

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МАДОУ "Детский сад №138"

Сезон: Весенне - Летний пепиод
Возрастная категория: Сад

Руководитель _____



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угле-воды		
День: 1							
Завтрак	Каша молочная с овсяными хлопьями "Геркулес"	200	7,9	8,2	29,4	223,5	101
	Бутерброд с сыром	10/12/25	4,7	12,0	12,4	177,2	3
	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	11,0	43,9	410/411
Общий выход всех блюд на Завтрак		447	12,6	20,1	52,7	444,6	
Завтрак2	Сок	150	0,0	0,0	0,0	0,0	418
	Яблоки	114	0,5	0,5	12,7	61,1	386
Общий выход всех блюд на Завтрак2		264	0,5	0,5	12,7	61,1	
Обед	Суп картофельный с крупой	200	2,7	3,6	18,3	116,8	86
	Биточки из говядины	75	14,1	13,5	5,4	199,5	299
	Капуста тушеная	140	3,8	5,2	15,1	124,9	354
	Компот из сушеных фруктов	200	0,0	0,0	13,0	51,9	394
	Хлеб ржаной	30	1,9	0,3	12,0	57,0	1
	Хлеб пшеничный 30	30	2,3	0,2	14,8	70,5	1
	Соль	6	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		681	24,8	22,9	78,6	620,6	
Полдник	Кефир	180	5,2	5,8	7,2	106,2	420
	Печенье	15	1,3	1,7	10,5	62,1	
Общий выход всех блюд на Полдник		195	6,5	7,5	17,7	168,3	
Ужин	Котлета рыбная	80	13,3	6,9	2,7	148,4	271
	Картофель отварной	120	2,4	3,0	19,6	114,8	336
	Кофейный напиток	200	2,9	2,5	15,8	97,9	414
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	
Общий выход всех блюд на Ужин		420	19,9	12,6	46,1	399,1	
Итого за 1 день:			64,3	63,6	207,8	1693,8	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 6
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МАДОУ "Детский сад №138"

Сезон: Весенне - Летний пепиод
Возрастная категория: Сад

УТВЕРЖДАЮ
В.А.Свиридова
расшифровка подписи



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 4							
Завтрак	Суп молочный с рисовой крупой	200	5,9	6,8	25,0	185,4	101
	Бутерброд с сыром	10/9/20	3,9	11,4	9,9	158,2	3
	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	10,0	39,9	410/411
Общий выход всех блюд на Завтрак		439	9,8	18,1	44,9	383,5	
Завтрак2	Напиток из груши дички	150	0,0	0,0	0,0	0,0	418
Общий выход всех блюд на Завтрак2		150	0,0	0,0	0,0	0,0	
Обед	Борщ вегетарианский (мелконашинкованный)	200	3,5	7,0	17,5	148,4	65
	Котлеты рубленные из птицы	85	17,3	19,3	5,2	262,8	322
	Икра овощная	120	2,4	3,2	13,5	92,7	55
	Компот из сушеных фруктов	200	0,0	0,0	13,0	51,9	394
	Хлеб пшеничный 30	30	2,3	0,2	14,8	70,5	1
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,5	20,1	95,0	
	Соль	6	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		691	28,7	30,2	84,0	721,3	
Полдник	Кефир	180	5,2	5,8	7,2	106,2	420
	Пирожки с курагой	75	6,5	5,0	34,1	207,8	
Общий выход всех блюд на Полдник		255	11,7	10,8	41,3	314,0	
Ужин	Пудинг из творога (запеченный)	130	19,2	14,1	20,4	289,1	249
	Какао с молоком	200	3,3	2,7	14,9	98,5	416
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	47,0	
Общий выход всех блюд на Ужин		350	24,0	17,0	45,2	434,6	
Итого за 4 день:			74,2	76,1	215,4	1853,5	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МАДОУ "Детский сад №138"

Сезон: Весенне - Летний пепиод
Возрастная категория: Сад



УТВЕРЖДАЮ

В.А.Свиридова

Подпись: _____
расшифровка подписи

Трием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 5							
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	200	6,8	7,7	26,6	203,8	100
	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	11,0	43,9	410/411
	Бутерброд с маслом	30	1,6	8,4	9,9	121,8	1
Общий выход всех блюд на Завтрак		430	8,4	16,1	47,5	369,5	
Завтрак2	Сок	150	0,0	0,0	0,0	0,0	418
	Бананы	120	3,0	1,0	42,0	192,0	
Общий выход всех блюд на Завтрак2		270	3,0	1,0	42,0	192,0	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	200	1,7	5,3	13,0	107,1	87
	Запеканка картофельная с печенью	165	11,8	6,0	25,3	203,1	308
	Салат из свежих огурцов	60	0,5	3,1	1,5	35,5	13
	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,2	16,9	71,4	390
	Хлеб ржаной	30	1,9	0,3	12,0	57,0	1
	Хлеб пшеничный 30	30	2,3	0,2	14,8	70,5	1
	Соль	6	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		691	18,5	15,1	83,5	544,6	
Полдник	Варенец	180	158,4	5,2	7,3	94,3	420
	Пряники	40	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Полдник		220	158,4	5,2	7,3	94,3	
Ужин	Икра кабачковая(консерв.)	57	1,1	5,3	4,6	71,4	57
	Каша пшеничная	130	5,2	3,5	23,0	144,0	179
	Кофейный напиток	200	2,9	2,5	15,8	97,9	414
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	47,0	
Общий выход всех блюд на Ужин		407	10,8	11,5	53,3	360,3	
Итого за 5 день:			199,0	48,8	233,6	1560,7	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МАДОУ "Детский сад №138"

