Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка – детский сад «Чуораанчык» с. Чурапча»
Муниципального образования «Чурапчинский улус (район)»
(МБДОУ «ЦРР – д/с « Чуораанчык» с.Чурапча»)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ «ЦРР – д/с
«Чуораанчык» с. Чурапча»
_____ А.А.Захарова
16 сентября 2022г.

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «ЦРР – д/с «Чуораанчык» с. Чурапча»
На 19 сентября 2022г

Возрастная категория: 3 – 7 лет
Длительность пребывания детей в ДОО: 11 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша вязкая геркулесовая с маслом	200	187
	Хлеб с маслом	35	125,9
	Чай с сахаром	200	56
Итого за завтрак:		435	**368,9 (21,36 %)**
Второй завтрак	Банан свежий	100	95
Итого за второй завтрак:		100	**95 (5,5%)**
Обед	Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	200	175
	Рис отварной	150	120
	Тефтели мясные	80	108
	Салат из свеклы	50	46,95
	Хлеб пшеничный	30	66,3
	Компот из сухофруктов	200	110
Итого за обед:		710	**626,25 (36,26 %)**
Полдник	Пирожки печеные с мясом и рисом	50	167,4
	Кефир	180	95,4
Итого за полдник:		230	**262,8 (15,22 %)**
Ужин	Гречка рассыпчатая	150	151,5
	Курица отварная с овощами	80	93,75
	Хлеб с маслом	35	125,9
	Чай	200	2,54
Итого за ужин:		465	**373,69 (21,64 %)**
Итого за день:			**1726,64 (100,00 %)**

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка – детский сад «Чуораанчык» с. Чурапча»
Муниципального образования «Чурапчинский улус (район)»
(МБДОУ «ЦРР – д/с « Чуораанчык» с.Чурапча»)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ «ЦРР – д/с
«Чуораанчык» с. Чурапча»
_____ А.А.Захарова
16 сентября 2022г.

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «ЦРР – д/с «Чуораанчык» с. Чурапча»
На 20 сентября 2022г

Возрастная категория: 3 – 7 лет
Длительность пребывания детей в ДОО: 11 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша вязкая рисовая с маслом	200	177
	Хлеб с маслом	35	125,9
	Чай с сахаром	200	56
Итого за завтрак:		435	**358,9 (20,98 %)**
Второй завтрак	Апельсин	100	64
Итого за второй завтрак:		100	**64 (3,74 %)**
Обед	Борщ со свежей капуст. и мясом	200	117
	Макароны отварные	150	147
	Гуляш из отварного мяса	80	126
	Соус томатный	30	20,07
	Салат из моркови с растительным маслом	80	92
	Хлеб пшеничный	30	66,3
	Кисель из концентрата	180	102,72
Итого за обед:		750	**671,09 (39,23 %)**
Полдник	Якутская лепешка	50	163
	Молоко кипяченное	200	102
Итого за полдник:		250	**265 (15,49 %)**
Ужин	Картофельное пюре	150	112
	Тефтели мясные	80	111
	Чай	200	2,54
	Хлеб с маслом	35	125,9
Итого за ужин:		465	**351,44 (20,54 %)**
Итого за день:			**1710,43 (100,00%)**

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка – детский сад «Чуораанчык» с. Чурапча»
Муниципального образования «Чурапчинский улус (район)»
(МБДОУ «ЦРР – д/с « Чуораанчык» с.Чурапча»)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ «ЦРР – д/с
«Чуораанчык» с. Чурапча»
_____ 'А.А.Захарова
16 сентября 2022г.

