

Утверждаю,  
Руководитель



## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБДОУ "Детский сад № 11"

23 Мая 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             |                                   |           |                      |       |        |                          |                 |
|                     | Омлет запеченный или паровой      | 60        | 6,00                 | 9,00  | 1,00   | 111,00                   | 2/6/1           |
|                     | Горошек зеленый                   | 25        | 3,00                 | 2,00  | 5,00   | 53,00                    | 1/1/1           |
|                     | Хлеб с сыром                      | 22        | 5,00                 | 3,00  | 15,00  | 105,00                   | 3/13/1          |
|                     | Кофейный напиток с молоком        | 150       | 2,00                 | 2,00  | 12,00  | 81,00                    | 13/10/1         |
|                     | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК                  | 257       | 16,56                | 16,64 | 33,41  | 349,46                   |                 |
| ОБЕД                |                                   |           |                      |       |        |                          |                 |
|                     | Щи со свежей капустой со сметаной | 150       | 1,00                 | 2,00  | 5,00   | 45,00                    | 6/2/1           |
|                     | Тефтели из мяса говядины          | 60        | 9,00                 | 10,00 | 6,00   | 149,00                   | 20/8/1          |
|                     | Макаронные изделия отварные       | 120       | 5,00                 | 3,00  | 29,00  | 164,00                   | 43/3/1          |
|                     | 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                    |                 |
|                     | Компот из сухофруктов             | 150       |                      |       | 11,00  | 45,00                    | 6/10/1          |
|                     | ИТОГО ЗА ОБЕД                     | 510       | 17,17                | 15,76 | 63,84  | 465,75                   |                 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК |                                   |           |                      |       |        |                          |                 |
|                     | Вафли                             | 40        | 1,00                 | 1,00  | 31,00  | 140,00                   |                 |
|                     | Молоко кипяченое                  | 180       | 4,00                 | 5,00  | 7,00   | 89,00                    | 255/1           |
|                     | ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК      | 220       | 5,47                 | 6,12  | 37,97  | 228,84                   |                 |
| УЖИН                |                                   |           |                      |       |        |                          |                 |
|                     | Запеканка из творога              | 70        | 18,00                | 10,00 | 14,00  | 218,00                   | 9/5/1           |
|                     | Молоко сгущенное                  | 20        | 1,00                 | 1,00  | 11,00  | 59,00                    |                 |
|                     | Хлеб пшеничный                    | 10        | 1,00                 |       | 5,00   | 23,00                    |                 |
|                     | Чай                               | 150       |                      |       | 8,00   | 32,00                    | 10/10/1         |
|                     | ИТОГО ЗА УЖИН                     | 250       | 20,00                | 11,20 | 37,86  | 332,11                   |                 |
|                     | ИТОГО ЗА ДЕНЬ                     | 1237      | 59,00                | 50,00 | 173,00 | 1376,00                  |                 |

Утверждаю:  
Руководитель



## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "Детский сад № 11"

23 Мая 2022г.

