## Цикличное меню учреждения БДОУ города Омска ЦРР Детский сад № 96, 1-3 г, 3-7л, 10 дней,

весна

сао № 96, 1-3 г, 3-7л, 10 дне	ū,	весна	1	
День	Выход	эц,	Выход	эц,
Прием пищи Блюдо	ясли	Ккал		Ккал
День 1 (Понедельник) из10			200	7111037
3ABTPAK	385	357,9	435	408,2
Каша манная молочная жидкая*	150			
Бутерброд с маслом сливочным*	55	-		
Чай с молоком*	180			-
3ABTPAK 2	200			
Сок фруктовый	200			85,3
ОБЕД	590	471,0		571,7
Икра кабачковая	30			58,3
Суп с рыбными консервами	150			
Капуста белокочанная тушеная *		-		156,6
Тефтели мясные (2-й вариант с рисом	110			95,6
из говядины)*	60	112,1	70	130,7
Компот из свежих яблок*	160	43,0	180	40.2
The special residence of the special residence	100	43,0	100	48,3
Хлеб урожайный	50	82,5	F0	90.5
полдник	230	270,8		82,5
Крендель сахарный	50			280,8
Йогурт 2,5% жирности	180			164,0
УЖИН	400			100,0
Макароны отварные с сыром*	_	397,7		444,8
Чай с лимоном*	170	242,9		285,8
Хлеб пшеничный	180	38,3		42,6
День 2 (Вторник) из10	50	116,5	50	116,5
3ABTPAK	205	207.0	40.5	100 /
Каша геркулесовая молочная с	365	367,6		422,4
маслом сливочным*	150	130,3	200	173,7
маслом сливочным				
Бутерброд с маслом сливочным*		445.0		100.0
Какао с молоком*	55	145,8		102,9
3ABTPAK 2	100	91,5		145,8
	10000		100	47,0
Банан	100	47,0	100	47,0
ОБЕД				
	560	656,5		783,7
Салат из моркови припущ.с сахаром Борщ с фасолью на м/б со сметаной*	30	12,0		20,0
	150	157,4	200	209,9
Рыба запеченная под молочным	50	83,0	70	96,8
соусом (горбуша филе)				
Рис отварной	110	193.5	130	228,7
Кисель из кураги	160	124,0	180	139,0
	100	124,0	160	139,0
Хлеб урожайный	50	82,5	50	82,5
ПОЛДНИК	215	231,0		231,0
Зефир	50	163,0		163,0
Чай с молоком*	180	68,0		68,0
УЖИН	400	370,7		412,6
Пудинг из творога (запеченный)*	130	191,0	150	220,3
Соус молочный (сладкий)*	40	39,3	50	
Хлеб пшеничный	50	116,5	50	49,1 116,5
Чай с шиповником		24,0	200	
	1 1801		200	26,6
	180			
День 3 (Среда) из10		Hills	680	360.4
День 3 (Среда) из10 ЗАВТРАК	350	330,8		369,4
День 3 (Среда) из10 ЗАВТРАК Омлет натуральный*	350 110	330,8 211,6	120	229,2
День 3 (Среда) из10  ЗАВТРАК  Омлет натуральный*  Бутерброд с повидлом *	350 110 60	330,8 211,6 36,8	120 60	229,2 36,8
День 3 (Среда) из10  ЗАВТРАК  Омлет натуральный*  Бутерброд с повидлом * Зеленый горошек(консер)	350 110 60 20	330,8 211,6 36,8 15,0	120 60 30	229,2 36,8 22,5
День 3 (Среда) из10  ЗАВТРАК  Омлет натуральный*  Бутерброд с повидлом * Зеленый горошек(консер)  Кофейный напиток на молоке *	350 110 60 20 160	330,8 211,6 36,8 15,0 67,4	120 60 30 180	229,2 36,8 22,5 80,9
