

Меню приготавливаемых блюд

Утверждаю:



Возрастная категория:

Ясли

21.04.25

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценност	№ рецеп- туры
			Белки	Жиры	Углево- ды		
День 1							
ЗАВТРАК	Каша манная жидкая	150	4,10	4,50	18,90	133	№311
	Бутерброд с маслом	15 5	1,60	3,80	7,40	70	№1
	Чай с сахаром	180	0,10	0,00	10,60	43	№685
	Фрукт в ассортименте	95	0,20	0,00	8,20	33	№458
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		445	5,95	8,31	45,10	278,9	
ЗАВТРАК 2	Сок в ассортименте	150	0,10	0,00	17,40	70	№518
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		150	0,10	0,00	17,40	70	
ОБЕД	Салат из свеклы с чесноком	40	0,60	3,00	3,40	43	№59
	Рассольник домашний с мясом со сметаной	105/10/5	4,20	2,80	7,10	70	№131
	Филе птицы запеченное с яйцом	50	6,30	6,40	2,00	91	№495
	Каша гречневая вязкая	120	3,60	3,40	15,90	109	№510
	Компот из изюма	150	0,20	0,00	12,80	52	№638
	Хлеб пшеничный	30	0,60	0,30	13,20	58	
	Хлеб ржаной	30	0,70	0,40	11,30	52	
ИТОГО ЗА ОБЕД		525	16,20	16,30	65,70	474,4	
ПОЛДНИК	Булочка с джемом	50	2,20	4,10	25,00	146	№572
	Кисломолочный напиток в ассортименте	160	5,10	3,80	5,00	75	№698
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		210	7,30	7,90	30,00	220,3	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			30,00	33,00	158,00	1044	

Возрастная категория:

Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры
День 1							
ЗАВТРАК	Каша манная жидкая	200	6,10	6,70	21,20	169	№311
	Бутерброд с маслом	15 5	1,60	3,80	7,40	70	№1
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	12,60	51	№685
	Фрукт в ассортименте	100	0,20	0,00	15,40	62	№458
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		520	8,00	10,50	56,60	352,8	
ЗАВТРАК 2	Сок в ассортименте	200	0,10	0,00	22,20	89	№518
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	0,10	0,00	22,20	89	
ОБЕД	Салат из свеклы с чесноком	60	0,80	4,00	4,30	56	№59
	Рассольник домашний с мясом со сметаной	180/10/5	4,70	3,80	8,70	88	№131
	Филе птицы запеченное с яйцом	70	9,20	8,40	3,10	125	№495
	Каша гречневая вязкая	150	4,20	5,10	29,00	178	№510
	Компот из изюма	180	0,30	0,00	14,10	58	№638
	Хлеб пшеничный	30	0,60	0,30	13,20	58	
	Хлеб ржаной	30	0,70	0,40	11,30	51	
ИТОГО ЗА ОБЕД		660	20,50	22,00	83,70	614,3	
ПОЛДНИК	Булочка с джемом	50	2,20	4,10	25,00	146	№572
	Кисломолочный напиток в ассортименте	200	6,80	6,40	9,20	22	№698
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	9,00	10,50	34,20	267	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			38,00	43,00	197,00	1324	

Утверждаю:

Ясли

22.0425



Возрастная категория:

Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
День 2							
ЗАВТРАК	Каша молочная ассорти	200	6,50	6,50	21,10	169	№18/4
	Бутерброд с сыром	20 15	5,30	3,70	7,20	83,3	№3
	Какао с молоком	200	3,30	4,20	15,90	115	№497
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		435	15,10	14,40	44,20	367	
ЗАВТРАК 2	Яблоки свежие печеные	150	0,70	0,70	20,10	89	№11,3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		150	0,70	0,70	20,10	89	
ОБЕД	Салат из моркови и яблок	60	0,80	4,10	7,50	70	№9
	Суп гороховый с гренками	180/20	4,40	3,10	22,90	137	№139
	Жаркое по-домашнему	200	11,30	12,90	22,70	252	№436
	Компот из свежих яблок	200	0,10	0,10	20,00	81,4	№631
	Хлеб пшеничный	20	0,40	0,20	8,80	39	
	Хлеб ржаной	40	0,90	0,50	15,10	69	
ИТОГО ЗА ОБЕД		660	17,90	20,90	97,00	648	
ПОЛДНИК	Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте	50	2,80	3,90	25,40	148	
	Молоко питьевое кипяченое	200	5,80	6,40	9,40	118	№260
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	8,60	10,30	34,80	266	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			42,00	46,00	196,00	1370	

Меню приготавливаемых блюд

Утверждаю: _____



Возрастная категория:

Ясли

23.04.25

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецептур
День 3								
ЗАВТРАК	Каша рисовая жидкая	150	3,70	4,10	15,70	115	№311	
	Бутерброд с маслом и сыром	15 5 5	3,80	5,10	7,40	91	№1,3	
	Чай с молоком	180	2,50	2,20	10,20	71	№495	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		355	10,00	11,40	33,30	275,8		
ЗАВТРАК 2	Сок в ассортименте	150	0,10	0,00	17,40	70	№518	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		150	0,10	0,00	17,40	70		
ОБЕД	Салат картофельный с огурцами и зеленым горошком	40	0,70	3,10	3,60	45	№75	
	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	150 10 5	3,70	3,90	4,70	69	№142	
	Печень говяжья по-строгановски	50	5,60	6,40	1,60	86	№431	
	Макаронные изделия отварные	110	1,90	2,10	27,60	137	№516	
	Напиток из шиповника	150	0,10	0,00	17,30	70	№705	
	Хлеб пшеничный	10	0,20	0,10	4,40	19		
	Хлеб ржаной	40	0,90	0,50	15,10	69		
ИТОГО ЗА ОБЕД		515	13,10	16,10	74,30			
ПОЛДНИК	Вареники ленивые с молоком сгущенным	130	8,40	9,00	13,70	169	№325	
	Чай с сахаром	150	0,10	0,00	8,60	35	№685	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		280	8,50	9,00	22,30	204		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			32,00	37,00	147,00	1045		

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория:

Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность	№ рецепт уры
			Белки	Жиры	Углево- ды		
День 3							
ЗАВТРАК	Каша рисовая жидкая	200	5,10	6,20	21,80	163	№311
	Бутерброд с маслом и сыром	20 5 10	4,50	5,90	7,90	103	№1,3
	Чай с молоком	180	2,50	2,20	10,20	71	№495
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		415	12,50	14,50	48,70	375,3	
ЗАВТРАК 2	Сок в ассортименте	200	0,30	0,00	22,40	91	№518
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	0,30	0,00	22,40	91	
ОБЕД	Салат картофельный с огурцами и зеленым горошком	60	1,10	4,10	5,30	63	№75
	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	180/10/5	4,10	4,90	5,60	83	
	Печень говяжья по-строгановски	80	11,20	9,60	2,90	143	№431
	Макаронные изделия отварные	150	2,50	2,80	35,80	178	№516
	Напиток из шиповника	180	0,30	0,00	22,4\$	91	№705
	Хлеб пшеничный	10	0,20	0,10	4,40	19	
	Хлеб ржаной	40	0,90	0,50	15,10	69	
ИТОГО ЗА ОБЕД		665	20,20	22,00	91,50	645	
ПОЛДНИК	Вареники ленивые с молоком сгущенным	150	9,90	10,80	25,00	237	№325
	Чай с сахаром	180	0,10	0,00	10,60	43	№685
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		330	10,00	10,80	35,60	279,6	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			43,00	47,30	198,20	1391	