Приложение №12  
: СанПиН 2.3/2.4.3590-20

| Наименование блюда                | Вес<br>блюда | Пищевые вещества, г. |       |        | Энергет.<br>ценность<br>(ккал) | Номер<br>рецептуры |
|-----------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|--------------------|
|                                   |              | Б                    | Ж     | У      |                                |                    |
| ЗАВТРАК                           |              |                      |       |        |                                |                    |
| Омлет запеченный или паровой      | 80           | 8,00                 | 12,00 | 2,00   | 147,00                         | 2/6/1              |
| Горошек зеленый                   | 33           | 4,00                 | 3,00  | 7,00   | 70,00                          | 1/1/1              |
| Хлеб с сыром                      | 28           | 7,00                 | 4,00  | 20,00  | 145,00                         | 3/13/1             |
| Кофейный напиток с молоком        | 200          | 3,00                 | 3,00  | 16,00  | 106,00                         | 13/10/1            |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК                  | 341          | 22,50                | 22,57 | 43,86  | 468,60                         |                    |
| ОБЕД                              |              |                      |       |        |                                |                    |
| Щи со свежей капустой со сметаной | 200          | 2,00                 | 3,00  | 7,00   | 59,00                          | 6/2/1              |
| Тефтели из мяса говядины          | 80           | 12,00                | 13,00 | 8,00   | 199,00                         | 20/8/1             |
| Макаронные изделия отварные       | 150          | 6,00                 | 4,00  | 36,00  | 204,00                         | 43/3/1             |
| 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                          |                    |
| Компот из сухофруктов             | 200          |                      |       | 15,00  | 61,00                          | 6/10/1             |
| ИТОГО ЗА ОБЕД                     | 675          | 22,86                | 20,73 | 85,13  | 618,35                         |                    |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК               |              |                      |       |        |                                |                    |
| Вафли                             | 50           | 1,00                 | 2,00  | 39,00  | 175,00                         |                    |
| Молоко кипяченое                  | 200          | 5,00                 | 6,00  | 8,00   | 107,00                         | 255/1              |
| ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК      | 250          | 6,62                 | 7,41  | 47,11  | 281,61                         |                    |
| УЖИН                              |              |                      |       |        |                                |                    |
| Запеканка из творога              | 80           | 21,00                | 12,00 | 17,00  | 262,00                         | 9/5/1              |
| Молоко сгущенное                  | 26           | 2,00                 | 1,00  | 14,00  | 76,00                          |                    |
| Хлеб пшеничный                    | 15           | 1,00                 |       | 7,00   | 35,00                          |                    |
| Чай                               | 200          |                      |       | 10,00  | 40,00                          | 10/10/1            |
| ИТОГО ЗА УЖИН                     | 321          | 24,32                | 13,52 | 48,72  | 413,88                         |                    |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ                     | 1587         | 76,00                | 64,00 | 225,00 | 1782,00                        |                    |

Утверждаю,  
Руководитель



## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБДОУ "Детский сад № 11"

24 Мая 2022г.

Приложение №12  
: СанПиН 2.3/2.4.3590-20

| Прием<br>пищи       | Наименование блюда                                  | Вес<br>блюда | Пищевые вещества, г. |       |        | Энергет.<br>ценность<br>(ккал) | Номер<br>рецептуры |
|---------------------|-----------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|--------------------|
|                     |                                                     |              | Б                    | Ж     | У      |                                |                    |
| ЗАВТРАК             |                                                     |              |                      |       |        |                                |                    |
|                     | Каша ячневая молочная с маслом сливочным            | 150          | 5,00                 | 4,00  | 25,00  | 161,00                         | 14/4/1             |
|                     | Яйцо отварное                                       | 3            | 5,00                 | 5,00  |        | 63,00                          | 1/6/1              |
|                     | Хлеб с маслом                                       | 19           | 2,00                 | 4,00  | 15,00  | 103,00                         | 1/13/1             |
|                     | Чай с молоком                                       | 150          | 1,00                 | 1,00  | 10,00  | 55,00                          | 12/10/1            |
|                     | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК                                    | 322          | 13,29                | 14,19 | 50,21  | 381,58                         |                    |
| 10 ЧАСОВ            |                                                     |              |                      |       |        |                                |                    |
|                     | Напиток из шиповника                                | 150          |                      |       | 16,00  | 68,00                          | 15/10/1            |
|                     | ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ                                   | 150          | 0,37                 | 0,15  | 16,29  | 68,04                          |                    |
| ОБЕД                |                                                     |              |                      |       |        |                                |                    |
|                     | Суп картофельный с бобовыми                         | 150          | 3,00                 | 3,00  | 13,00  | 97,00                          | 17/2/1             |
|                     | Печень в молочном соусе                             | 70           | 11,00                | 7,00  | 5,00   | 127,00                         | 10/8/1             |
|                     | Каша рисовая рассыпчатая                            | 150          | 4,00                 | 3,00  | 39,00  | 202,00                         | 45/3/1             |
|                     | Салат из белокочанной капусты с растительным маслом | 40           | 1,00                 | 3,00  | 4,00   | 45,00                          | 3/1/1              |
|                     | 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                          |                    |
|                     | Компот из кураги и изюма                            | 150          |                      |       | 15,00  | 61,00                          | 4/10/1             |
|                     | ИТОГО ЗА ОБЕД                                       | 590          | 21,71                | 16,89 | 89,36  | 596,21                         |                    |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК |                                                     |              |                      |       |        |                                |                    |
|                     | Творожники песочные (Лакомка)                       | 60           | 37,00                | 37,00 | 28,00  | 591,00                         | 100/1              |
|                     | Чай                                                 | 150          |                      |       | 8,00   | 32,00                          | 10/10/1            |
|                     | ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК                        | 210          | 37,13                | 36,89 | 35,68  | 623,22                         |                    |
|                     | ИТОГО ЗА ДЕНЬ                                       | 1272         | 73,00                | 68,00 | 192,00 | 1669,00                        |                    |

