



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 141 ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА ГОРОДСКОГО ОКРУГА МАКЕЕВКА»
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
(ГКДОУ «ДЕТСКИЙ САД № 141 Г. О. МАКЕЕВКА» ДНР)
ул. Украинская, д. 2А, г. Макеевка, г.о. Макеевка, Донецкая Народная Республика, 286124
телефоны: +7(949)341-20-23, e-mail: dnz_141@mail.ru, ИНН 9311015310



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий ГКДОУ № 141
И.П.Денисенко

**ПРИМЕРНОЕ ПЕРСПЕКТИВНОЕ
ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ**

ГКДОУ «ДЕТСКИЙ САД №141 г.о. МАКЕЕВКА» ДНР

2024-2025 уч.г.

	вода	142.5	142.5	190	190												
Итого **	X					625	830	38.66	54.57	23.3	31.65	102.01	134.15	776.34	1041.94		
Полдник																	
Стр.126 54-10	Картофель отварной в молоке																
	Картофель	145.3	106.8	181.6	133.5												
	Масло сливочное	6	6	7.5	7.5												
	Молоко	36	36	45	45	120	150	3.6	4.5	4.5	5.6	21.3	26.6	139	173.7		
	Мука пшеничная в/с	6	6	7.5	7.5												
	Масло подсолнечное	3.6	3.6	4.5	4.5												
	Соль поваренная йодир	0.4	0.4	0.5	0.5												
Стр. 192 54-16	Котлета рыбная любительская (минтай)																
	Минтай филе	75.2	67	75.2	67												
	масло сливочное	3	3	3	3												
	лук	10	8	10	8												
	Яйцо куриное	14.3	13	14.3	13	100	100	12.9	12.9	4	4	6.1	6.1	112.2	112.2		
	морковь	27.2	21.8	27.2	21.8												
	молоко	10	10	10	10												
	Соль йодированная повар	0.4	0.4	0.4	0.4												
	Хлеб	8	8	8	8												
	Масса полуфабриката	120		120													
	хлеб пшеничный	10	10	15	15	10	15	0.6	1.1	0.8	0.1	3.3	7.4	17	35.2		
	Хлеб ржаной	10	10	15	15	10	15	0.7	1	0.8	0.2	34.9	5	23.4	25.6		
Стр 303 54-23ги	Кофейный напиток с молоком																
	Молоко	75	75	100	100												
	Кофейный напиток	3.8	3.8	5	5	150	200	2.9	3.8	2.2	2.9	8.5	11.3	64.5	86		
	Сахар	5.3	5.3	7	7												
	Вода	90	90	120	120												
Итого **	X					390	480	20.7	23.3	12.3	12.8	74.1	56.4	356.1	432.7		
Всего ***	X					1392.5	1775	67.66	88.77	41.8	53.65	225.41	245.45	1417.94	1821.74		
СРЕДА																	
Завтрак																	
Стр.152 54-2	Омлет с зеленым горошком																
	Яйцо	44	40	66	60												
	Молоко	40	40	60	60												
	Горошек зеленый консервированный	30	19.4	44.9	29	100	150	6.5	9.8	7.2	10.7	3.2	4.8	102.4	153.5		
	Масло сливочное	3.4	3.4	5	5												
	Соль поваренная	0.3	0.3	0.4	0.4												
Стр.121 54-6	Рис отварной																
	Крупа рисовая	43.2	43.2	54	43												
	вода	259.2	259.2	324	324												
	масло сливочное	5.4	5.4	6.8	6.8	120	150	3	3.7	3.8	4.8	29.2	36.5	162.8	203.5		
	Соль поваренная йодир	0.4	0.4	0.5	0.5												
Стр.4 54-1	Сыр порционный	7.8	7.5	15.6	15	7.5	15	1.8	3.5	2.2	4.4	0	0	26.9	53.8		
Стр.283 54-3	Чай сладкий с лимоном																
	чай	0.8	0.8	1	1												
	сахар	5.3	5.3	7	7	150	200	0.2	0.3	0	0	5	6.3	20.9	27.9		
	вода	146.3	146.3	195	195												
	лимон	5.6	5.3	7.5	7												
	Хлеб пшеничный	15	15	15	15	15	15	1.1	1.1	0.1	0.1	7.4	7.4	35.2	35.2		
	Хлеб ржаной	15	15	15	15	15	15	1	1	0.2	0.2	5	5	25.6	25.6		

