

Меню приготавливаемых блюд

Утверждаю:

Возрастная категория:

Если

15.09.25



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

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория:

Детский сад

Прием пищи		Наименование блюда	Вес блюда	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	

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	

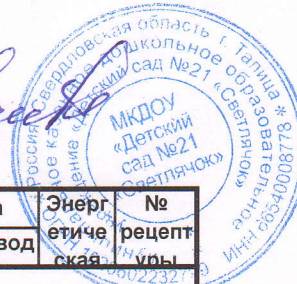
Возрастная категория:

Если

Меню приготавливаемых блюд

Утверждаю

Лавров



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углевод		
День 8							
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой	150	2,30	3,30	12,50	89	№164
	Бутерброд с повидлом	25	1,10	0,40	14,60	66	№2
	Яйца вареные	40	5,10	4,60	0,30	63	№300
	Кофейный напиток	150	1,80	1,90	11,10	69	№501
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		365	10,30	10,20	38,50	287	
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	Свекла отварная с маслом растительным	40	0,60	3,20	2,50	41	№56
	Рассольник Ленинградский с мясом и со сметаной	150/10/5	4,10	4,30	8,60	90	№129
	Котлеты рыбные любительские	60	7,90	6,50	3,40	104	№346
	Пюре картофельное	120	2,60	3,50	18,80	117	№520
	Компот из свежих яблок	180	0,10	0,10	15,00	61	№631
	Хлеб пшеничный	20	0,40	0,20	8,80	39	
	Хлеб ржаной	30	0,70	0,40	11,30	51	
ИТОГО ЗА ОБЕД		560	16,40	18,20	68,40	503	
ПОЛДНИК	Мучное изделие промышленного производства в ассортименте	40	3,30	5,60	16,50	130	
	Чай с молоком	180	2,50	2,20	10,20	71	№495
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		220	5,80	7,80	26,70	201	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1295	32,60	36,20	151,00	1061	

Возрастная категория:

Детский сад

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 8							
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой	200	3,10	4,40	19,00	128	№164
	Бутерброд с повидлом	20/20	1,20	0,50	19,60	88	№2
	Яйца вареные	40	5,10	4,60	0,30	63	№300
	Кофейный напиток	200	2,30	2,50	14,80	90,9	№501
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		480	11,70	12,00	53,70	369	
ЗАВТРАК 2	Сок в ассортименте	200	0,30	0,00	22,10	89	№518
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	0,30	0,00	22,10	89	
ОБЕД	Свекла отварная с маслом растительным	60	1,00	4,00	4,30	57	№56
	Рассольник Ленинградский с мясом и со сметаной	180/10/5	4,70	4,90	11,20	108	№129
	Котлеты рыбные любительские	80	11,50	8,80	5,80	148	№346
	Пюре картофельное	150	3,00	4,10	23,50	143	№520
	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		680	21,50	22,70	88,30	644	
ПОЛДНИК	Мучное изделие промышленного производства в ассортименте	50	4,20	7,90	19,50	166	
	Чай с молоком	200	2,50	2,20	14,90	89	№495
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	6,70	10,10	34,40	255	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			40,00	45,00	198,00	1357	

Меню приготавливаемых блюд

Утверждаю

Возрастная категория:

Ясли

18.09.25

категория: Прием пищи		Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
Белки				Жиры	Углевод			
День 9								
ЗАВТРАК	Омлет натуральный с поджарнировкой	150	8,90	6,70	7,80	127	№340	
	Бутерброд с сыром	20 10	4,20	2,60	7,20	69	№3	
	Чай с сахаром	180	0,10	0,00	10,60	43	№685	
	Хлеб пшеничный	10	0,20	0,10	4,40	19		
	Хлеб ржаной	10	0,30	0,10	3,80	17		
		360	13,70	9,50	33,80	275,5		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		130	0,60	0,60	15,50	70	№11,306	
ЗАВТРАК 2 Яблоки свежие печеные		130	0,60	0,60	15,50	70		
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2								
ОБЕД	Винигрет овощной	40	0,60	3,00	3,80	45		
	Суп лапша домашняя с курицей	150/10	3,50	3,70	12,90	99	№148	
	Шницель из мяса	50	3,00	6,50	5,90	106	№451	
	Овощи, припущенные в сметане	120	1,40	3,00	13,50	87	№210	
	Компот из кураги	150	0,30	0,00	12,60	52	№638	
	Хлеб пшеничный	20	0,40	0,20	8,80	39		
	Хлеб ржаной	30	0,70	0,40	11,30	52		
		520	12,80	16,80	69,20	479,2		
ИТОГО ЗА ОБЕД		50	1,50	3,90	28,50	155	№560	
ПОЛДНИК	Булочка "Нежная"	160	3,70	3,50	5,00	66	№698	
	Кисломолочный напиток	210	5,20	7,40	33,50	221,4		
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК			32	34	152	1046		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:								

Меню приготавливаемых блюд

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

Энергет	№
ическая	рецепту
еи	рн

Ясли

19.09.25

Меню приготавливаемых блюд

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	