

"СОГЛАСОВАНО"

МАДОУ "ЦРР-детский сад №272" г.Перми

Заведующий _____ /Рачева Е.А./

М.П.



"УТВЕРЖДАЮ"

ООО "Май-М"

Директор _  _ /Ардашева Е.С./

М.П.



Меню на 15.06.2026 (День 1)

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ЛЕТО-ОСЕНЬ ЯСЛИ (1-3 лет)

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>ЗАВТРАК</u>						
КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ(150)	150	232/18	4,85	6,51	19,63	156,51
БАТОН(20)	20	576/21	1,50	0,58	10,28	52,34
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(5)	5	79/18	0,03	4,13	0,04	37,39
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ(180)	180	465/18	2,65	2,36	14,81	91,03
Итого по подменю:	355		9,03	13,58	44,76	337,27
<u>2 ЗАВТРАК</u>						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	82/18	0,40	0,40	9,80	44,40
Итого по подменю:	100		0,40	0,40	9,80	44,40
<u>ОБЕД</u>						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ(ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА)(30)	30	150/18	0,36	2,10	2,22	29,22
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ(150)	150	144/13	3,39	2,88	13,45	93,30
КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ(С)(50)	50	268/17	8,53	10,12	8,88	160,76
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(120)	120	202/18	4,56	5,15	23,08	156,89
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(150)	150	495/18	0,33	0,02	16,34	66,79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	573/21	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	574/21	1,60	0,30	8,02	41,18
Итого по подменю:	540		20,29	20,73	81,83	595,02
<u>ПОЛДНИК</u>						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ(180)	180	469/18	5,04	4,50	8,51	94,72
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ(20)	20	590/13	1,50	1,96	14,88	83,16
Итого по подменю:	200		6,54	6,46	23,39	177,88
<u>УЖИН</u>						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ(120)М	120	284/18	15,55	7,82	24,55	230,75
СОУС ИЗ ПОВИДЛА(50)	50	483/18	0,04	0,00	9,59	38,52
ЧАЙ С ЛИМОНОМ(180)	180	459/18	0,06	0,01	9,18	37,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(30)	30	573/21	2,28	0,24	14,76	70,32
ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	574/21	1,60	0,30	8,02	41,18
Итого по подменю:	400		19,53	8,37	66,1	417,77
Итого за день:	1595		55,79	49,54	225,88	1572,34

"УТВЕРЖДАЮ"

МАДОУ "ЦРР-детский сад №272" г.Перми

ООО "Май-М"

Заведующий _____ **/Рачева Е.А./**

Директор _____ /Ардашева Е.С/

М.П.

М.П.



Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>ЗАВТРАК</u>						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ(150)	150	220/18	5,63	5,63	29,31	190,38
БАТОН(20)	20	576/21	1,50	0,58	10,28	52,34
ПОВИДЛО(ПОРЦИЯМИ)(10)	10	86/18	0,04	0,00	6,60	26,56
ЧАЙ С МОЛОКОМ(180)	180	460/18	1,26	1,13	11,11	59,61
Итого по подменю:	360		8,43	7,34	57,30	328,89
<u>2 ЗАВТРАК</u>						
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК(150)	150	476/18	0,10	0,09	11,96	49,03
Итого по подменю:	150		0,10	0,09	11,96	49,03
<u>ОБЕД</u>						
ОВОЩИ СВЕЖИЕ(ОГУРЦЫ)(30)	30	148/18	0,21	0,03	0,57	3,39
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ(150)	150	123/18	5,53	5,62	10,29	113,82
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ(180)	180	367/21	24,34	15,85	18,32	313,30
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ(150)	150	487/18	0,24	0,16	11,43	48,11
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	573/21	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	574/21	1,32	0,24	6,80	34,64
Итого по подменю:	550		33,16	22,06	57,25	560,14
<u>ПОЛДНИК</u>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК(150)	150	470/18	7,50	4,80	12,75	124,20
БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ(60)	60	543/18	4,49	9,62	35,03	244,68
Итого по подменю:	210		11,99	14,42	47,78	368,88
<u>УЖИН</u>						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ(180)	180	268/18	16,02	21,70	4,09	275,72
ЧАЙ С САХАРОМ(180)	180	457/18	0,00	0,00	8,98	35,93
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	573/21	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	574/21	1,32	0,24	6,80	34,64
Итого по подменю:	400		18,86	22,1	29,71	393,17
Итого за день:	1670		72,54	66,01	204	1700,11

