

УТВЕРЖДЕНО:  
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ  
Недайвозова Ю. А.

СОГЛАСОВАНО:  
РУКОВОДИТЕЛЬ

Л.И.Пащенко



Рацион питания  
ВР\_ДОУ 3 - 7 лет СанПин 2.4.1.3049-13

Неделя:1

День:понедельник

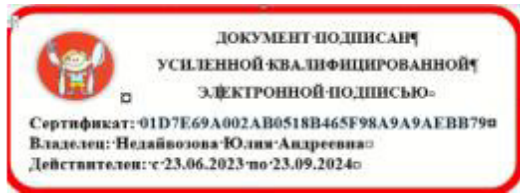
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
Завтрак	Каша "Дружба" молочная 150 гр.	150	362	
	Оладьи с повидлом 55/20 75 гр.	75	114	
	Чай с сахаром 200 гр.	200	41	
	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный 20 гр.	20	47	
<b>Итого за Завтрак</b>		445	564	
Завтрак 2-й	Фрукты свежие (Яблоко) 100 гр.	100	47	
<b>Итого за Завтрак 2-й</b>		100	47	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем 200 гр.	200	72	
	Котлета мясная из птицы 60 гр.	60	173	
	Рис отварной 100 гр.	100	153	
	Компот из смеси сухофруктов 200 гр.	200	40	
	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный 20 гр.	20	47	
	Хлеб ржаной обогащенный 20 гр.	20	52	
<b>Итого за Обед</b>		600	537	
Полдник	Булочка "Янтарная" Масса 60 г	60	180	
	Какао с молоком 200 гр.	200	155	
<b>Итого за Полдник</b>		260	335	
<b>Итого за день</b>		1 405	1483	

Повар детского питания- ответственный  
за организацию питания Мамедова С.Ш.

УТВЕРЖДЕНО:  
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ  
Недайвозова Ю. А.

СОГЛАСОВАНО:  
РУКОВОДИТЕЛЬ

Л.И.Пащенко



**Рацион питания**  
**ВР\_ДОУ 3 - 7 лет СанПиН 2.4.1.3049-13**

Неделя:1

День:вторник

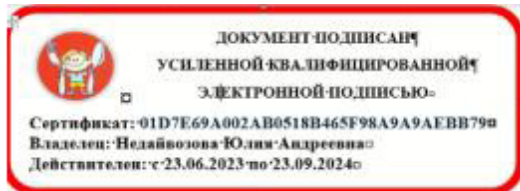
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
<b>Завтрак</b>	Плов из птицы (1 вариант) 180 гр.	180	344	
	Чай с лимоном 200 гр.	200	61	
	Бутерброд с сыром 30/10 40 гр.	40	141	
<b>Итого за Завтрак</b>		420	546	
<b>Завтрак 2-й</b>	Кефир 100 гр.	100	58	
<b>Итого за Завтрак 2-й</b>		100	58	
<b>Обед</b>	Овощи сезонные (порциями) Огурцы 30 гр	30	3	
	Суп картофельный с макаронными изделиями 200 гр.	200	104	
	Тефтели 2-й вариант 60 гр.	60	123	
	Каша гречневая рассыпчатая 100 гр.	100	173	
	Напиток из лимона 200 гр.	200	74	
	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный 20 гр.	20	47	
	Хлеб ржаной обогащенный 20 гр.	20	52	
<b>Итого за Обед</b>		630	576	
<b>Полдник</b>	Пирожок печеный с картофелем 80 гр.	80	11	
	Сок яблочный 180 гр.	180	86	
<b>Итого за Полдник</b>		260	97	
<b>Итого за день</b>		1 410	1277	

Повар детского питания- ответственный  
за организацию питания Мамедова С.Ш.

УТВЕРЖДЕНО:  
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ  
Недайвозова Ю. А.