Имя: \_\_\_\_\_  
Фамилия: \_\_\_\_\_  
Отчество: \_\_\_\_\_

Подпись: \_\_\_\_\_

Место: \_\_\_\_\_

Дата: \_\_\_\_\_

Возраст: \_\_\_\_\_

Пол: \_\_\_\_\_

Город: \_\_\_\_\_

Улица: \_\_\_\_\_

Дом: \_\_\_\_\_

Страна: \_\_\_\_\_

Школа: \_\_\_\_\_

Класс: \_\_\_\_\_

Группа: \_\_\_\_\_

Секция: \_\_\_\_\_

Спортивный клуб: \_\_\_\_\_

Область: \_\_\_\_\_

Республика: \_\_\_\_\_

Краевое государственное учреждение «Детский сад № 11»

Наименование: \_\_\_\_\_

Возрастная категория: Детсад МБДОУ " Детский сад № 11"

Приложение №12  
; СанПиН 2.3/2.4.3590-20

| Прием<br>пищи       | Наименование блюда                                  | Вес<br>блюда | Пищевые вещества, г. |       |        | Энергет.<br>ценность<br>(ккал) | Номер<br>рецептуры |
|---------------------|-----------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|--------------------|
|                     |                                                     |              | Б                    | Ж     | У      |                                |                    |
| ЗАВТРАК             |                                                     |              |                      |       |        |                                |                    |
|                     | Каша ячневая молочная с маслом сливочным            | 180          | 6,00                 | 5,00  | 30,00  | 193,00                         | 14/4/1             |
|                     | 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             |
|                     | Чай с молоком                                       | 200          | 1,00                 | 2,00  | 12,00  | 70,00                          | 12/10/1            |
|                     | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК                                    | 408          | 15,41                | 19,16 | 62,81  | 485,34                         |                    |
| 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 бобовыми                         | 180          | 5,00                 | 5,00  | 17,00  | 129,00                         | 17/2/1             |
|                     | Печень в молочном соусе                             | 80           | 17,00                | 11,00 | 7,00   | 192,00                         | 10/8/1             |
|                     | Каша рисовая рассыпчатая                            | 180          | 5,00                 | 4,00  | 52,00  | 268,00                         | 45/3/1             |
|                     | Салат из белокочанной капусты с растительным маслом | 60           | 1,00                 | 4,00  | 7,00   | 67,00                          | 3/1/1              |
|                     | 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                          |                    |
|                     | Компот из кураги и изюма                            | 200          |                      |       | 20,00  | 82,00                          | 4/10/1             |
|                     | ИТОГО ЗА ОБЕД                                       | 745          | 31,42                | 23,93 | 123,15 | 833,29                         |                    |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК |                                                     |              |                      |       |        |                                |                    |
|                     | Творожники песочные (Лакомка)                       | 70           | 43,00                | 43,00 | 33,00  | 691,00                         | 100/1              |
|                     | Чай                                                 | 200          |                      |       | 10,00  | 40,00                          | 10/10/1            |
|                     | ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК                        | 270          | 43,32                | 43,11 | 42,53  | 731,39                         |                    |
|                     | ИТОГО ЗА ДЕНЬ                                       | 1623         | 91,00                | 86,00 | 251,00 | 2143,00                        |                    |

