

Утверждаю:
Руководитель



Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МБДОУ " Детский сад № 11"

11 Апреля 2022г.

Приложение №12
: СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества,г.			Энергет. ценность (ккал)	Номер рецептуры
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	200	7,00	7,00	34,00	226,00	11/4/1
	Хлеб с маслом и сыром	36	4,00	6,00	10,00	108,00	4/13/1
	Кофейный напиток с молоком	200	3,00	3,00	16,00	106,00	13/10/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	436	13,78	15,95	60,19	439,40	
10 ЧАСОВ							
	Сок	125	1,00		13,00	54,00	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	125	0,63	0,13	12,63	54,13	
ОБЕД							
	Борщ со сметаной	200	2,00	5,00	11,00	97,00	2/2/1
	Голубцы с мясом говядины и рисом	150	11,00	14,00	11,00	212,00	30/8/1
	Соус молочный (для подачи к блюду)	40	20,00	53,00	69,00	832,00	1/11/1
	Компот из сухофруктов	200			15,00	61,00	6/10/1
	Хлеб пшеничный	20	2,00		10,00	47,00	
	Хлеб ржаной	15	1,00		5,00	26,00	
	Хлеб ржаной витаминизированный	10	1,00		5,00	23,00	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	635	36,65	72,13	125,44	1297,40	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Сдоба обыкновенная	60	6,00	5,00	36,00	209,00	8/12/1
	Молоко кипяченое	200	6,00	6,00	9,00	118,00	255/1
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	260	11,55	10,95	45,76	327,71	
УЖИН							
	Суп картофельный с рыбой	200	8,00	5,00	14,00	130,00	19/2/1
	Чай	200			10,00	40,00	10/10/1
	Хлеб пшеничный	15	1,00		7,00	35,00	
	ИТОГО ЗА УЖИН	415	8,87	4,81	31,62	205,21	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1871	71,00	104,00	276,00	2324,00	

Утверждаю:
Руководитель



Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МБДОУ " Детский сад № 11"

12 Апреля 2022г.

Приложение №12
: СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Номер рецептуры
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	6,00	6,00	30,00	196,00	5/4/1
	Чай	200			10,00	40,00	10/10/1
	Хлеб с маслом	25	2,00	4,00	10,00	80,00	1/13/1
	Яйцо отварное	3	5,00	5,00		63,00	1/6/1
	Сок	130	1,00		13,00	56,00	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	558	12,98	14,31	63,54	434,82	
10 ЧАСОВ							
	Яблоки	150	1,00	1,00	15,00	67,00	
	Хлеб ржаной витаминизированный	10	1,00		5,00	23,00	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	160	1,39	0,70	19,53	89,98	
ОБЕД							
	Суп картофельный с бобовыми	200	5,00	5,00	17,00	129,00	17/2/1
	Печень по-строгановски	120	16,00	19,00	4,00	249,00	9/8/1
	Картофельное пюре	150	3,00	5,00	23,00	147,00	3/3/1
	Компот из сухофруктов	200			15,00	61,00	6/10/1
	Хлеб пшеничный	20	2,00		10,00	47,00	
	Хлеб ржаной	10	1,00		3,00	17,00	
	Молоко кипяченое	180	5,00	6,00	8,00	107,00	255/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	880	31,58	34,34	80,38	756,65	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Ватрушка со сметаной	65	6,00	9,00	34,00	243,00	6/12/1
	Хлеб пшеничный	15	1,00		7,00	35,00	
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	80	7,13	9,47	41,10	277,98	
УЖИН							
	Кофейный напиток	200	27,00	5,00	128,00	665,00	
	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые	80	12,00	13,00	6,00	186,00	14/8/1
	Каша перловая вязкая с маслом сливочным	200	7,00	7,00	40,00	245,00	10/4/1
	Кофейный напиток	200	27,00	5,00	128,00	665,00	
	Хлеб пшеничный	20	2,00		10,00	47,00	
	ИТОГО ЗА УЖИН	700	74,25	29,26	311,76	1807,39	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	2378	127,00	88,00	516,00	3367,00	

Руководитель

Возрастная категория: Детсад МБДОУ " Детский сад № 11"

Приложение №12

дано:
итель: *И. И. И.*

«Детский сад № 11»