СОГЛАСОВАНО:  
РУКОВОДИТЕЛЬ

Л.И.Пащенко



Рацион питания  
ВР\_ДОУ 3 - 7 лет СанПиН 2.4.1.3049-13

Неделя:1

День:среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
Завтрак	Сосиски отварные 50 гр.	50	133	
	Пюре картофельное 100 гр.	100	107	
	Бутерброд с маслом 30/10 40 гр.	40	151	
	Чай с молоком 200 гр.	200	64	
<b>Итого за Завтрак</b>		390	455	
Завтрак 2-й	Фрукты свежие (Яблоко) 100 гр.	100	47	
<b>Итого за Завтрак 2-й</b>		100	47	
Обед	Овощи сезонные (порциями) Помидоры 30 гр	30	7	
	Суп картофельный с клецками 200 гр.	200	132	
	Рагу из картофеля с мясом птицы 180 гр.	180	352	
	Кисель из смеси сухофруктов 200 гр.	200		
	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный 20 гр.	20	47	
Хлеб ржаной обогащенный 20 гр.	20	52		
<b>Итого за Обед</b>		650	590	
Полдник	Булочка «Веснушка» 80 г	80	264	
	Чай с молоком 180 гр.	180	58	
<b>Итого за Полдник</b>		260	322	
<b>Итого за день</b>		1 400	1414	

Повар детского питания- ответственный  
за организацию питания Мамедова С.Ш.

УТВЕРЖДЕНО:  
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ  
Недайвозова Ю. А.

СОГЛАСОВАНО:  
РУКОВОДИТЕЛЬ

Л.И.Пащенко



Рацион питания  
ВР\_ДОУ 3 - 7 лет СанПин 2.4.1.3049-13

Неделя:1

День:четверг

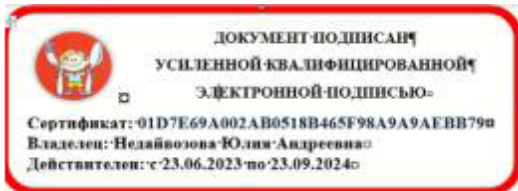
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
Завтрак	Каша гречневая жидкая молочная с маслом сливочным 180 гр.	180	265	
	Кофейный напиток б/м 200 гр.	200	75	
	Печенье 50 гр.	50	198	
<b>Итого за Завтрак</b>		430	538	
Завтрак 2-й	Сок яблочный 150 гр.	150	72	
<b>Итого за Завтрак 2-й</b>		150	72	
Обед	Свекла отварная 30 гр.	30	13	
	Борщ с капустой и картофелем 200 гр.	200	163	
	Рыба, тушеная в томате с овощами 70 гр.	70	64	
	Пюре картофельное 100 гр.	100	107	
	Компот из смеси сухофруктов 200 гр.	200	40	
	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный 20 гр.	20	47	
	Хлеб ржаной обогащенный 20 гр.	20	52	
<b>Итого за Обед</b>		640	486	
Полдник	Сдоба обыкновенная 80 гр.	80	198	
	Молоко кипяченое 180 гр.	180	96	
<b>Итого за Полдник</b>		260	294	
<b>Итого за день</b>		1 480	1390	

Повар детского питания- ответственный  
за организацию питания Мамедова С.Ш.

УТВЕРЖДЕНО:  
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ  
Недайвозова Ю. А.

СОГЛАСОВАНО:  
РУКОВОДИТЕЛЬ

Л.И.Пащенко



Рацион питания  
ВР\_ДОУ 3 - 7 лет СанПин 2.4.1.3049-13

Неделя: 1

День: пятница

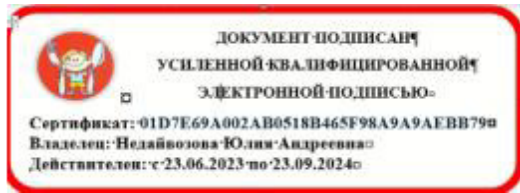
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
Завтрак	Тефтели 2-й вариант 60 гр.	60	123	
	Макаронные изделия отварные 100 гр.	100	139	
	Чай с лимоном 200 гр.	200	61	
	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный 20 гр.	20	47	
<b>Итого за Завтрак</b>		380	370	
Завтрак 2-й	Фрукты свежие (Яблоко) 100 гр.	100	47	
<b>Итого за Завтрак 2-й</b>		100	47	
Обед	Овощи сезонные (порциями) Помидоры 100 гр	100	24	
	Рассольник ленинградский 200 гр.	200	65	
	Жаркое по-домашнему 170 гр.	170	293	
	Напиток из лимона 200 гр.	200	74	
	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный 20 гр.	20	47	
	Хлеб ржаной обогащенный 20 гр.	20	52	
<b>Итого за Обед</b>		710	555	
Полдник	Пирожок печеный с картофелем 80 гр.	80	11	
	Какао с молоком 180 гр.	180	116	
<b>Итого за Полдник</b>		260	127	
<b>Итого за день</b>		1 450	1099	

Повар детского питания- ответственный  
за организацию питания Мамедова С.Ш.