Утверждаю:  
Руководитель \_\_\_\_\_

«Детский сад № 11»

Прием пищи \_\_\_\_\_

## Меню приготавливаемых блюд

25 Мая 2022г.

Приложение №12  
; СанПиН 2.3/2.4.3590-20

| Наименование блюда                                      | Вес блюда   | Пищевые вещества, г. |               |               | Энергетическая ценность (ккал) | Номер рецептуры |
|---------------------------------------------------------|-------------|----------------------|---------------|---------------|--------------------------------|-----------------|
|                                                         |             | Б                    | Ж             | У             |                                |                 |
| <b>ЗАВТРАК</b>                                          |             |                      |               |               |                                |                 |
| Каша гречневая молочная с маслом сливочным              | 150         | 6,00                 | 5,00          | 23,00         | 160,00                         | 2/4/1           |
| Яйцо отварное                                           | 3           | 5,00                 | 5,00          |               | 63,00                          | 1/6/1           |
| Хлеб с маслом                                           | 19          | 2,00                 | 4,00          | 15,00         | 103,00                         | 1/13/1          |
| Какао с молоком                                         | 150         | 3,00                 | 3,00          | 19,00         | 115,00                         | 14/10/1         |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>                                 | <b>322</b>  | <b>16,04</b>         | <b>16,53</b>  | <b>56,89</b>  | <b>440,38</b>                  |                 |
| <b>10 ЧАСОВ</b>                                         |             |                      |               |               |                                |                 |
| Сок                                                     | 100         | 1,00                 |               | 10,00         | 43,00                          |                 |
| <b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>                                | <b>100</b>  | <b>0,50</b>          | <b>0,10</b>   | <b>10,10</b>  | <b>43,30</b>                   |                 |
| <b>ОБЕД</b>                                             |             |                      |               |               |                                |                 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями                | 150         | 1,00                 | 1,00          | 10,00         | 54,00                          | 18/2/1          |
| Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые              | 60          | 9,00                 | 9,00          | 4,00          | 139,00                         | 14/8/1          |
| Свекла, тушеная в сметанном соусе                       | 120         | 2,00                 | 3,00          | 12,00         | 81,00                          | 16/3/1          |
| 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                          |                 |
| Компот из сухофруктов                                   | 150         |                      |               | 11,00         | 45,00                          | 6/10/1          |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>                                    | <b>510</b>  | <b>15,04</b>         | <b>13,51</b>  | <b>50,42</b>  | <b>383,54</b>                  |                 |
| <b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>                              |             |                      |               |               |                                |                 |
| Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом (джемом) | 40          | 2,00                 | 2,00          | 23,00         | 119,00                         | 17/12/1         |
| Молоко кипяченое                                        | 150         | 4,00                 | 5,00          | 7,00          | 89,00                          | 255/1           |
| <b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>                     | <b>190</b>  | <b>6,63</b>          | <b>6,60</b>   | <b>30,36</b>  | <b>207,32</b>                  |                 |
| <b>УЖИН</b>                                             |             |                      |               |               |                                |                 |
| Тефтели рыбные в соусе                                  | 80          | 7,00                 | 4,00          | 7,00          | 96,00                          | 11/7/1          |
| Каша перловая вязкая с маслом сливочным                 | 150         | 5,00                 | 5,00          | 30,00         | 185,00                         | 10/4/1          |
| Соус молочный (для подачи к блюду)                      | 30          | 20,00                | 53,00         | 69,00         | 832,00                         | 1/11/1          |
| Хлеб пшеничный                                          | 10          | 1,00                 |               | 5,00          | 23,00                          |                 |
| Кофейный напиток                                        | 180         | 24,00                | 5,00          | 115,00        | 599,00                         |                 |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>                                    | <b>450</b>  | <b>57,73</b>         | <b>66,56</b>  | <b>226,19</b> | <b>1734,77</b>                 |                 |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>                                    | <b>1572</b> | <b>96,00</b>         | <b>103,00</b> | <b>374,00</b> | <b>2809,00</b>                 |                 |

Утверждаю:  
Руководитель



# Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "Детский сад № 11"

25 Мая 2022г.

