

Меню приготавливаемых блюд

Утверждаю:

Возрастная категория:

Ясли

23.06.25

категория:		Легко		Средне		Тяжело		Энергетическая ценность		№ рецептуры	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры			
			Белки	Жиры	Углеводы						
День 6											
ЗАВТРАК	Каша ячневая жидкая	150	4,20	5,50	20,90	150	№311				
	Бутербродс маслом	15 5	1,60	3,80	7,40	70	№1				
	Чай с сахаром	180	0,10	0,00	10,60	43	№685				
	Хлеб пшеничный	10	0,20	0,10	4,40	19					
		350	6,10	9,40	43,30	282,3					
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		150	0,10	0,00	17,40	70					
ЗАВТРАК 2	Сок в ассортименте	150	0,10	0,00	17,40	70					
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		40	0,70	3,00	3,00	42	№25				
ОБЕД	Салат степной из разных овощей	150/15	3,70	3,30	11,80	92	№137				
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	130	8,50	10,90	15,10	193	№406				
	Плов из птицы	180	0,10	0,10	15,00	61	№631				
	Компот из свежих яблок	20	0,40	0,20	8,80	39					
	Хлеб пшеничный	30	0,80	0,30	11,30	51					
	Хлеб ржаной	515	14,20	17,80	65,00	476,6					
ИТОГО ЗА ОБЕД		130	6,60	4,50	14,50	125	№10/5				
ПОЛДНИК	Запеканка царская из творога с молоком сгущенным	150	4,30	3,80	7,10	80					
	Молоко питьевое кипяченое	280	10,90	8,30	21,60	204,7					
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК			31,00	36,00	147,00	1034					
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:											

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория:

Детский сад

возрастная категория:		Детский сад							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюд а	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры		
			Белки	Жиры	Углеводы				
День 6									
ЗАВТРАК	Каша ячневая жидкая	200	6,50	7,70	25,30	196	№311		
	Бутербродс маслом	15 5	1,60	3,80	7,40	70	№1		
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	12,60	51	№685		
	Хлеб пшеничный	15	0,30	0,20	6,60	29			
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		420	8,50	11,60	51,90	345,4			
ЗАВТРАК 2	Витаминизированный напиток	200	0,30	0,00	22,40	91	№518		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	0,30	0,00	22,40	91			
ОБЕД	Салат степной из разных овощей	60	1,00	3,00	4,50	49	№25		
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180/15	4,10	3,60	15,10	109	№137		
	Плов из птицы	200	12,40	13,50	24,50	269	№406		
	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		655	18,90	20,90	88,00	615,8			
ПОЛДНИК	запеканка царская из творога с молоком сгущенным	150	9,90	6,70	21,20	184,7	№10/5		
	Молоко питьевое кипяченое	180	5,20	4,50	8,50	95	№260		
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		330	15,10	11,20	29,70	280			
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			43,00	44,00	192,00	1332			

а)

Ясли

24.06.25

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7							
ЗАВТРАК	Каша пшенная жидкая	150	4,50	5,10	16,70	131	№311
	Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте	20	2,90	4,20	5,10	70	
	Какао с молоком	180	2,70	2,90	12,70	88	№497
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	10,10	12,20	34,5	288,3	
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 кукурузой и морковью "Мозайка"	40	0,80	3,00	5,00	50	№73
	Свекольник с мясом, со сметаной	150/10/5	3,80	4,00	11,50	97	№34
	Биточки печеночные	60	9,80	4,80	5,90	106	№35/8
	Каша гречневая вязкая	120	3,60	3,40	15,90	109	№510
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,20	0,00	11,20	46	№508
	Хлеб пшеничный	20	0,40	0,20	8,80	38	
	Хлеб ржаной	20	0,50	0,30	7,60	34	
ИТОГО ЗА ОБЕД		535	19,00	15,70	65,90	479,6	
ПОЛДНИК	Полоска песочная с молоком сгущенным	50	1,60	4,90	25,00	151	№586
	Чай с сахаром	150	0,10	0,00	8,60	35	№685
	Фрукт в ассортименте	95	0,40	0,00	6,40	27	№458
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		295	2,10	4,90	40,00	212,5	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			31,00	33,00	158,00	1050	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецепту
			Белки	Жиры	Углевод		
День 7							
ЗАВТРАК	Каша пшенная жидкая	200	4,20	7,20	20,20	162	№311
	Кондитерское изделие промышленного производства в ассортименте	30	4,30	5,80	7,70	100	
	Какао с молоком	200	3,30	4,20	15,90	115	№497
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		430	11,80	17,20	43,80	377,2	
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 кукурузой и морковью" Мозайка"	60	1,30	4,00	7,50	71	№73
	Свекольник с мясом, со сметаной	180/10/5	4,10	4,20	12,50	104	№34
	Биточки печеночные	80	12,70	6,40	8,20	141	№35/8
	Каша гречневая вязкая	150	4,20	5,10	29,00	178	№510
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,30	0,00	15,20	62	№508
	Хлеб пшеничный	20	0,40	0,20	8,80	38	
	Хлеб ржаной	20	0,50	0,30	7,60	34	
ИТОГО ЗА ОБЕД		665	23,50	20,10	88,80	629	
ПОЛДНИК	Полоска песочная с молоком сгущенным	50	1,60	4,90	25,00	151	№586
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	12,60	51	685
	Фрукт в ассортименте	100	1,20	0,30	11,80	55	№458
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		350	2,90	5,20	49,40	256	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			38,00	43,00	204,00	1353	