УТВЕРЖДЕНО:  
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ  
Недайвозова Ю. А.

СОГЛАСОВАНО:  
РУКОВОДИТЕЛЬ

Л.И.Пащенко



Рацион питания  
ВР\_ДОУ 3 - 7 лет СанПин 2.4.1.3049-13

Неделя:2

День:понедельник

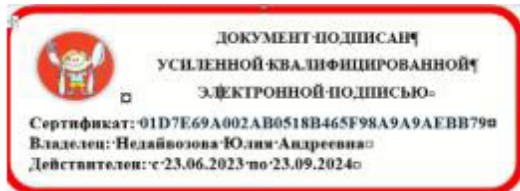
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
<b>Завтрак</b>	Каша манная молочная жидкая 180 гр.	180	205	
	Оладьи с повидлом 55/20 75 гр.	75	114	
	Чай с сахаром 200 гр.	200	41	
	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный 20 гр.	20	47	
<b>Итого за Завтрак</b>		475	407	
<b>Завтрак 2-й</b>	Фрукты свежие (Яблоко) 100 гр.	100	47	
<b>Итого за Завтрак 2-й</b>		100	47	
<b>Обед</b>	Суп гороховый с гренками 220 гр.	220	133	
	Ленивые голубцы 180 гр.	180	241	
	Кисель из смеси сухофруктов 200 гр.	200		
	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный 20 гр.	20	47	
	Хлеб ржаной обогащенный 20 гр.	20	52	
<b>Итого за Обед</b>		640	473	
<b>Полдник</b>	Ватрушка "Лакомка" 80 гр.	80	235	
	Чай с молоком 180 гр.	180	58	
<b>Итого за Полдник</b>		260	293	
<b>Итого за день</b>		1 475	1220	

Повар детского питания- ответственный  
за организацию питания Мамедова С.Ш.

УТВЕРЖДЕНО:  
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ  
Недайвозова Ю. А.

СОГЛАСОВАНО:  
РУКОВОДИТЕЛЬ

Л.И.Пащенко



Рацион питания  
ВР\_ДОУ 3 - 7 лет СанПиН 2.4.1.3049-13

Неделя:2

День:вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
<b>Завтрак</b>	Сосиски отварные 50 гр.	50	133	
	Пюре картофельное 100 гр.	100	107	
	Чай с молоком 180 гр.	180	58	
	Бутерброд с повидлом джемом 40/10 50 гр.	50	108	
<b>Итого за Завтрак</b>		380	406	
<b>Завтрак 2-й</b>	Ряженка 100 гр.	100	54	
<b>Итого за Завтрак 2-й</b>		100	54	
<b>Обед</b>	Суп картофельный с крупой (пшеничная) 250 гр.	250	236	
	Котлета мясная из птицы 60 гр.	60	173	
	Макаронные изделия отварные 100 гр.	100	139	
	Компот из смеси сухофруктов 200 гр.	200	40	
	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный 20 гр.	20	47	
	Хлеб ржаной обогащенный 20 гр.	20	52	
<b>Итого за Обед</b>		650	687	
<b>Полдник</b>	Булочка «Веснушка» 50 г	50	165	
	Сок яблочный 200 гр.	200	92	
<b>Итого за Полдник</b>		250	257	
<b>Итого за день</b>		1 380	1404	

Повар детского питания- ответственный  
за организацию питания Мамедова С.Ш.

УТВЕРЖДЕНО:  
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ  
Недайвозова Ю. А.

СОГЛАСОВАНО:  
РУКОВОДИТЕЛЬ

Л.И.Пащенко



Рацион питания  
ВР\_ДОУ 3 - 7 лет СанПиН 2.4.1.3049-13

Неделя:2

День:среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
Завтрак	Плов из птицы (1 вариант) 180 гр.	180	344	
	Бутерброд с маслом 30/10 40 гр.	40	151	
	Чай с лимоном 200 гр.	200	61	
<b>Итого за Завтрак</b>		420	556	
Завтрак 2-й	Сок яблочный 150 гр.	150	72	
<b>Итого за Завтрак 2-й</b>		150	72	
Обед	Овощи сезонные (порциями) Помидоры 30 гр	30	7	
	Рассольник ленинградский 200 гр.	200	65	
	Сосиски отварные 70 гр.	70	184	
	Пюре картофельное 100 гр.	100	107	
	Напиток из лимона 200 гр.	200	74	
	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный 20 гр.	20	47	
	Хлеб ржаной обогащенный 20 гр.	20	52	
<b>Итого за Обед</b>		640	536	
Полдник	Пирожок печеный с картофелем 80 гр.	80	11	
	Молоко кипяченое 180 гр.	180	96	
<b>Итого за Полдник</b>		260	107	
<b>Итого за день</b>		1 470	1271	