II Завтрак																
Стр.410 пром.	Сок фруктовый		150		180	150	180	0.75	0.9	0	0	15.15	18.18	64	76.8	
Итого **	X					557.5	725	14.35	20.3	13.5	20.2	64.95	78.18	437.8	576.3	
Обед																
Стр.42 54-3с	Рассольник Ленинградский															
	картофель	62	45	82	60											
	морковь	7.5	6	10	8											
	лук	7.5	6	10	8											
	масло подсолнечное ³	3	3	4	4											
	огурец соленный	11.25	9	15	12	150	200	1.44	1.92	3.8	5.14	9.91	13.22	79.99	106.66	
	Рис крупа	3	3	4	4											
	сметана	7.5	7.5	10	10											
	Лавровый лист	0.03	0.03	0.04	0.04											
	Соль поваренная	0.2	0.2	0.3	0.3											
	бульон	112.5	112.5	150	150											
Выход вода																
Выход бульон								3.52	4.74	4.35	5.8	10.21	13.62	94.14	125.52	
Стр.237 54- 32	Капуста тушеная с мясом птицы															
	капуста б/к	136.8	109.4	171	136.8											
	морковь	2.4	1.9	3	2.4											
	лук	5.7	4.6	7.1	5.7											
	Мука пшеничная в/с	1.1	1.1	1.4	1.4											
	масло растительное	4.8	4.8	6	6	120	150	10.1	12.6	4.9	6.2	6.2	7.8	109.7	137.2	
	Томатное пюре	2.3	2.3	2.9	2.9											
	соль	0.5	0.5	0.6	0.6											
	Куриная грудка	40.6	35.9	50.7	44.9											
Лавровый лист	0.01	0.01	0.01	0.01												
Стр.326 54- 1хи	Компот из смеси сухофруктов															
	Смесь сухофруктов	20.1	18.8	26.8	25											
	сахар	5.3	5.3	7	7	150	200	0.4	0.5	0	0	14.9	19.8	60.8	81	
	вода	142.5	142.5	190	190											
Итого **	X					455	590	17.96	22.76	13.45	17.49	56.02	74.08	417.13	544.08	
	Полдник															
Стр.Т.С. №83 Могильног о №189	Манная каша молочная жидкая															
	Крупа манная	15	15	26	26											
	Молоко	100	100	82	82											
	Сахар	4.5	4.5	6	6	150	200	3.43	4.56	6.75	9	14.01	17	102	144	
	Вода	5	5	54	54											
	Соль пищевая йодир	0.7	0.7	0.9	0.9											
Масло сливочное	6	6	6.6	6.6												
Стр. 301 54-21ги	Какао с молоком															
	молоко	97.5	97.5	130	130											
	Какао-порошок	3.8	3.8	5	5	150	200	3.5	4.6	2.7	3.6	9.5	12.6	75.3	100.4	
	сахар	5.3	5.3	7	7											
	вода	60	60	80	80											
	Хлеб пшеничный	10	10	15	15	10	15	0.6	1.1	0.8	0.1	3.3	7.4	17	35.2	
Хлеб ржаной	10	10	15	15	10	15	0.7	1	0.8	0.2	34.9	5	23.4	25.6		
Итого **	X					320	430	8.23	11.26	11.05	12.9	61.71	42	217.7	305.2	

Стр.68 54-25 С	картофель	46.5	30	62	40												
	Горох	12	12	16	16												
	морковь	9.3	7.5	12.5	10												
	лук	7.5	6	10	8												
	петрушка	1.8	1.5	2.5	2	150	200	4.89	6.52	2.1	2.8	11.19	14.92	83.19	110.92		
	масло растительное	1.5	1.5	2.5	2.5												
	Лавровый лист	0.01	0.01	0.02	0.02												
	Соль	0.1	0.1	0.2	0.2												
	Вода	97.5	97.5	130	130												
	Выход бульон							3.06	4.08	1.6	2.2	10.92	14.56	70.93	94.4		
Выход вода																	
Стр.127 54-11 г	Пюре картофельное со сливочным маслом																
	Картофель	137.1	100.8	171.4	126												
	Молоко	19.2	19.2	24	24	120	150	2.6	3.2	4.2	5.2	15.8	19.8	111.5	139.4		
	Масло сливочное	5.4	5.4	6.8	6.8												
	Соль поваренная йодированная	0.4	0.4	0.5	0.5												
Стр.23154-28 м	Биточек куринный																
	Куриная грудка (филе)	101.3	89.6	126.6	112												
	молоко	20.6	20.6	25.8	25.8												
	Хлеб пшеничный	14.9	14.9	18.6	18.6	120	150	23	28.8	5.1	6.4	16.2	20.2	202.2	252.8		
	Сухари панировочные	13.3	13.3	16.6	16.6												
	Масло подсолнечное	3.4	3.4	4.2	4.2												
	Соль поваренная йодированная	0.3	0.3	0.4	0.4												
	Вода	13.6	13.6	17	17												
	Выход полуфабриката		140.8		176												
	Хлеб пшеничный	30	30	40	40	30	40	2.3	3	0.2	0.35	14.8	19.64	70.3	93.7		
Хлеб ржаной	15	15	15	15	15	15	1	1	0.2	0.2	5	5	25.6	25.6			
Сок фруктовый		150		180	150	180	0.75	0.9	0	0	15.15	18.18	64	76.8			
Итого **	X				585	735	37.6	47.5	13.4	17.15	89.06	112.3	627.72	793.62			
Полдник																	
Стр.366 54-13в	Сдоба обыкновенная																
	Мука в/с	44.8	44.8	44.8	44.8												
	Яйцо	1.8	1.6	1.8	1.6												
	Дрожжи пресованные	0.7	0.7	0.7	0.7	60	60	4.9	4.9	2.7	2.7	32.2	32.2	172.9	172.9		
	Масло сливочное	3.2	3.2	3.2	3.2												
	Сахар песок	4	4	4	4												
	Соль поваренная йодированная	0.7	0.7	0.7	0.7												
	Вода	19	19	19	19												
Стр.Прим.	Ряженка					150	180	4.5	5.2	3.8	4.5	6.3	7.6	76.3	91.6		
	Карамель	20	20	20	20	20	20	-	-	-	-	17.59	17.59	72.1	72.1		
Итого **	X				230	260	9.4	10.1	6.5	7.2	56.09	57.39	321.3	336.6			
Всего ***	X				1295	1620	53.67	66.9	24.18	30.05	181.79	219.43	1188.22	1455.52			
										Общее кол-во Б.Ж.У. Энергетической ценности за 10 дней							
										БЕЛКИ		ЖИРЫ		УГЛЕВОДЫ		ККАЛОРИИ	
										я	с	я	с	я	с	я	с