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «ЦРР – д/с «Чуораанчык» с. Чурапча»
На 21 сентября 2022г

Возрастная категория: 3 – 7 лет
Длительность пребывания детей в ДОО: 11 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша манная молочная	200	177
	Хлеб пшеничный с маслом	35	125,9
	Яйцо вареное	40	63
	Молоко кипяченое	200	102
Итого за завтрак:		**475**	**467,9 (26,6%)**
Второй завтрак	Банан свежий	100	95
Итого за второй завтрак:		**100**	**95 (5,4%)**
Обед	Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	200	175
	Запеканка рисовая с мясом	150	299,2
	Салат из свеклы	50	46,95
	Хлеб пшеничный	30	66,3
	Компот из сухофруктов	200	110
Итого за обед:		**630**	**697,45 (39,68%)**
Полдник	Блины	50	94,5
	Чай	200	2,54
Итого за полдник:		**250**	**262,8 (15,22 %)**
Ужин	Рагу овощное с мясом	200	124,44
	Хлеб с маслом	35	125,9
	Конфета шоколадная	30	147
	Чай	200	2,54
Итого за ужин:		**465**	**399,88 (22,75%)**
Итого за день:			**1726,64 (100,00 %)**

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка – детский сад «Чуораанчык» с. Чурапча»
Муниципального образования «Чурапчинский улус (район)»
(МБДОУ «ЦРР – д/с « Чуораанчык» с.Чурапча»)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ «ЦРР – д/с
«Чуораанчык» с. Чурапча»
_____ А.А.Захарова
16 сентября 2022г.

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «ЦРР – д/с «Чуораанчык» с. Чурапча»
На 22 сентября 2022г

Возрастная категория: 3 – 7 лет
Длительность пребывания детей в ДОО: 11 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша вязкая геркулесовая с маслом	200	187
	Бутерброд с сыром	35	135
	Чай с сахаром	200	56
Итого за завтрак:		435	**378 (21,92 %)**
Второй завтрак	Яблоки свежие	100	44
Итого за второй завтрак:		100	**44 (2,55 %)**
Обед	Салат из моркови с растительным маслом	100	104
	Суп гороховый	150	95,52
	Гречка рассыпчатая	150	151,5
	Гуляш из отварного мяса	50	83,33
	Хлеб пшеничный	20	44,25
	Сок яблочный	180	76
Итого за обед:		650	**554,6 (32,17 %)**
Полдник	Ватрушки	50	128
	Кефир	180	95,4
Итого за полдник:		230	**223,4 (12,95 %)**
Ужин	Рис отварной	150	109
	Сельд рубленная с морковью	55	75
	Печенье	30	125
	Хлеб пшеничный с маслом	35	125,9
	Чай с молоком	200	89
Итого за ужин:		470	**523,9 (30,39 %)**
Итого за день:			**1723,9 (100,00 %)**

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка – детский сад «Чуораанчык» с. Чурапча»
Муниципального образования «Чурапчинский улус (район)»
(МБДОУ «ЦРР – д/с « Чуораанчык» с.Чурапча»)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ «ЦРР – д/с
«Чуораанчык» с. Чурапча»
_____ А.А.Захарова
16 сентября 2022г.

Ежедневное меню основного питания
МБДОУ «ЦРР – д/с «Чуораанчык» с. Чурапча»
На 23 сентября 2022г

Возрастная категория: 3 – 7 лет
Длительность пребывания детей в ДОО: 11 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	Каша из круп вязкая пшенная	200	200
	Хлеб с маслом	35	125,9
	Чай с сахаром	200	56
Итого за завтрак:		435	**381,9 (23,46 %)**
Второй завтрак	Апельсин	100	46
Итого за второй завтрак:		100	**46 (2,82 %)**
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов	50	36,86
	Суп картофельный с фрикадельками мясными	200	135
	Жаркое по домашнему	200	216
	Хлеб пшеничный	20	44,25
	Напиток брусничный	200	102
Итого за обед:		670	**534,11 (32,81 %)**
Полдник	Якутская лепешка	50	163
	Молоко кипяченное	200	102
Итого за полдник:		250	**265 (16,28 %)**
Ужин	Макароны отварные	150	147
	Котлеты мясо-картофельные	80	126
	Хлеб с маслом	35	125
	Чай	200	2,54
Итого за ужин:		465	**400,54 (24,60 %)**
Итого за день:			**1627,55 (100,00 %)**