"СОГЛАСОВАНО"

МАДОУ "ЦРР-детский сад №272" г.Перми

Заведующий _____ /Рачева Е.А./

М.П.



"УТВЕРЖДАЮ"

ООО "Май-М"

Директор _____ /Ардашева Е.С./

М.П.



Меню на 17.06.2026 (День 3)

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ЛЕТО-ОСЕНЬ ЯСЛИ (1-3 лет)

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>ЗАВТРАК</u>						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(150)	150	227/18	4,73	5,50	23,75	163,41
БАТОН(20)	20	576/21	1,50	0,58	10,28	52,34
СЫР (ПОРЦИОННО)(15)	15	75/18	3,84	3,92	0,00	50,60
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (180)	180	464/18	1,39	1,23	12,68	67,35
Итого по подменю:	365		11,46	11,23	46,71	333,70
<u>2 ЗАВТРАК</u>						
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА(150)	150	496/18	0,24	0,00	9,58	39,30
Итого по подменю:	150		0,24	0,00	9,58	39,30
<u>ОБЕД</u>						
ОВОЩИ СВЕЖИЕ(ПОМИДОРЫ)(30)	30	148/18	0,33	0,06	1,14	6,42
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЁЦКАМИ(150)	150	115/21	1,43	2,28	9,04	62,41
БИГУС(С)(180)	180	329/21	18,43	18,50	8,56	274,52
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ.(150)	150	494/18	0,78	0,05	15,13	64,07
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	573/21	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	574/21	1,32	0,24	6,80	34,64
Итого по подменю:	550		23,81	21,29	50,51	488,94
<u>ПОЛДНИК</u>						
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК(180)	180	476/18	0,12	0,11	18,77	76,52
кондитерское изделие(20)	20	590/13	1,50	1,96	14,88	83,16
Итого по подменю:	200		1,62	2,07	33,65	159,68
<u>УЖИН</u>						
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ(60)	60	307/21	7,37	3,35	6,68	86,37
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(120)	120	256/18	4,52	4,99	29,22	179,79
ЧАЙ КАРКАДЕ(180)	180	461/18	0,00	0,00	13,47	53,89
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	114/13	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	574/21	1,32	0,24	6,80	34,64
Итого по подменю:	400		14,73	8,74	66,01	401,57
Итого за день:	1665		51,86	43,33	206,46	1423,19

"СОГЛАСОВАНО"

МАДОУ "ЦРР-детский сад №272" г.Перми

Заведующий _____ /Рачева Е.А./

М.П.



"УТВЕРЖДАЮ"

ООО "Май-М"

Директор _  /Ардашева Е.С./

М.П.



Меню на 18.06.2026 (День 4)

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ЛЕТО-ОСЕНЬ ЯСЛИ (1-3 лет)