День 3 (Среда) из10  ЗАВТРАК Омлет натуральный* Бутерброд с повидлом * Зеленый горошек(консер) Кофейный напиток на молоке *  ЗАВТРАК 2	350 110 60 20 160 200	330,8 211,6 36,8 15,0 67,4 85,3	120 60 30 180 200	229,2 36,8 22,5 80,9 85,3
День 3 (Среда) из10  ЗАВТРАК Омлет натуральный* Бутерброд с повидлом * Зеленый горошек(консер) Кофейный напиток на молоке * ЗАВТРАК 2 Сок фруктовый	350 110 60 20 160 200 200	330,8 211,6 36,8 15,0 67,4 85,3 85,3	120 60 30 180 200	229,2 36,8 22,5 80,9 85,3 85,3
День 3 (Среда) из10  ЗАВТРАК Омлет натуральный* Бутерброд с повидлом * Зеленый горошек(консер) Кофейный напиток на молоке *  ЗАВТРАК 2 Сок фруктовый ОБЕД	350 110 60 20 160 200 200 200 550	330,8 211,6 36,8 15,0 67,4 85,3 85,3 515,2	120 60 30 180 200 200 639	229,2 36,8 22,5 80,9 85,3 85,3 639,4
День 3 (Среда) из10  ЗАВТРАК Омлет натуральный* Бутерброд с повидлом * Зеленый горошек(консер) Кофейный напиток на молоке * ЗАВТРАК 2 Сок фруктовый ОБЕД Салат из свеклы с чесноком	350 110 60 20 160 200 200 550 30	330,8 211,6 36,8 15,0 67,4 85,3 85,3 515,2 39,6	120 60 30 180 200 200 639 50	229,2 36,8 22,5 80,9 85,3 85,3 639,4 66,0
День 3 (Среда) из10  ЗАВТРАК Омлет натуральный* Бутерброд с повидлом * Зеленый горошек(консер) Кофейный напиток на молоке * ЗАВТРАК 2 Сок фруктовый ОБЕД Салат из свеклы с чесноком Суп картофельный с клец. на м/б	350 110 60 20 160 200 200 550 30 150	330,8 211,6 36,8 15,0 67,4 85,3 85,3 515,2 39,6 91,9	120 60 30 180 200 200 639 50 200	229,2 36,8 22,5 80,9 85,3 85,3 639,4 66,0 122,5
День 3 (Среда) из10  ЗАВТРАК Омлет натуральный* Бутерброд с повидлом * Зеленый горошек(консер) Кофейный напиток на молоке * ЗАВТРАК 2 Сок фруктовый ОБЕД Салат из свеклы с чесноком Суп картофельный с клец, на м/б Каша гречневая рассыпчатая*	350 110 60 20 160 200 200 550 30 150	330,8 211,6 36,8 15,0 67,4 85,3 85,3 515,2 39,6 91,9 156,9	120 60 30 180 200 200 639 50 200 130	229,2 36,8 22,5 80,9 85,3 65,3 639,4 66,0 122,5 185,4
День 3 (Среда) из10  ЗАВТРАК Омлет натуральный* Бутерброд с повидлом * Зеленый горошек(консер) Кофейный напиток на молоке * ЗАВТРАК 2 Сок фруктовый ОБЕД Салат из свеклы с чесноком Суп картофельный с клец, на м/б Каша гречневая рассыпчатая* Гуляш из отварного мяса (на воде)*	350 110 60 20 160 200 200 550 30 150 110	330,8 211,6 36,8 15,0 67,4 85,3 85,3 515,2 39,6 91,9 156,9 93,6	120 60 30 180 200 200 639 50 200 130 70	229,2 36,8 22,5 80,9 85,3 65,3 639,4 66,0 122,5 185,4 131,0
