

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МАДОУ "Детский сад №138"

Сезон: Весенне- Летний период
Возрастная категория: Ясли



Руководитель

В.А.Свиридова

подпись

расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 1							
Завтрак	Каша жидкая манная	150	5,8	6,8	28,4	198,6	99
	Бутерброд с маслом	15	0,8	4,2	5,0	60,9	1
	Чай с сахаром	180	0,0	0,0	10,0	39,9	410/411
Общий выход всех блюд на Завтрак		345	6,6	11,0	43,3	299,4	
Завтрак2	Сок	100	0,0	0,0	0,0	0,0	418
	Яблоки	130	0,6	0,6	14,7	70,5	386
Общий выход всех блюд на Завтрак2		230	0,6	0,6	14,7	70,5	
Обед	Суп картофельный с клецками	150	5,6	9,1	27,2	212,7	91
	Биточки из говядины	60	14,4	14,0	4,3	200,5	299
	Каша гречневая	110	3,8	4,2	24,2	149,9	330
	Компот из сушеных фруктов	180	0,0	0,0	10,6	42,6	394
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	1
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	47,0	1
	Соль	4	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		544	26,6	27,6	84,2	690,7	
Полдник	Кефир	150	4,3	4,8	6,0	88,5	420
	Печенье	15	1,3	1,7	10,5	62,1	
Общий выход всех блюд на Полдник		165	5,6	6,5	16,5	150,6	
Ужин	Биточки рыбные	75	12,5	2,3	2,7	81,2	271
	Пюре картофельное	120	2,7	3,3	18,7	115,2	339
	Кофейный напиток	180	2,6	2,3	14,3	88,5	414
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	1
Общий выход всех блюд на Ужин		395	19,1	8,0	43,7	322,9	
Итого за 1 день:			58,6	53,7	202,4	1534,1	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МАДОУ "Детский сад №138"

Сезон: Весенне- Летний период
Возрастная категория: Ясли



УТВЕРЖДАЮ

В.А.Свиридова

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 2							
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,7	4,4	22,1	147,0	100
	Бутерброд с маслом	15	0,8	4,2	5,0	60,9	1
	Чай с сахаром	180	0,0	0,0	10,0	39,9	410/411
Общий выход всех блюд на Завтрак		345	5,5	8,6	37,0	247,8	
Завтрак2	Сок	100	0,0	0,0	0,0	0,0	418
Общий выход всех блюд на Завтрак2		100	0,0	0,0	0,0	0,0	
Обед	Борщ со сметаной	180	2,9	6,0	15,4	128,1	63
	Запеканка картофельная с мясом	150	15,5	14,7	18,2	267,4	308
	Салат из свежих помидоров	40	0,4	2,1	1,7	28,1	14
	Кисель из кураги	150	0,8	0,1	25,4	106,0	398
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	1
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	47,0	1
	Соль	4	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		564	22,5	23,2	78,6	614,6	
Полдник	Ряженка	150	4,5	3,9	6,5	83,7	420
	Булочка домашняя	80	9,2	8,0	47,6	298,3	436/452
Общий выход всех блюд на Полдник		230	13,7	11,8	54,1	382,0	
Ужин	Пудинг из творога (запеченный)	100	16,1	11,2	14,2	224,7	249
	Какао с молоком	150	3,1	2,6	12,8	87,7	416
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	47,0	1
Общий выход всех блюд на Ужин		270	20,7	13,9	36,8	359,5	
Итого за 2 день:			62,2	57,5	206,5	1603,8	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МАДОУ "Детский сад №138"