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>ЗАВТРАК</u>						
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(150)	150	234/18	4,18	5,89	25,72	172,69
БАТОН(20)	20	576/21	1,50	0,58	10,28	52,34
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(5)	5	79/18	0,03	4,13	0,04	37,39
КАКАО С МОЛОКОМ (180)	180	462/18	2,96	2,52	13,42	88,20
Итого по подменю:	355		8,67	13,12	49,46	350,62
<u>2 ЗАВТРАК</u>						
НАПИТОК ИЗ КАРКАДЕ(150)	150	461/18	0,05	0,01	7,65	30,83
Итого по подменю:	150		0,05	0,01	7,65	30,83
<u>ОБЕД</u>						
ОВОЩИ СВЕЖИЕ(ОГУРЦЫ)(30)	30	148/18	0,21	0,03	0,57	3,39
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ(СО СМЕТАНОЙ)(150/10)	160	117/18	1,39	5,15	7,14	80,46
ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ(60)	60	359/18	8,61	5,02	2,08	87,96
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ(120)	120	377/18	2,62	5,32	17,91	130,03
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ(150)	150	488/18	0,38	0,17	12,60	54,97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	573/21	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	574/21	1,60	0,30	8,02	41,18
Итого по подменю:	560		16,33	16,15	58,16	444,87
<u>ПОЛДНИК</u>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК(150)	150	470/18	7,50	4,80	12,75	124,20
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ(60)	60	530/18	3,71	2,19	42,29	203,74
Итого по подменю:	210		11,21	6,99	55,04	327,94
<u>УЖИН</u>						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА(М)(150)	150	279/18	23,68	10,97	29,62	311,98
СОУС ИЗ ПОВИДЛА(50)	50	483/18	0,04	0,00	9,59	38,52
ЧАЙ С ЛИМОНОМ(180)	180	459/18	0,06	0,01	9,18	37,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	573/21	1,52	0,16	9,84	46,88
Итого по подменю:	400		25,3	11,14	58,23	434,38
Итого за день:	1675		61,56	47,41	228,54	1588,64

"СОГЛАСОВАНО"

МАДОУ "ЦРР-детский сад №272" г.Перми

Заведующий _____ /Рачева Е.А./

М.П.



"УТВЕРЖДАЮ"

ООО "Май-М"

Директор _  _ /Ардашева Е.С./

М.П.



Меню на 19.06.2026 (День 5)

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ЛЕТО-ОСЕНЬ ЯСЛИ (1-3 лет)

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>ЗАВТРАК</u>						
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(150)	150	230/18	3,98	5,05	19,91	140,99
БАТОН(20)	20	576/21	1,50	0,58	10,28	52,34
ПОВИДЛО(ПОРЦИЯМИ)(10)	10	86/18	0,04	0,00	6,60	26,56
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ(180)	180	465/18	2,65	2,36	14,81	91,03
Итого по подменю:	360		8,17	7,99	51,60	310,92
<u>2 ЗАВТРАК</u>						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	82/18	0,40	0,40	9,80	44,40
Итого по подменю:	100		0,40	0,40	9,80	44,40
<u>ОБЕД</u>						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ(ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА)(30)	30	150/18	0,36	2,10	2,22	29,22
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ(150/10)	160	95/18	1,34	4,10	7,83	73,57
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ(180)	180	375/21	14,41	17,18	33,33	345,58
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(150)	150	495/18	0,33	0,02	16,34	66,79
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	573/21	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	574/21	1,60	0,30	8,02	41,18
Итого по подменю:	560		19,56	23,86	77,58	603,22
<u>ПОЛДНИК</u>						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ(180)	180	469/18	5,04	4,50	8,51	94,72
кондитерское изделие(20)	20	590/13	1,50	1,96	14,88	83,16
Итого по подменю:	200		6,54	6,46	23,39	177,88
<u>УЖИН</u>						
МАКАРОНЫ,ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	205	261/18	8,63	12,65	45,84	331,68
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА(180)	180	496/18	0,29	0,00	11,50	47,16
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	573/21	1,52	0,16	9,84	46,88
Итого по подменю:	405		10,44	12,81	67,18	425,72
Итого за день:	1625		45,11	51,52	229,55	1562,14

"СОГЛАСОВАНО"

МАДОУ "ЦРР-детский сад №272" г.Перми

Заведующий _____ /Рачева Е.А./

М.П.