День 3 (Среда) из10  ЗАВТРАК Омлет натуральный* Бутерброд с повидлом * Зеленый горошек(консер) Кофейный напиток на молоке * ЗАВТРАК 2 Сок фруктовый ОБЕД Салат из свеклы с чесноком Суп картофельный с клец. на м/б Каша гречневая рассыпчатая* Гуляш из отварного мяса (на воде)* Компот из смеси сухофруктов*	350 110 60 20 160 200 550 30 150 110 50	330,8 211,6 36,8 15,0 67,4 85,3 85,3 515,2 39,6 91,9 156,9 93,6 68.0	120 60 30 180 200 200 639 50 200 130 70	229,2 36,8 22,5 80,9 85,3 639,4 66,0 122,5 185,4 131,0 76,5
День 3 (Среда) из10  ЗАВТРАК Омлет натуральный* Бутерброд с повидлом * Зеленый горошек(консер) Кофейный напиток на молоке * ЗАВТРАК 2 Сок фруктовый ОБЕД Салат из свеклы с чесноком Суп картофельный с клец. на м/б Каша гречневая рассыпчатая* Гуляш из отварного мяса (на воде)* Компот из смеси сухофруктов*	350 110 60 20 160 200 200 550 30 150 110 50 160 50	330,8 211,6 36,8 15,0 67,4 85,3 85,3 515,2 39,6 91,9 156,9 93,6 68,0 82,5	120 60 30 180 200 200 639 50 200 130 70 180 50	229,2 36,8 22,5 80,9 85,3 639,4 66,0 122,5 185,4 131,0 76,5 82,5
День 3 (Среда) из10  ЗАВТРАК Омлет натуральный* Бутерброд с повидлом * Зеленый горошек(консер) Кофейный напиток на молоке * ЗАВТРАК 2 Сок фруктовый ОБЕД Салат из свеклы с чесноком Суп картофельный с клец. на м/б Каша гречневая рассыпчатая* Гуляш из отварного мяса (на воде)* Компот из смеси сухофруктов* Хлеб урожайный ПОПЛНИК Булочка "Нежная,	350 110 60 20 160 200 550 30 150 110 50 160 50 230	330,8 211,6 36,8 15,0 67,4 85,3 85,3 515,2 39,6 91,9 156,9 93,6 68,0 82,5 251,9	120 60 30 180 200 200 639 50 200 130 70 180 50	229,2 36,8 22,5 80,9 85,3 639,4 66,0 122,5 185,4 131,0 76,5 82,5 261,9
День 3 (Среда) из10  ЗАВТРАК Омлет натуральный* Бутерброд с повидлом * Зеленый горошек(консер) Кофейный напиток на молоке * ЗАВТРАК 2 Сок фруктовый ОБЕД Салат из свеклы с чесноком Суп картофельный с клец. на м/б Каша гречневая рассыпчатая* Гуляш из отварного мяса (на воде)* Компот из смеси сухофруктов* Хлеб урожайный	350 110 60 20 160 200 200 550 30 150 110 50 160 50	330,8 211,6 36,8 15,0 67,4 85,3 85,3 515,2 39,6 91,9 156,9 93,6 68,0 82,5 251,9 161,9	120 60 30 180 200 200 639 50 200 130 70 180 50 250	229,2 36,8 22,5 80,9 85,3 639,4 66,0 122,5 185,4 131,0 76,5 82,5 261,9 161,9