Наименование:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	Номер рецептуры
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	200	8,00	9,00	32,00	238,00	6/4/1
	Хлеб с сыром	28	7,00	4,00	20,00	145,00	3/13/1
	Какао с молоком	200	4,00	4,00	25,00	153,00	14/10/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	428	18,96	16,80	77,23	535,95	
10 ЧАСОВ							
	Сок	110	1,00		11,00	48,00	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	110	0,55	0,11	11,11	47,63	
ОБЕД							
	Рассольник домашний со сметаной	200	2,00	5,00	12,00	102,00	10/2/1
	Рыба тушеная с овощами	120	12,00	7,00	5,00	135,00	4/7/1
	Каша рисовая вязкая с маслом сливочным	200	3,00	4,00	38,00	202,00	9/4/1
	Компот из сухофруктов	200			15,00	61,00	6/10/1
	Хлеб пшеничный	15	1,00		7,00	35,00	
	Хлеб ржаной	10	1,00		3,00	17,00	
	Хлеб ржаной витаминизированный	5			2,00	12,00	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	750	19,85	16,80	83,31	563,62	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Батон нарезной	50	4,00	2,00	25,00	129,00	
	Повидло	28			18,00	73,00	
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	78	3,96	1,50	43,25	202,35	
УЖИН							
	Суфле из мяса кур паровое	80	18,00	24,00	4,00	309,00	8/9/1
	Горошек зеленый	25	4,00	3,00	7,00	70,00	1/1/1
	Чай	200			10,00	40,00	10/10/1
	Хлеб пшеничный	15	1,00		7,00	35,00	
	ИТОГО ЗА УЖИН	320	23,55	27,63	27,97	454,70	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1686	67,00	63,00	243,00	1804,00	

Руководители

Возрастная категория: Детсад МБДОУ " Детский сад № 11"

Приложение №12
: СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Пример пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Номер рецептуры
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
	Суп молочный с лапшой	200	4,00	4,00	13,00	105,00	21/2/1
	Яйцо отварное	3	5,00	5,00		63,00	1/6/1
	Хлеб с маслом	25	3,00	8,00	20,00	160,00	1/13/1
	Какао с молоком	200	4,00	4,00	25,00	153,00	14/10/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	428	15,98	20,29	58,41	480,09	
10 ЧАСОВ							
	Сок	110	1,00		11,00	48,00	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	110	0,55	0,11	11,11	47,63	
ОБЕД							
	Суп из овощей со сметаной	200	2,00	6,00	9,00	96,00	14/2/1
	Рагу из мяса кур	150	17,00	24,00	17,00	352,00	3/9/1
	Салат из отварной свеклы с маслом	60	1,00	5,00	5,00	70,00	20/1/1
	растительным						
	Компот из кураги и изюма	200			20,00	82,00	4/10/1
	Хлеб пшеничный	15	1,00		7,00	35,00	
	Хлеб ржаной	15	1,00		5,00	26,00	
	Хлеб ржаной витаминизированный	5			2,00	12,00	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	645	22,93	34,86	66,78	672,44	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Полоска песочная с повидлом	60	25,00	37,00	63,00	687,00	491/1
	Молоко кипяченое	180	5,00	6,00	8,00	107,00	255/1
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	240	30,18	42,81	71,94	793,71	
УЖИН							
	Капуста тушеная	150	4,00	3,00	15,00	104,00	8/3/1
	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые	80	12,00	13,00	6,00	186,00	14/8/1
	Хлеб пшеничный	15	1,00		7,00	35,00	
	Чай с молоком	200	1,00	2,00	12,00	70,00	12/10/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	445	18,45	17,58	40,58	394,25	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1868	88,00	116,00	249,00	2388,00	

Утверждаю:
Руководитель



Меню приготавливаемых блюд Возрастная категория: Детсад МБДОУ " Детский сад № 11"

15 Апреля 2022г.

Приложение №12
: СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Номер рецептуры
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
	Запеканка из творога	110	21,00	12,00	17,00	262,00	9/5/1
	Кисель	16					139/1
	Хлеб с маслом	25	3,00	8,00	20,00	160,00	1/13/1
	Кофейный напиток	200	27,00	5,00	128,00	665,00	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	351	51,21	24,66	165,01	1086,88	
10 ЧАСОВ							
	Напиток из шиповника	200	1,00		22,00	93,00	15/10/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	200	0,51	0,21	22,22	92,79	
ОБЕД							
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,00	1,00	13,00	72,00	18/2/1
	Рагу из овощей	150	3,00	4,00	15,00	109,00	18/3/1
	Мясо кур отварное в соусе	90	13,00	15,00	2,00	195,00	2/9/1
	Компот из сухофруктов	200			15,00	61,00	6/10/1
	Хлеб пшеничный	15	1,00		7,00	35,00	
	Хлеб ржаной	10	1,00		3,00	17,00	
	Хлеб ржаной витаминизированный	5			2,00	12,00	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	670	19,82	20,86	58,64	501,37	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Печенье	55	4,00	9,00	38,00	248,00	
	Йогурт	210	7,00	8,00	2,00	114,00	
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	265	10,87	17,64	39,99	362,18	
УЖИН							
	Суфле из рыбы	80	14,00	4,00	3,00	105,00	14/7/1
	Соус молочный (для подачи к блюду)	55	20,00	53,00	69,00	832,00	1/11/1
	Чай с молоком	200	1,00	2,00	12,00	70,00	12/10/1
	Хлеб пшеничный	15	1,00		7,00	35,00	
	ИТОГО ЗА УЖИН	350	36,73	58,78	91,45	1041,70	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1836	119,00	122,00	377,00	3085,00	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575790

Владелец Пшеницина Елена Николаевна

Действителен с 27.01.2022 по 27.01.2023