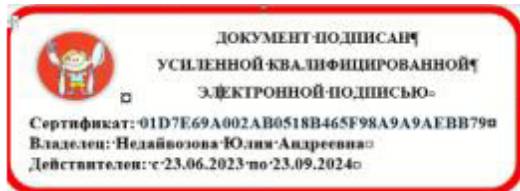
Повар детского питания- ответственный  
за организацию питания Мамедова С.Ш.



УТВЕРЖДЕНО:  
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ  
Недайвозова Ю. А.

СОГЛАСОВАНО:  
РУКОВОДИТЕЛЬ

Л.И.Пащенко



Рацион питания  
ВР\_ДОУ 3 - 7 лет СанПин 2.4.1.3049-13

Неделя:2

День:четверг

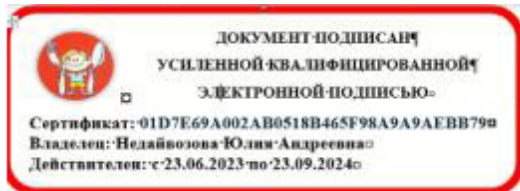
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
Завтрак	Каша овсяная вязкая молочная с маслом, сахаром 180 гр.	180	197	
	Бутерброд с сыром 30/10 40 гр.	40	141	
	Кофейный напиток б/м 200 гр.	200	75	
<b>Итого за Завтрак</b>		420	413	
Завтрак 2-й	Фрукты свежие (Яблоко) 100 гр.	100	47	
<b>Итого за Завтрак 2-й</b>		100	47	
Обед	Овощи сезонные (порциями) Огурцы 30 гр	30	3	
	Суп картофельный с макаронными изделиями 200 гр.	200	104	
	Жаркое по-домашнему 170 гр.	170	293	
	Кисель из смеси сухофруктов 200 гр.	200		
	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный 20 гр.	20	47	
	Хлеб ржаной обогащенный 20 гр.	20	52	
<b>Итого за Обед</b>		640	499	
Полдник	Сдоба обыкновенная 80 гр.	80	198	
	Какао с молоком 180 гр.	180	116	
<b>Итого за Полдник</b>		260	314	
<b>Итого за день</b>		1 420	1273	

Повар детского питания- ответственный  
за организацию питания Мамедова С.Ш.

УТВЕРЖДЕНО:  
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ  
Недайвозова Ю. А.

СОГЛАСОВАНО:  
РУКОВОДИТЕЛЬ

Л.И.Пащенко



Рацион питания  
ВР\_ДОУ 3 - 7 лет СанПиН 2.4.1.3049-13

Неделя:2

День:пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность	Цена
Завтрак	Сосиски отварные 50 гр.	50	133	
	Макаронные изделия отварные 100 гр.	100	139	
	Бутерброд с маслом 30/10 40 гр.	40	151	
	Чай с сахаром 200 гр.	200	41	
<b>Итого за Завтрак</b>		390	464	
Завтрак 2-й	Кефир 100 гр.	100	58	
<b>Итого за Завтрак 2-й</b>		100	58	
Обед	Суп с рыбными консервами 200 гр.	200	220	
	Рагу из картофеля с мясом птицы 180 гр.	180	352	
	Компот из смеси сухофруктов 200 гр.	200	40	
	Хлеб пшеничный 2 сорт обогащенный 20 гр.	20	47	
	Хлеб ржаной обогащенный 20 гр.	20	52	
<b>Итого за Обед</b>		620	711	
Полдник	Пирожки печенные с яблоками 60 гр.	60	220	
	Чай с молоком 200 гр.	200	64	
<b>Итого за Полдник</b>		260	284	
<b>Итого за день</b>		1 370	1517	

Повар детского питания- ответственный  
за организацию питания Мамедова С.Ш.



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 726890861408610707646499642787991539916156533166

Владелец Пащенко Лариса Ивановна

Действителен с 06.02.2024 по 05.02.2025