Сезон: Весенне- Летний период
Возрастная категория: Ясли



УТВЕРЖДАЮ

Подпись _____

В.А.Свиридова

расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 3							
Завтрак	Омлет натуральный	65	13,6	15,6	2,2	203,1	229
	Икра кабачковая(консерв.)	76	1,5	7,1	6,2	95,2	57
	Бутерброд с сыром	5/10/10	3,2	7,3	5,0	99,2	3
	Чай с сахаром	180	0,0	0,0	10,0	39,9	410/411
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	1
Общий выход всех блюд на Завтрак		366	19,6	30,2	31,3	475,4	
Завтрак2	Сок	100	0,0	0,0	0,0	0,0	418
	Апельсины	75	0,7	0,1	6,1	32,3	
Общий выход всех блюд на Завтрак2		175	0,7	0,1	6,1	32,3	
Обед	Суп картофельный с яйцом	180	7,9	10,0	12,2	171,2	
	Ёжики в томатном соусе	72/20	15,4	15,0	9,0	232,0	
	Пюре картофельное	120	2,7	3,3	18,7	115,2	339
	огурцы свежие	41	0,4	0,1	1,1	6,3	520
	Компот из свежих плодов	150	0,1	0,1	15,5	64,8	390
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	1
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	47,0	1
	Соль	4	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		627	29,3	28,9	74,4	674,6	
Полдник	напиток " Снежок"	180	4,9	4,5	19,4	142,2	420
	Хлеб пшеничный с джемом	50	2,3	0,3	25,0	110,3	2
Общий выход всех блюд на Полдник		230	7,2	4,8	44,4	252,4	
Ужин	Суп молочный с овсяными хлопьями " Геркулес"	180	6,8	7,5	25,6	197,8	101
	Кофейный напиток	180	2,6	2,3	14,3	88,5	414
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47,0	1
Общий выход всех блюд на Ужин		380	11,0	9,9	49,7	333,3	
Итого за 3 день:			67,8	73,8	205,9	1768,0	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МАДОУ "Детский сад №138"

Сезон: Весенне- Летний период
Возрастная категория: Ясли



В.А.Свиридова

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 4							
Завтрак	Каша вязкая пшеничная	120	3,9	3,2	17,3	113,6	182
	Салат из горошка зеленого консервированного	45	1,9	2,1	4,2	43,6	10
	Бутерброд с сыром	5/10/10	3,2	7,3	5,0	99,2	3
	Чай с сахаром	180	0,0	0,0	10,0	39,9	410/411
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	1
Общий выход всех блюд на Завтрак		390	10,4	12,9	44,5	334,4	
Завтрак2	Сок	100	0,0	0,0	0,0	0,0	418
Общий выход всех блюд на Завтрак2		100	0,0	0,0	0,0	0,0	
Обед	Борщ со сметаной	180	2,9	6,0	15,4	128,1	63
	Плов из птицы	190	21,1	22,1	28,3	396,2	321
	помидоры свежие	42	0,5	0,1	1,7	10,8	
	Компот из сушеных фруктов	180	0,0	0,0	10,6	42,6	394
	Хлеб пшеничный 30	20	1,5	0,2	9,8	47,0	1
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	1
	Соль	4	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		636	27,4	28,5	73,8	662,7	
Полдник	Кефир	150	4,3	4,8	6,0	88,5	420
	Пирожки с курагой	75	7,1	5,3	37,2	225,0	
Общий выход всех блюд на Полдник		225	11,4	10,1	43,2	313,5	
Ужин	Запеканка из творога с морковью	130	15,6	9,8	16,6	220,9	252
	Какао с молоком	150	3,1	2,6	12,8	87,7	416
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	47,0	1
Общий выход всех блюд на Ужин		300	20,2	12,6	39,2	355,6	
Итого за 4 день:			69,3	64,0	200,7	1666,1	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МАДОУ "Детский сад №138"