"УТВЕРЖДАЮ"

ООО "Май-М"

Директор _  _ /Ардашева Е.С./

М.П.



Меню на 22.06.2026 (День 6)

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ЛЕТО-ОСЕНЬ ЯСЛИ (1-3 лет)

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>ЗАВТРАК</u>						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(150)	150	227/18	4,73	5,46	23,70	162,83
БАТОН(20)	20	576/21	1,50	0,58	10,28	52,34
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(5)	5	79/18	0,03	4,13	0,04	37,39
КАКАО С МОЛОКОМ (180)	180	462/18	2,96	2,52	13,42	88,20
Итого по подменю:	355		9,22	12,69	47,44	340,76
<u>2 ЗАВТРАК</u>						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	82/18	0,40	0,40	9,80	44,40
Итого по подменю:	100		0,40	0,40	9,80	44,40
<u>ОБЕД</u>						
ОВОЩИ СВЕЖИЕ(ОГУРЦЫ)(30)	30	148/18	0,21	0,03	0,57	3,39
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ,СМЕТАНОЙ(150)	160	104/18	1,27	4,62	5,62	69,08
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА(С)В МОЛОЧНОМ СОУСЕ(50/20)	70	278/17	7,86	10,17	9,05	159,22
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ(120)	120	258/18	4,11	3,42	25,15	147,83
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК(150)	150	451/16	0,15	0,15	11,10	46,33
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	573/21	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	574/21	1,60	0,30	8,02	41,18
Итого по подменю:	570		16,72	18,85	69,35	513,91
<u>ПОЛДНИК</u>						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ(180)	180	469/18	5,04	4,50	8,51	94,72
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ(20)	20	590/13	1,50	1,96	14,88	83,16
Итого по подменю:	200		6,54	6,46	23,39	177,88
<u>УЖИН</u>						
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ	150	283/18	19,36	8,77	24,51	254,40
СОУС ИЗ ПОВИДЛА(50)	50	483/18	0,04	0,00	9,59	38,52
ЧАЙ С САХАРОМ(180)	180	457/18	0,00	0,00	8,98	35,93
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	573/21	1,52	0,16	9,84	46,88
Итого по подменю:	400		20,92	8,93	52,92	375,73
Итого за день:	1625		53,8	47,33	202,9	1452,68

"СОГЛАСОВАНО"

МАДОУ "ЦРР-детский сад №272" г.Перми

Заведующий _____ /Рачева Е.А./

М.П.



"УТВЕРЖДАЮ"

ООО "Май-М"

Директор _  _ /Ардашева Е.С./

М.П.



Меню на 23.06.2026 (День 7)

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ЛЕТО-ОСЕНЬ ЯСЛИ (1-3 лет)

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>ЗАВТРАК</u>						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ(180)	180	140/18	5,12	4,49	17,66	131,56
БАТОН(20)	20	576/21	1,50	0,58	10,28	52,34
СЫР (ПОРЦИОННО)(15)	15	75/18	3,84	3,92	0,00	50,60
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ(150)	150	465/18	2,21	1,96	12,31	75,74
Итого по подменю:	365		12,67	10,95	40,25	310,24
<u>2 ЗАВТРАК</u>						
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК(150)	150	476/18	0,10	0,09	11,96	49,03
Итого по подменю:	150		0,10	0,09	11,96	49,03
<u>ОБЕД</u>						
ОВОЩИ СВЕЖИЕ(ПОМИДОРЫ)(30)	30	148/18	0,33	0,06	1,14	6,42
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ(СО СМЕТАНОЙ)(150/10)	160	119/18	1,59	5,16	8,56	87,05
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР(60)	60	410/13	7,97	7,70	4,38	118,73
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ(120)	120	377/18	2,62	5,32	17,91	130,03
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(150)	150	495/18	0,33	0,02	16,34	66,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	573/21	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	574/21	1,60	0,30	8,02	41,18
Итого по подменю:	560		15,96	18,72	66,19	497,09
<u>ПОЛДНИК</u>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК(150)	150	470/18	7,50	4,80	12,75	124,20
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ(60)	60	555/13	4,34	8,27	36,76	238,87
Итого по подменю:	210		11,84	13,07	49,51	363,07
<u>УЖИН</u>						
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ(60)	60	356/18	11,53	9,43	3,06	143,22
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(120)	120	202/18	4,56	5,15	23,08	156,89
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА(180)	180	496/18	0,29	0,00	11,50	47,16
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	573/21	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	574/21	1,32	0,24	6,80	34,64
Итого по подменю:	400		19,22	14,98	54,28	428,79
Итого за день:	1685		59,79	57,81	222,19	1648,22

