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
 УЧРЕЖДЕНИЕ "ЦЕНТР РАЗВИТИЯ  
 РЕБЕНКА - ДЕТСКИЙ САД № 73" ГОРОДА  
 СТАВРОПОЛЯ, CN=С=RU, SN=Шмарина,  
 IN=263508541866, E=shkola\_sad73@mail.ru,  
 G=Оксана Ивановна, SN=Шмарина,  
 CN=Шмарина Оксана Ивановна  
 Основание: Я являюсь автором этого  
 документа  
 Местоположение: место подписания  
 Дата: 2024.02.08 15:28:34+0300  
 Foxit Reader Версия: 10.1.1

**ДЕНЬ 10**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда Ясли/сад	Пищевые вещества			Энергети- ческая калорийно- сть
			Белки	Жиры	Углево- ды	
<b>Завтрак</b>	Каша молочная кукурузная	<b>150-180</b>	4,32	5,72	30,88	192,50
	Кофейный напиток на молоке	<b>150\7- 180/10</b>	2,85	2,41	14,36	91,00
	Бутерброд с маслом	<b>30/5-30/5</b>	2,45	7,55	14,52	136,00
	<b>ИТОГО за завтрак</b>		<b>9,62</b>	<b>15,68</b>	<b>59,76</b>	<b>419,50</b>
<b>2-й завтрак</b>	Фрукты свежие	<b>1 шт.</b>	0,40	0,40	8,9	40,30
<b>Обед</b>	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	<b>150\7,5- 200/10</b>	1,39	3,92	9,79	82,00
	Макаронные изделия с маслом	<b>120-150</b>	5,49	4,21	26,37	165,48
	Суфле куриное	<b>55/5-73/5</b>	12,48	12,59	2,45	173,00
	Компот из сухофруктов	<b>150/12- 200/16</b>	0,44	0,02	27,76	113,00
	Хлеб ржаной	<b>40-50</b>	3,30	0,60	16,70	86,67
	Хлеб пшеничный	<b>25</b>	1,97	0,25	12,27	59,17
	<b>ИТОГО за обед</b>		<b>25,47</b>	<b>21,99</b>	<b>104,24</b>	<b>719,62</b>
<b>Полдник</b>	Запеканка из печени с рисом	<b>60/5-80/5</b>	9,70	18,60	1,86	214,90
	Пюре картофельное	<b>120-150</b>	3,06	4,80	20,47	137,25
	Чай с сахаром	<b>150/7- 200/11</b>	0,14	0,02	11,34	45,567
	Хлеб пшеничный	<b>30-25</b>	1,97	0,25	12,27	59,17
	<b>ИТОГО за полдник</b>		<b>14,87</b>	<b>23,67</b>	<b>45,94</b>	<b>456,88</b>
<b>Ужин</b>	Кефир	<b>150-180</b>	5,22	4,5	7,2	90
	Кондитерское изделие	<b>20-30</b>	5,6	5,0	4,4	116
	<b>ИТОГО за ужин</b>		<b>10,82</b>	<b>9,5</b>	<b>11,6</b>	<b>206</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>60,78</b>	<b>70,84</b>	<b>221,54</b>	<b>1802</b>

Меню разработано на основе сборника технических нормативов – Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.