Сезон: Весенне - Летний период
Возрастная категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 6							
Завтрак	Суп молочный с гречневой крупой	200	6,7	6,2	26,0	188,0	101
	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	10,0	39,9	410/411
	Бутерброд с маслом	30	1,9	8,4	12,4	133,6	1
Общий выход всех блюд на Завтрак		430	8,7	14,7	48,4	361,5	
Завтрак2	Сок	150	0,0	0,0	0,0	0,0	418
	Яблоки	114	0,5	0,5	12,7	61,1	386
Общий выход всех блюд на Завтрак2		264	0,5	0,5	12,7	61,1	
Обед	Суп картофельный с яйцом	250	3,5	4,7	15,0	116,9	
	Котлеты рубленые	80	16,1	16,3	8,1	243,2	299
	Икра овощная	120	2,4	3,2	13,5	92,7	55
	Компот из сушеных фруктов	200	0,0	0,0	13,0	51,9	394
	Хлеб ржаной	30	1,9	0,3	12,0	57,0	1
	Хлеб пшеничный 30	30	2,3	0,2	14,8	70,5	1
	Соль	6	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		716	26,2	24,8	76,3	632,1	
Полдник	Кефир	180	5,2	5,8	7,2	106,2	420
	Печенье	15	1,3	1,7	10,5	62,1	
Общий выход всех блюд на Полдник		195	6,5	7,5	17,7	168,3	
Ужин	Шницель рыбный натуральный	89	19,6	9,4	1,9	170,5	274
	Картофель отварной	120	2,4	3,0	19,6	114,8	336
	Какао с молоком	200	3,3	2,7	14,9	98,5	416
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	47,0	
Общий выход всех блюд на Ужин		429	26,8	15,3	46,3	430,8	
Итого за 6 день:			68,6	62,7	201,4	1653,8	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МАДОУ "Детский сад №138"

Сезон: Весенне - Летний пепиод
Возрастная категория: Сад



УТВЕРЖДАЮ

В.А.Свиридова

Подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 7							
Завтрак	Яйца вареные	20	6,3	5,8	0,3	78,5	227
	Каша пшенная	130	4,6	3,8	26,6	159,2	179
	Кукуруза консервированная	50	0,0	0,0	0,0	0,0	12
	Бутерброд с сыром	10/9/20	3,9	11,4	9,9	158,2	3
	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	11,0	43,9	410/411
Общий выход всех блюд на Завтрак		439	14,9	20,9	47,9	439,8	
Завтрак2	Напиток из груши дички	150	0,0	0,0	0,0	0,0	418
Общий выход всех блюд на Завтрак2		150	0,0	0,0	0,0	0,0	
Обед	Борщ со сметаной	200	2,7	7,3	13,6	131,6	63
	Жаркое по-домашнему	200	18,3	13,3	24,0	289,9	292
	помидоры свежие	42	0,5	0,1	1,7	10,8	
	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,2	16,9	71,4	390
	Хлеб пшеничный 40	40	3,0	0,3	19,7	94,0	1
	Хлеб ржаной	30	1,9	0,3	12,0	57,0	1
	Соль	6	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		718	26,7	21,5	87,8	654,7	
Полдник	Ряженка	180	5,2	4,5	7,6	97,2	401
	Пирожки с повидлом или Джемом	90	6,4	5,1	49,1	264,9	692
Общий выход всех блюд на Полдник		270	11,6	9,6	56,7	362,1	
Ужин	Пудинг из творога (запеченный)	130	19,2	14,1	20,4	289,1	249
	Кофейный напиток	200	2,9	2,5	15,8	97,9	414
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	47,0	
Общий выход всех блюд на Ужин		350	23,6	16,7	46,0	434,0	
Итого за 7 день:			76,7	68,8	238,4	1890,6	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МАДОУ "Детский сад №138"