Приложение №12  
: СанПиН 2.3/2.4.3590-20

| Прием пищи<br>Наименование блюда                        | Вес блюда   | Пищевые вещества, г. |               |               | Энергет. ценность (ккал) | Номер рецептуры |
|---------------------------------------------------------|-------------|----------------------|---------------|---------------|--------------------------|-----------------|
|                                                         |             | Б                    | Ж             | У             |                          |                 |
| <b>ЗАВТРАК</b>                                          |             |                      |               |               |                          |                 |
| Каша гречневая молочная с маслом сливочным              | 200         | 7,00                 | 7,00          | 31,00         | 213,00                   | 2/4/1           |
| 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         |
| <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>                                 | <b>428</b>  | <b>19,71</b>         | <b>22,90</b>  | <b>75,78</b>  | <b>588,07</b>            |                 |
| <b>10 ЧАСОВ</b>                                         |             |                      |               |               |                          |                 |
| Сок                                                     | 120         | 1,00                 |               | 12,00         | 52,00                    |                 |
| <b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>                                | <b>120</b>  | <b>0,60</b>          | <b>0,12</b>   | <b>12,12</b>  | <b>51,96</b>             |                 |
| <b>ОБЕД</b>                                             |             |                      |               |               |                          |                 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями                | 200         | 2,00                 | 1,00          | 13,00         | 72,00                    | 18/2/1          |
| Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые              | 80          | 12,00                | 13,00         | 6,00          | 186,00                   | 14/8/1          |
| Свекла, тушеная в сметанном соусе                       | 150         | 3,00                 | 3,00          | 15,00         | 102,00                   | 16/3/1          |
| 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                    |                 |
| Компот из сухофруктов                                   | 200         |                      |               | 15,00         | 61,00                    | 6/10/1          |
| <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>                                    | <b>675</b>  | <b>20,25</b>         | <b>17,85</b>  | <b>68,78</b>  | <b>516,70</b>            |                 |
| <b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>                              |             |                      |               |               |                          |                 |
| Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом (джемом) | 60          | 5,00                 | 4,00          | 47,00         | 236,00                   | 17/12/1         |
| Молоко кипяченое                                        | 180         | 5,00                 | 6,00          | 8,00          | 107,00                   | 255/1           |
| <b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>                     | <b>240</b>  | <b>9,75</b>          | <b>9,31</b>   | <b>55,08</b>  | <b>342,95</b>            |                 |
| <b>УЖИН</b>                                             |             |                      |               |               |                          |                 |
| Тефтели рыбные в соусе                                  | 100         | 9,00                 | 5,00          | 9,00          | 120,00                   | 11/7/1          |
| Каша перловая вязкая с маслом сливочным                 | 200         | 7,00                 | 7,00          | 40,00         | 245,00                   | 10/4/1          |
| Соус молочный (для подачи к блюду)                      | 35          | 20,00                | 53,00         | 69,00         | 832,00                   | 1/11/1          |
| Хлеб пшеничный                                          | 15          | 1,00                 |               | 7,00          | 35,00                    |                 |
| Кофейный напиток                                        | 200         | 27,00                | 5,00          | 128,00        | 665,00                   |                 |
| <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>                                    | <b>550</b>  | <b>64,35</b>         | <b>69,73</b>  | <b>253,01</b> | <b>1896,86</b>           |                 |
| <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>                                    | <b>2013</b> | <b>115,00</b>        | <b>120,00</b> | <b>465,00</b> | <b>3397,00</b>           |                 |

Утверждаю:  
Руководитель



# **Меню приготавливаемых блюд** Возрастная категория: Ясли МБДОУ " Детский сад № 11"

26 Мая 2022г.