День 3 (Среда) из10  ЗАВТРАК Омлет натуральный* Бутерброд с повидлом * Зеленый горошек(консер) Кофейный напиток на молоке * ЗАВТРАК 2 Сок фруктовый ОБЕД Салат из свеклы с чесноком Суп картофельный с клец. на м/б Каша гречневая рассыпчатая* Гуляш из отварного мяса (на воде)* Компот из смеси сухофруктов* Хлеб урожайный ПОПЛНИК Булочка "Нежная,	350 110 60 20 160 200 550 30 150 110 50 160 50 230 50	330,8 211,6 36,8 15,0 67,4 85,3 85,3 515,2 39,6 91,9 156,9 93,6 68,0 82,5 251,9 161,9 90,0	120 60 30 180 200 200 639 50 200 130 70 180 50 250 250	229,2 36,8 22,5 80,9 85,3 639,4 66,0 122,5 185,4 131,0 76,5 82,5 261,9 161,9 100,0
День 3 (Среда) из10  ЗАВТРАК Омлет натуральный* Бутерброд с повидлом * Зеленый горошек(консер) Кофейный напиток на молоке * ЗАВТРАК 2 Сок фруктовый ОБЕД Салат из свеклы с чесноком Суп картофельный с клец. на м/б Каша гречневая рассыпчатая* Гуляш из отварного мяса (на воде)* Компот из смеси сухофруктов* Хлеб урожайный ПОЛДНИК Булочка "Нежная,, Снежок 2,5% жирности*	350 110 60 20 160 200 200 550 30 150 110 50 160 230 50 180 400	330,8 211,6 36,8 15,0 67,4 85,3 85,3 515,2 39,6 91,9 156,9 93,6 68,0 82,5 251,9 161,9 90,0 269,9	120 60 30 180 200 200 639 50 200 130 70 180 50 250 250 200 450	229,2 36,8 22,5 80,9 85,3 639,4 66,0 122,5 185,4 131,0 76,5 82,5 261,9 161,9 100,0 287,0
День 3 (Среда) из10  ЗАВТРАК Омлет натуральный* Бутерброд с повидлом * Зеленый горошек(консер) Кофейный напиток на молоке * ЗАВТРАК 2 Сок фруктовый ОБЕД Салат из свеклы с чесноком Суп картофельный с клец. на м/б Каша гречневая рассыпчатая* Гуляш из отварного мяса (на воде)* Компот из смеси сухофруктов* Хлеб урожайный ПОЛДНИК Булочка "Нежная,, Снежок 2,5% жирности* УЖИН	350 110 60 20 160 200 550 30 150 110 50 160 50 230 50 180	330,8 211,6 36,8 15,0 67,4 85,3 85,3 515,2 39,6 91,9 156,9 93,6 68,0 82,5 251,9 161,9 90,0	120 60 30 180 200 200 639 50 200 130 70 180 50 250 250	229,2 36,8 22,5 80,9 85,3 639,4 66,0 122,5 185,4 131,0 76,5 82,5 261,9 161,9 100,0

Утверждаю Заведующий БДОУ г.Омска ЦРР-Д/с №96 Гилева Т.В

День 4 (Четверг) из10	вь ход	<b>5.3</b> Ц	выход	ЭЦ
ЗАВТРАК. Каша «Дружба»*	365	=340.2	435	393.7
	150	3/40.0	200	186.7
Бутерброд с маслом стирочным*	05	340.2 3140.0 2145,8	55	145,8
Чай с молоком*  ЗАВТРАКУ Яблоко	400	54,4	180	61,2
SABTPARY TO	700 .	47,0		. 132,3
Яблоко	CK *100	47,0	100	47,0
ОБЕД	510	515,6	630	638,9
Соленый огурец	30	4,0	50	6,7
Суп картофельный с пшен крупой	150	91,9	200	122,5
Жаркое по-домашнему*	120	251,0	150	313,8
Компот из изюма*	160	55,2	180	62,1
Ynos unoversuum		00.5		
Хлеб урожайный	50	82,5	50	82,5
полдник	220	279,1	250	291,1
Вафли	50	171,1	50	171,1
Молоко пастеризованное 3,2%	180	108,0	200	120,0
УЖИН	400	407,0	450	470,1
Ленивые вареники с маслом	170	241,5	200	302,0
Хлеб пшеничный	50	116,5	50	116,5
Чай с сахаром*	180	24.0	200	26.6