"СОГЛАСОВАНО"

МАДОУ "ЦРР-детский сад №272" г.Перми

Заведующий _____ /Рачева Е.А./

М.П.



"УТВЕРЖДАЮ"

ООО "Май-М"

Директор _  _ /Ардашева Е.С./

М.П.



Меню на 24.06.2026 (День 8)

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ЛЕТО-ОСЕНЬ ЯСЛИ (1-3 лет)

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>ЗАВТРАК</u>						
КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ(150)	150	232/18	4,85	6,51	19,63	156,51
БАТОН(20)	20	576/21	1,50	0,58	10,28	52,34
ПОВИДЛО(ПОРЦИЯМИ)(10)	10	86/18	0,04	0,00	6,60	26,56
ЧАЙ С МОЛОКОМ(180)	180	460/18	1,26	1,13	11,12	59,61
Итого по подменю:	360		7,65	8,22	47,63	295,02
<u>2 ЗАВТРАК</u>						
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА(150)	150	496/18	0,24	0,00	9,58	39,30
Итого по подменю:	150		0,24	0,00	9,58	39,30
<u>ОБЕД</u>						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ(ПРОМ. ПРОИЗВОДСТВА)(30)	30	150/18	0,36	2,10	2,22	29,22
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ(150/10)	160	98/18	1,62	5,16	10,82	96,17
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ(50)	50	307/21	6,14	2,79	5,56	71,98
РИС ОТВАРНОЙ(120)	120	385/18	3,22	5,49	33,61	196,76
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ(150)	150	488/18	0,38	0,17	12,60	54,97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	573/21	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	574/21	1,32	0,24	6,80	34,64
Итого по подменю:	550		14,56	16,11	81,45	530,62
<u>ПОЛДНИК</u>						
КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК(180)	180	476/18	0,12	0,11	18,77	76,52
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ(20)	20	590/13	1,50	1,96	14,88	83,16
Итого по подменю:	200		1,62	2,07	33,65	159,68
<u>УЖИН</u>						
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ(180)	180	176/18	4,44	7,43	22,53	174,76
ЧАЙ С ЛИМОНОМ(180)	180	459/18	0,06	0,01	9,18	37,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	573/21	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	574/21	1,32	0,24	6,80	34,64
Итого по подменю:	400		7,34	7,84	48,35	293,28
Итого за день:	1660		31,41	34,24	220,66	1317,9

"СОГЛАСОВАНО"

МАДОУ "ЦРР-детский сад №272" г.Перми

Заведующий _____ /Рачева Е.А./

М.П.



"УТВЕРЖДАЮ"

ООО "Май-М"

Директор _  _ /Ардашева Е.С./

М.П.