Сезон: Весенне - Летний пепиод
Возрастная категория: Сад



УТВЕРЖДАЮ

В.А.Свиридова

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 8							
Завтрак	Суп молочный манный	250	7,0	6,5	20,6	170,4	99
	Бутерброд с маслом	30	1,6	8,4	9,9	121,8	1
	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	11,0	43,9	410/411
Общий выход всех блюд на Завтрак		480	8,6	14,9	41,5	336,1	
Завтрак2	Сок	150	0,0	0,0	0,0	0,0	418
	Бананы	120	3,0	1,0	42,0	192,0	
Общий выход всех блюд на Завтрак2		270	3,0	1,0	42,0	192,0	
Обед	Суп с макаронными изделиями	250	3,5	3,0	25,3	142,7	82
	Запеканка картофельная с печенью	165	11,8	6,0	25,3	203,1	308
	Салат из свежей капусты	60	1,2	3,1	6,0	57,1	
	Кисель фруктовый	200	0,1	0,0	30,6	120,1	
	Хлеб пшеничный 30	30	2,3	0,2	14,8	70,5	1
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,5	20,1	95,0	
	Соль	6	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		761	22,1	12,8	122,0	688,5	
Полдник	напиток "Снежок"	180	4,9	4,5	19,4	142,2	420
	Хлеб пшеничный с джемом	55	2,4	0,3	28,4	123,5	2
Общий выход всех блюд на Полдник		235	7,2	4,8	47,8	265,7	
Ужин	Рагу овощное	180	3,9	10,5	23,2	204,9	137
	Кофейный напиток	200	2,9	2,5	15,8	97,9	414
	Хлеб пшеничный	10	0,8	0,1	4,9	23,5	511
Общий выход всех блюд на Ужин		390	7,6	13,1	43,9	326,3	
Итого за 8 день:			48,5	46,6	297,3	1808,6	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МАДОУ "Детский сад №138"

Сезон: Весенне - Летний пепиод
Возрастная категория: Сад



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 9							
Завтрак	Омлет натуральный	83	19,9	20,5	2,5	274,1	229
	Икра кабачковая(консерв.)	57	1,1	5,3	4,6	71,4	57
	Бутерброд с маслом	30	1,6	8,4	9,9	121,8	1
	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	10,0	39,9	410/411
Общий выход всех блюд на Завтрак		370	22,7	34,2	27,0	507,2	
Завтрак2	Напиток из груши дички	150	0,0	0,0	0,0	0,0	418
Общий выход всех блюд на Завтрак2		150	0,0	0,0	0,0	0,0	
Обед	Борщ со сметаной	200	2,7	7,3	13,6	131,6	63
	Плов из птицы	180	21,5	22,1	32,3	414,7	
	помидоры свежие	42	0,5	0,1	1,7	10,8	
	Кисель.фруктовый	200	0,2	0,2	31,5	129,9	
	Хлеб пшеничный 40	40	3,0	0,3	19,7	94,0	
	Хлеб ржаной	30	1,9	0,3	12,0	57,0	1
	Соль	6	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		698	29,9	30,3	110,8	838,0	
Полдник	Кефир	180	5,2	5,8	7,2	106,2	420
	Булочка "Веснушка"	63	8,6	4,2	46,5	257,8	456
Общий выход всех блюд на Полдник		243	13,8	10,0	53,7	364,0	
Ужин	Суп молочный с гречневой крупой	200	6,7	6,2	26,0	188,0	101
	Кофейный напиток	200	2,9	2,5	15,8	97,9	414
	Хлеб пшеничный	10	0,8	0,1	4,9	23,5	511
Общий выход всех блюд на Ужин		410	10,4	8,8	46,7	309,4	
Итого за 9 день:			76,8	83,3	238,2	2018,6	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МАДОУ "Детский сад №138"

Сезон: Весенне - Летний пепиод
Возрастная категория: Сад

УТВЕРЖДАЮ
В.А.Свиридова
расшифровка подписи



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угле-воды		
День: 10							
Завтрак	Каша пшеничная	130	5,2	3,5	23,0	144,0	179
	Салат из горошка зеленого консервированного	45	1,9	2,1	4,4	44,4	10
	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	10,0	39,9	410/411
	Бутерброд с сыром	10/9/20	3,9	11,4	9,9	158,2	3
Общий выход всех блюд на Завтрак		414	11,1	17,0	47,3	386,6	
Завтрак2	Сок	150	0,0	0,0	0,0	0,0	418
	Апельсины	100	0,9	0,2	8,1	43,0	
Общий выход всех блюд на Завтрак2		250	0,9	0,2	8,1	43,0	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	200	1,7	5,3	13,0	107,1	87
	Тефтели рыбные	100	17,8	6,0	10,1	165,3	277
	Пюре картофельное	140	2,9	3,3	20,3	122,9	399
	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,2	16,9	71,4	390
	Хлеб пшеничный 40	40	3,0	0,3	19,7	94,0	
	Хлеб ржаной	30	1,9	0,3	12,0	57,0	1
	Соль	6	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		716	27,6	15,5	91,9	617,7	
Полдник	Варенец	180	158,4	5,2	7,3	94,3	420
	Печенье	15	1,3	1,7	10,5	62,1	
Общий выход всех блюд на Полдник		195	159,7	6,9	17,8	156,4	
Ужин	Лапшевник с творогом	250/10	22,5	21,6	57,2	516,4	
	Какао с молоком	200	3,3	2,7	14,9	98,5	416
	Хлеб пшеничный	10	0,8	0,1	4,9	23,5	511
Общий выход всех блюд на Ужин		470	26,5	24,4	77,0	638,4	