Сезон: Весенне- Летний период
Возрастная категория: Ясли



УТВЕРЖДАЮ
[Подпись]
подпись

В.А.Свиридова
расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 6							
Завтрак	Яйца вареные	20	6,3	5,8	0,3	78,5	227
	Каша вязкая пшеничная	120	3,9	3,2	17,3	113,6	182
	Бутерброд с маслом	15	0,8	4,2	5,0	60,9	1
	Чай с сахаром	180	0,0	0,0	10,0	39,9	410/411
Общий выход всех блюд на Завтрак		335	11,1	13,2	32,6	292,9	
Завтрак2	Сок	100	0,0	0,0	0,0	0,0	418
	Яблоки	75	0,7	0,7	17,6	84,6	386
Общий выход всех блюд на Завтрак2		175	0,7	0,7	17,6	84,6	
Обед	Борщ со сметаной	180	2,9	6,0	15,4	128,1	63
	Котлеты рубленые	82	15,4	20,0	6,2	266,4	299
	Макароны отварные	130	4,4	4,7	28,2	172,6	
	Соус красный основной	50	0,6	0,1	4,3	20,2	
	Компот из сушеных фруктов	180	0,0	0,0	10,6	42,6	394
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	47,0	1
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	1
	Соль	4	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		666	26,2	31,0	82,5	714,9	
Полдник	Кефир	150	4,3	4,8	6,0	88,5	420
	Печенье	15	1,3	1,7	10,5	62,1	
Общий выход всех блюд на Полдник		165	5,6	6,5	16,5	150,6	
Ужин	Котлета рыбная	85	17,5	9,3	5,7	202,3	271
	Картофель отварной	110	2,2	3,7	18,0	114,6	136
	Какао с молоком	150	2,9	2,5	12,5	84,5	416
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	1
Общий выход всех блюд на Ужин		365	23,9	15,6	44,2	439,4	
Итого за 6 день:			67,6	67,1	193,4	1682,4	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МАДОУ "Детский сад №138"

Сезон: Весенне- Летний период
Возрастная категория: Ясли



УТВЕРЖДАЮ

В.А.Свиридова

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 7							
Завтрак	Каша ячневая молочная	160	5,6	7,5	22,0	178,4	182
	Чай с сахаром	180	0,0	0,0	10,0	39,9	410/411
	Бутерброд с сыром	5/10/10	3,2	7,3	5,0	99,2	3
Общий выход всех блюд на Завтрак		365	8,8	14,8	37,0	317,5	
Завтрак2	Сок	100	0,0	0,0	0,0	0,0	418
Общий выход всех блюд на Завтрак2		100	0,0	0,0	0,0	0,0	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	2,8	2,1	20,4	111,9	88
	Шницель из говядины	66	15,7	16,3	5,0	228,9	299
	Икра овощная	110	1,9	2,1	10,4	68,7	55
	Компот из свежих плодов	150	0,1	0,1	15,5	64,8	390
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	47,0	1
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	1
	Соль	4	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		520	23,3	21,0	69,1	559,3	
Полдник	Ряженка	150	4,3	3,8	6,3	81,0	401
	Булочка домашняя	80	9,2	8,0	47,6	298,3	436/452
Общий выход всех блюд на Полдник		230	13,5	11,7	53,9	379,3	
Ужин	Запеканка из творога	81	15,8	10,4	9,6	197,6	251
	Кофейный напиток	180	2,6	2,3	14,3	88,5	414
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	47,0	1
Общий выход всех блюд на Ужин		281	19,9	12,8	33,7	333,1	
Итого за 7 день:			65,5	60,3	193,7	1589,2	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МАДОУ "Детский сад №138"

Сезон: Весенне - Летний период
Возрастная категория: Ясли



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	180	5,6	5,5	21,7	159,9	99
	Бутерброд с маслом	15	0,8	4,2	5,0	60,9	1
	Чай с сахаром	180	0,0	0,0	10,0	39,9	410/411
Общий выход всех блюд на Завтрак		375	6,4	9,7	36,6	260,7	
Завтрак2	Сок	100	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		220	3,0	1,0	42,0	192,0	
Обед	Борщ со сметаной	180	2,9	6,0	15,4	128,1	63
	Запеканка картофельная с печенью	140	11,6	5,8	23,2	192,3	308
	Салат из свежей капусты	45	0,9	2,0	4,3	39,5	21
	Кисель фруктовый	180	0,2	0,2	27,4	113,3	
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	1
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47,0	1
	Соль	4	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		589	18,4	14,4	88,1	558,1	
Полдник	напиток "Снежок"	180	4,9	4,5	19,4	142,2	420
	Хлеб пшеничный с джемом	50	2,3	0,3	25,0	110,3	2
Общий выход всех блюд на Полдник		230	7,2	4,8	44,4	252,4	
Ужин	Соус картофельный	150	2,2	6,0	16,4	129,5	
	Какао с молоком	150	3,1	2,6	12,8	87,7	416
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47,0	1
Общий выход всех блюд на Ужин		320	6,8	8,8	39,0	264,2	
Итого за 8 день:			41,8	38,7	250,2	1527,4	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МАДОУ "Детский сад №138"