День 5 (Пятница) из10	100	27,0	200	20,0
3ABTPAK	385	363,8	435	402,2
Каша ячневая жидкая молочная с	150	115.2	200	153.5
Бутерброд с сыром*	55	167,8	55	167,8
Кофейный напиток на молоке *	180	80,9	180	80,9
3ABTPAK 2	200	85,3	200	85,3
Сок фруктовый	200	85.3	200	85.3
ОБЕД	550	477.0		
Винегрет овощной(лук репка)	30	27,0	50	576,7
эмперет овощном(лук ренка)	30	27,0	50	46,0
Щи из св. капустын к/б со смет.	150	85,1	200	113,5
Запеканка из печени с рисом	110	178,3	150	223,0
Соус молочный	50	42,0	50	420
Компот из кураги*	160	61,1	180	68,7
V5				
Хлеб урожайный	50	82,5	50	82.5
ПОЛДНИК	220	199,6	250	241,0
Пряники*	40	138,4	50	173,0
Чай с молоком*	180	61,2	200	68.0
	400	322,6		360,3
картофельное пюре	140	110,0	150	156.0
Икра кабачковая(консер)	30	35,0	50	58,3
Чай с лимоном*	180	38,3	200	42,6
	1001	00,0	2001	4/ 0

Цикличное меню учреждения БДОУ города Омска ЦРР Детский

сад № 96, 1-3 г. 3-7л, 10 дней. весна День 6 (Понедельник) из10 выход ЭЦ выход ЭЦ **3ABTPAK** 385 338,9 455 389,7 Суп молочный вермишелевый\* 150 131,9 200 175,9 Бутерброд с маслом сливочным\* 55 145,8 55 145,8 Чай с молоком\* 180 61,2 200 68,0 3ABTPAK 2 200 85,3 200 85,3 Сок фруктовый 200 85,3 85,3 200 ОБЕД 510 399,5 620 464,9 Салат из зелен. горошка и реп.лука 30 25,2 50 42,0 Суп картофельный с крупой рисовой 150 56,5 200 75,3 на м/б Бигус с говядиной\* 120 180,5 140 210.6 Компот из смеси сухофруктов\* 160 68,0 180 76.5 Хлеб урожайный 50 82,5 50 82,5 полдник 220 275,6 265,0 240 Варенец 2,5% жирности 180 95.4 200 106,0 Булочка с корицей 50 137,0 137,0 50 **УЖИН** 400 421,3 450 466,7 Гречка отварная 120 171,1 150 213,9 Курица в соусе с томатом 50 185,0 50 185,0 Чай с сахаром? 180 109,6 200 116,5 Хлеб пшеничный 50 116,5 50 26,6 День 7 (Вторник) из10 **3ABTPAK** 370 234,9 440 287,0 Каша кукурузная молочная с маслом 150 129,3 172.5 200 Кофейный напиток на молоке \* 160 71,9 180 80,8 Бутерброд с повидлом 60 33,7 60 33,7 3ABTPAK 2 100 47,0 100 47,0 Мандарин 100 47,0 100 47,0 ОБЕД 610,8 630 540 719,6 Соленый огурец 30 4,0 50 6,7 Щи из квашеной капусты на к/б со 150 101,4 200 135,2 сметаной\* Рыба, тушенная с овощами (минтай 50 127,6 70 178,7 филе)\* Картофельное пюре\* 110 101.0 130 119,4 Компот из чернослива 180 110.4 180 110.4 Хлеб урожайный 50 82.5 50 82,5 полдник 210 159,3 250 252.1 Печенье сахарное 30 135.3 50 225,5 Чай с сахаром\* 180 24,0 200 26.6 **УЖИН** 400 351,1 450 392,1 Запеканка из творога с яблоком 130 230,4 150 265,9 Соус шоколадный 50 49,1 50 49,1 Чай с лимоном\* 180 38,3 200 42,6 Хлеб пшеничный 