Меню на 25.06.2026 (День 9)

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ЛЕТО-ОСЕНЬ ЯСЛИ (1-3 лет)

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>ЗАВТРАК</u>						
КАША ДРУЖБА(150)	150	226/18	3,93	5,58	21,52	152,04
БАТОН(20)	20	576/21	1,50	0,58	10,28	52,34
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ(5)	5	79/18	0,03	4,13	0,04	37,39
КАКАО С МОЛОКОМ (180)	180	462/18	2,96	2,52	13,42	88,20
Итого по подменю:	355		8,42	12,81	45,26	329,97
<u>2 ЗАВТРАК</u>						
НАПИТОК ИЗ КАРКАДЕ	200	461/18	0,06	0,01	10,20	41,11
Итого по подменю:	200		0,06	0,01	10,20	41,11
<u>ОБЕД</u>						
ОВОЩИ СВЕЖИЕ(ОГУРЦЫ)(30)	30	148/18	0,21	0,03	0,57	3,39
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ(150/10)	160	100/18	1,56	5,27	10,81	96,89
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ(С)(180)	180	394/96	11,86	15,03	21,68	269,45
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ.(150)	150	494/18	0,78	0,05	15,13	64,07
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	573/21	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	574/21	1,60	0,30	8,02	41,18
Итого по подменю:	560		17,53	20,84	66,05	521,86
<u>ПОЛДНИК</u>						
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК(150)	150	470/18	7,50	4,80	12,75	124,20
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ(60)	60	545/18	5,09	2,96	34,62	185,53
Итого по подменю:	210		12,59	7,76	47,37	309,73
<u>УЖИН</u>						
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ(50)	50	307/21	6,14	2,79	5,56	71,98
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(130)	130	256/18	4,89	5,44	31,65	195,15
ЧАЙ С САХАРОМ(180)	180	457/18	0,00	0,00	8,98	35,93
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	573/21	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	574/21	1,60	0,30	8,02	41,18
Итого по подменю:	400		14,15	8,69	64,05	391,12
Итого за день:	1725		52,75	50,11	232,93	1593,79

"СОГЛАСОВАНО"

МАДОУ "ЦРР-детский сад №272" г.Перми

Заведующий _____ /Рачева Е.А./

М.П.



"УТВЕРЖДАЮ"

ООО "Май-М"

Директор _  _ /Ардашева Е.С./

М.П.



Меню на 26.06.2026 (День 10)

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ЛЕТО-ОСЕНЬ ЯСЛИ (1-3 лет)

Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>ЗАВТРАК</u>						
КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ(150)	150	233/18	4,50	5,57	21,98	155,98
БАТОН(20)	20	576/21	1,50	0,58	10,28	52,34
ПОВИДЛО(ПОРЦИЯМИ)(10)	10	86/18	0,04	0,00	6,60	26,56
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ(180)	180	465/18	2,65	2,36	14,81	91,03
Итого по подменю:	360		8,69	8,51	53,67	325,91
<u>2 ЗАВТРАК</u>						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	82/18	0,40	0,40	9,80	44,40
Итого по подменю:	100		0,40	0,40	9,80	44,40
<u>ОБЕД</u>						
ОВОЩИ СВЕЖИЕ(ПОМИДОРЫ)(30)	30	148/18	0,33	0,06	1,14	6,42
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ(150)	150	116/18	1,72	1,77	12,52	72,95
КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ(50)	50	372/21	11,30	7,01	5,19	129,05
ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА(120)	120	388/21	12,35	1,21	32,17	188,91
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ(150)	150	487/18	0,24	0,16	11,43	48,11
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	573/21	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	115/13	1,32	0,24	6,80	34,64
Итого по подменю:	540		28,78	10,61	79,09	526,96
<u>ПОЛДНИК</u>						
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ(180)	180	469/18	5,04	4,50	8,51	94,72
кондитерское изделие(20)	20	590/13	1,50	1,96	14,88	83,16
Итого по подменю:	200		6,54	6,46	23,39	177,88
<u>УЖИН</u>						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ(180)	180	268/18	16,02	21,70	4,09	275,72
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА(180)	180	496/18	0,29	0,00	11,50	47,16
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ(20)	20	114/13	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ(20)	20	115/13	1,32	0,24	6,80	34,64
Итого по подменю:	400		19,15	22,1	32,23	404,4
Итого за день:	1600		63,56	48,08	198,18	1479,55