Приложение №12  
: СанПиН 2.3/2.4.3590-20

| Прием<br>пищи       | Наименование<br>блюда                                 | Вес<br>блюда | Пищевые вещества,г. |        |        | Энергет.<br>ценность<br>(ккал) | Номер<br>рецептуры |
|---------------------|-------------------------------------------------------|--------------|---------------------|--------|--------|--------------------------------|--------------------|
|                     |                                                       |              | Б                   | Ж      | У      |                                |                    |
|                     |                                                       |              |                     |        |        |                                |                    |
| ЗАВТРАК             |                                                       |              |                     |        |        |                                |                    |
|                     | Запеканка из творога с рисом                          | 100          | 15,00               | 11,00  | 22,00  | 252,00                         | 14/5/1             |
|                     | Соус молочный сладкий                                 | 30           | 26,00               | 54,00  | 163,00 | 1240,00                        | 2/11/1             |
|                     | Хлеб с маслом                                         | 19           | 2,00                | 4,00   | 15,00  | 103,00                         | 1/13/1             |
|                     | Кофейный напиток с молоком                            | 150          | 2,00                | 2,00   | 12,00  | 81,00                          | 13/10/1            |
|                     | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК                                      | 299          | 46,54               | 71,30  | 212,18 | 1676,36                        |                    |
| 10 ЧАСОВ            |                                                       |              |                     |        |        |                                |                    |
|                     | Напиток из шиповника                                  | 150          |                     |        | 16,00  | 68,00                          | 15/10/1            |
|                     | ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ                                     | 150          | 0,37                | 0,15   | 16,29  | 68,04                          |                    |
| ОБЕД                |                                                       |              |                     |        |        |                                |                    |
|                     | Свекольник со сметаной                                | 150          | 1,00                | 4,00   | 10,00  | 78,00                          | 5/2/1              |
|                     | Гуляш из отварного мяса говядины                      | 60           | 9,00                | 10,00  | 2,00   | 135,00                         | 12/8/1             |
|                     | Каша гречневая рассыпчатая с овощами                  | 120          | 7,00                | 6,00   | 33,00  | 218,00                         | 44/3/1             |
|                     | Салат из белокочаной капусты с растительным<br>маслом | 40           | 1,00                | 3,00   | 4,00   | 45,00                          | 3/1/1              |
|                     | 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                          |                    |
|                     | Компот из кураги и изюма                              | 150          |                     |        | 15,00  | 61,00                          | 4/10/1             |
|                     | ИТОГО ЗА ОБЕД                                         | 550          | 21,10               | 22,90  | 77,34  | 599,69                         |                    |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК |                                                       |              |                     |        |        |                                |                    |
|                     | Печенье                                               | 40           | 3,00                | 7,00   | 27,00  | 180,00                         |                    |
|                     | Йогурт                                                | 180          | 6,00                | 7,00   | 2,00   | 98,00                          |                    |
|                     | ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК                          | 220          | 8,86                | 13,92  | 29,38  | 278,24                         |                    |
| УЖИН                |                                                       |              |                     |        |        |                                |                    |
|                     | Суфле из печени                                       | 60           | 14,00               | 6,00   | 2,00   | 114,00                         | 35/8/1             |
|                     | Макаронные изделия отварные                           | 120          | 5,00                | 3,00   | 29,00  | 164,00                         | 43/3/1             |
|                     | Хлеб пшеничный                                        | 10           | 1,00                |        | 5,00   | 23,00                          |                    |
|                     | Какао с молоком                                       | 150          | 3,00                | 3,00   | 19,00  | 115,00                         | 14/10/1            |
|                     | ИТОГО ЗА УЖИН                                         | 340          | 22,42               | 11,99  | 54,42  | 415,29                         |                    |
|                     | ИТОГО ЗА ДЕНЬ                                         | 1559         | 99,00               | 120,00 | 390,00 | 3038,00                        |                    |

Утверждаю:

Руководитель

# **Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Детсад МБДОУ " Детский сад № 11"

Приложение №12

26 Мая 2022г.