50 116,5 50 116,5 День 8 (Среда) из10 **3ABTPAK** 350 527,6 410 590.9 Омлет натуральный 110 204,0 120 223.0 Кукуруза (консервивованная) 20 67,7 30 101,5 Бутерброд с маслом сливочным 55 145,8 55 145,8 Какао с молоком\* 160 102,9 200 114,4 3ABTPAK 2 200 85,3 200 85,3 Сок фруктовый 200 85,3 200 85.3 ОБЕЛ 550 455.4 680 561.9 Салат из репчатого лука 30 39,0 50 64,0 Суп гороховый на к/б с гренками 150 79,2 200 105,7 Плов из курицы\* 319,1 130 150 368,2 Компот из кураги 160 61,1 180 68,7 Хлеб урожайный 50 82,5 50 82,5 ПОЛДНИК 230 234,0 250 244,0 Булочка "домашняя" 50 160,0 50 160,0 Йогурт 2,5% жирности 180 90.0 200 100,0 **УЖИН** 400 243,5 264,3 Макароны отварные с овощами 170 168,0 200 210,0 Чай с сахаром\* 180 24,0 200 26,6 Хлеб пшеничный 50 116,5 50 116,5

Утверждаю 2024 г. Заведующий БДОУ г. Омска

ЦРР-Д/с №96 гипера 4 В

День 9 (Четверг) из10	Выход	345	выход	ЭЦ
3ABTPAK	365		435	402,
Каша геркулесовая молочная с	150	1/30/3	200	173,
маслом сливочным*	-	CODE	N	,
13.0		10.800		-
Бутерброд с сыром*	£ 56	187,8	55	167.
Чай с молоком*	964	54,4		61.
3ABTPAK 2	100	47,0	100	47.
Яблоко	100	47,0		47,
		85,3		
ОБЕД	560	534,1	680	553.
Салат" Степной"	30	26,0	50	43,
Свекольник на м/б со сметаной	150	80,8	200	107,
Биточки из курицы (на воде	60	138.5	70	161,
Бобовые отварные (горох)*	110	163,3		193,
Компот из смеси сухофруктов	160	43,0		48,
Хлеб урожайный	50	82,5	50	82,
ПОЛДНИК	220	246,4		293.
Пряники*	40	138,4		173,0
Молоко пастеризованное 3,2%	180	108.0		120,
ужин	410	337,9		366,
Запеканка из творога с рисом	130	166,4	150	192,0
Соус яблочный	50	35.0	50	35.0
Чай с сахаром*	180	24,0	200	26,6
Хлеб пшеничный	50	116,5	50	116,5
День10 (Пятница) из10		.,,,,,	- 50	110,0
3ABTPAK	365	327,2	435	372.6
Каша пшеничная молочная с	150	109,5	200	145,9
рутерброд с маслом сливочным*	55	145,8	55	145,8
Софейный напиток на молоке *	160	71,9	180	80.9
3ABTPAK 2	200	85,3		85,3
Сок фруктовый	200	85,3	200	85,3
ОБЕД	550	578,5		729,9
1кра из кабачков (консерв)	30	35,7	50	59,5
ассольник пенинградский на и/б	450	00.0		-

30	35,7	50	59,5
150	98,9	200	131,9
110	143,5	130	169,6
50	149.9	70	- 209,9
160	68,0	180	76,5
50	82.5	50	82,5
230			239.0
50	171.1		171,1
180	61.2		68,0
410			340.7
170	161,6	200	197,6
180	24,0	200	116.5
50	116,5	50	26,6
	150 110 50 160 230 50 180 410 170	150 98,9 110 143,5 50 149,9 160 68,0 50 82,5 230 232,2 50 171,1 180 61,2 410 302,1 170 161,6	150 98,9 200 110 143,5 130 50 149,9 70 160 68,0 180 50 82,5 50 230 232,2 250 50 171,1 50 180 61,2 200 410 302,1 470 170 161,6 200