№ *
рецензуры
79602232793

26.0425

Меню приготавливаемых блюд

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
День 9							
ЗАВТРАК	Омлет натуральный с поджариванием	180	10,60	8,40	8,40	151	№340
	Бутерброд с сыром	20 15	5,30	3,70	7,20	83,3	№3
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	12,60	51	№865
	Хлеб пшеничный	20	0,40	0,20	8,80	39	
	Хлеб ржаной	20	0,60	0,20	7,60	35	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		415	17,00	12,50	44,60	358,7	
ЗАВТРАК 2	Яблоки свежие печеные	150	0,70	0,70	20,10	89	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		150	0,70	0,70	20,10	89	
ОБЕД	Салат из капусты белокачанной с морковью <i>Виницет</i>	60	1,20	4,10	7,60	72	№4
	Суп лапша домашняя с курицей	180/10	4,10	4,20	15,20	115	№148
	Шницель из мяса	70	9,20	8,80	8,30	149	№451
	Овощи, припущенные в сметане	150	1,90	5,10	15,40	115	
	Компот из кураги	180	0,50	0,00	16,20	67	№638
	Хлеб пшеничный	20	0,50	0,30	7,60	34	
	Хлеб ржаной	30	0,70	0,40	11,30	52	
ИТОГО ЗА ОБЕД		650	17,80	22,90	81,50	602,9	
ПОЛДНИК	Булочка "Нежная"	50	1,50	3,90	28,50	155	№560
	Кисломолочный напиток	200	5,50	6,00	12,30	125	№698
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	7,00	9,90	40,80	280	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			42,00	46,00	187,00	1331	

Меню приготавливаемых блюд

Утверждаю: *Подпись*

Возрастная категория:

Ясли

24.05.25

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепту
			Белки	Жиры	Углево		
День 10							
ЗАВТРАК	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	150	4,50	5,90	20,80	154	№311
	Бутерброд с маслом	15 5	1,60	3,80	7,40	70	№1
	Чай с лимоном	180	0,10	0,00	10,50	42	№686
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	350	6,20	9,70	38,70	266,9	
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 моркови с сыром	40	1,00	3,60	3,30	50	№89
	Уха рыбацкая	150/50	5,80	5,40	12,60	122	№30/2
	Биточки рубленые из птицы запеченные	60	6,80	7,60	7,50	126	№498
	Макароны отварные с овощами	120	2,40	2,50	18,30	105	№294
	Кисель	150	0,30	0,20	13,40	56	№505
	Хлеб пшеничный	10	0,20	0,10	4,40	19	
	Хлеб ржаной	20	0,50	0,30	7,60	34	
ИТОГО ЗА ОБЕД		520	12,80	16,80	69,20	479,2	
ПОЛДНИК	Суфле творожное со сладкой глазурью	130	10,00	6,40	19,70	176	№19/3
	Чай с сахаром	150	0,10	0,00	8,60	35	№685
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		280	10,10	6,40	28,30	211,2	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			33,00	36,00	151,00	1060	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория:

Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюд	Пищевые вещества			Энерг етиче	№ рецеп
			Белки	Жиры	Углев овод		
День 10							
ЗАВТРАК	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	5,90	6,40	28,80	196	№311
	Бутерброд с маслом	20 10	1,80	7,10	9,90	111	№1
	Чай с лимоном	180	0,10	0,00	10,50	42	№686
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		410	7,80	13,50	49,20	350	
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 из моркови с сыром	60	1,70	4,70	7,40	78,6	№89
	Уха рыбацкая	180/50	6,20	6,10	15,10	140	№30/2
	Биточки рубленые из птицы запеченные	70	8,70	8,90	10,30	156	№498
	Макароны отварные с овощами	150	3,10	2,80	27,40	147	№294
	Кисель	180	0,30	0,20	15,40	64,3	№505
	Хлеб пшеничный	20	0,40	0,20	8,80	38	
	Хлеб ржаной	20	0,50	0,30	7,60	34	
ИТОГО ЗА ОБЕД		690	20,80	23,10	92,00	658,5	
ПОЛДНИК	Суфле творожное со сладкой глазурью	150	12,90	9,60	24,40	236	№19/3
	Чай с сахаром	180	0,10	0,00	10,60	43	№685
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		330	13,00	9,60	35,00	278,4	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			42,00	46,00	199,00	1377	