Сезон: Весенне- Летний период
Возрастная категория: Ясли



УТВЕРЖДАЮ

Подпись /расшифровка подписи

В.А.Свиридова

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 9							
Завтрак	Омлет натуральный	65	13,6	15,6	2,2	203,1	229
	Икра кабачковая(консерв.)	76	1,5	7,1	6,2	95,2	57
	Бутерброд с маслом	15	0,8	4,2	5,0	60,9	1
	Чай с сахаром	180	0,0	0,0	10,0	39,9	410/411
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	1
Общий выход всех блюд на Завтрак		356	17,2	27,1	31,3	437,1	
Завтрак2	Сок	100	0,0	0,0	0,0	0,0	418
Общий выход всех блюд на Завтрак2		100	0,0	0,0	0,0	0,0	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	150	4,8	4,5	18,8	135,4	87
	Котлеты рубленые из птицы	80	18,8	20,1	2,8	267,2	322
	Капуста тушеная	120	3,4	6,2	10,9	115,3	143
	помидоры свежие	42	0,5	0,1	1,7	10,8	
	Компот из сушеных фруктов	180	0,0	0,0	10,6	42,6	394
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	47,0	1
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	1
	Соль	4	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		616	30,4	31,3	62,7	656,2	
Полдник	Кефир	150	4,3	4,8	6,0	88,5	420
	Булочка "Веснушка"	50	6,3	3,4	37,2	204,9	473
Общий выход всех блюд на Полдник		200	10,7	8,2	43,2	293,4	
Ужин	каша молочная с пшеничной крупой	180	6,4	5,8	22,4	168,5	
	Кофейный напиток	180	2,6	2,3	14,3	88,5	414
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47,0	1
Общий выход всех блюд на Ужин		380	10,6	8,2	46,5	304,0	
Итого за 9 день:			68,9	74,8	183,8	1690,7	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МАДОУ "Детский сад №138"

Сезон: Весенне- Летний период
Возрастная категория: Ясли



УТВЕРЖДАЮ

В.А.Свиридова

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 10							
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,7	4,4	22,1	147,0	100
	Бутерброд с сыром	20/9/5	4,1	7,5	9,9	123,9	3
	Чай с сахаром	180	0,0	0,0	10,0	39,9	410/411
Общий выход всех блюд на Завтрак		364	8,7	11,9	42,0	310,7	
Завтрак2	Сок	100	0,0	0,0	0,0	0,0	418
	Апельсины	75	0,7	0,1	6,1	32,3	
Общий выход всех блюд на Завтрак2		175	0,7	0,1	6,1	32,3	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем	180	2,3	4,3	12,3	97,7	73
	Шницель рыбный натуральный	78	17,1	3,4	1,1	103,2	274
	Пюре картофельное	120	2,7	3,3	18,7	115,2	339
	Компот из свежих плодов	150	0,1	0,1	15,5	64,8	390
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	47,0	1
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	1
	Соль	4	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		572	24,9	11,5	65,4	465,9	
Полдник	Варенец	150	133,5	4,3	6,2	79,5	420
	Печенье	15	1,3	1,7	10,5	62,1	
Общий выход всех блюд на Полдник		165	134,8	6,0	16,6	141,6	
Ужин	Пудинг из творога (запеченный)	100	16,1	11,2	14,2	224,7	249
	Какао с молоком	150	3,1	2,6	12,8	87,7	416
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,8	47,0	1
Общий выход всех блюд на Ужин		270	20,7	13,9	36,8	359,5	