: СанПиН 2.3/2.4.3590-20

| Прием<br>пищи       | Наименование блюда                                     | Вес<br>блюда | Пищевые вещества, г. |        |        | Энергет.<br>ценность<br>(ккал) | Номер<br>рецептуры |
|---------------------|--------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------|--------|--------------------------------|--------------------|
|                     |                                                        |              | Б                    | Ж      | У      |                                |                    |
| ЗАВТРАК             |                                                        |              |                      |        |        |                                |                    |
|                     | Запеканка из творога с рисом                           | 120          | 19,00                | 14,00  | 26,00  | 302,00                         | 14/5/1             |
|                     | Соус молочный сладкий                                  | 40           | 26,00                | 54,00  | 163,00 | 1240,00                        | 2/11/1             |
|                     | Хлеб с маслом                                          | 25           | 3,00                 | 8,00   | 20,00  | 160,00                         | 1/13/1             |
|                     | Кофейный напиток с молоком                             | 200          | 3,00                 | 3,00   | 16,00  | 106,00                         | 13/10/1            |
|                     | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК                                       | 385          | 51,18                | 78,27  | 224,58 | 1807,50                        |                    |
| 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                |                                                        |              |                      |        |        |                                |                    |
|                     | Свекольник со сметаной                                 | 200          | 2,00                 | 5,00   | 13,00  | 103,00                         | 5/2/1              |
|                     | Гуляш из отварного мяса говядины                       | 80           | 12,00                | 13,00  | 3,00   | 179,00                         | 12/8/1             |
|                     | Каша гречневая рассыпчатая с овощами                   | 150          | 9,00                 | 8,00   | 42,00  | 273,00                         | 44/3/1             |
|                     | Салат из белокочанной капусты с растительным<br>маслом | 60           | 1,00                 | 4,00   | 7,00   | 67,00                          | 3/1/1              |
|                     | 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                          |                    |
|                     | Компот из кураги и изюма                               | 200          |                      |        | 20,00  | 82,00                          | 4/10/1             |
|                     | ИТОГО ЗА ОБЕД                                          | 735          | 28,00                | 30,45  | 103,62 | 800,25                         |                    |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК |                                                        |              |                      |        |        |                                |                    |
|                     | Печенье                                                | 55           | 4,00                 | 9,00   | 38,00  | 248,00                         |                    |
|                     | Йогурт                                                 | 200          | 7,00                 | 8,00   | 2,00   | 109,00                         |                    |
|                     | ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК                           | 255          | 10,52                | 17,24  | 39,88  | 356,74                         |                    |
| УЖИН                |                                                        |              |                      |        |        |                                |                    |
|                     | Суфле из печени                                        | 80           | 19,00                | 7,00   | 3,00   | 151,00                         | 35/8/1             |
|                     | Макаронные изделия отварные                            | 150          | 6,00                 | 4,00   | 36,00  | 204,00                         | 43/3/1             |
|                     | Хлеб пшеничный                                         | 15           | 1,00                 |        | 7,00   | 35,00                          |                    |
|                     | Какао с молоком                                        | 200          | 4,00                 | 4,00   | 25,00  | 153,00                         | 14/10/1            |
|                     | ИТОГО ЗА УЖИН                                          | 445          | 29,63                | 15,71  | 70,82  | 542,99                         |                    |
|                     | ИТОГО ЗА ДЕНЬ                                          | 2020         | 120,00               | 142,00 | 461,00 | 3600,00                        |                    |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575790

Владелец Пшеницина Елена Николаевна

Действителен с 27.01.2022 по 27.01.2023