

Руководител

Наименование: 

Возрастная категория: Ясли МБДОУ " Детский сад № 11"

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							
	Макаронные изделия отварные	40	2,00	1,00	10,00	55,00	43/3/1
	Хлеб с маслом	19	2,00	4,00	15,00	103,00	1/13/1
	Кофейный напиток	150	20,00	4,00	96,00	499,00	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	209	23,97	8,74	120,76	657,54	
ОБЕД							
	Щи со свежей капустой со сметаной	150	1,00	2,00	5,00	45,00	6/2/1
	Гуляш из отварного мяса говядины	60	9,00	10,00	2,00	135,00	12/8/1
	Каша рисовая рассыпчатая	40	1,00	1,00	10,00	54,00	45/3/1
	Огурцы соленные	30			1,00	3,00	
	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	460	14,08	13,41	42,06	345,06	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Молоко кипяченое	180	4,00	5,00	7,00	89,00	255/1
	Ватрушка с повидлом	40	31,00	25,00	61,00	589,00	190301-
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	220	35,58	29,38	67,66	677,35	
УЖИН							
	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	150	5,00	5,00	26,00	170,00	11/4/1
	Хлеб пшеничный	10	1,00		5,00	23,00	
	Чай	150			8,00	32,00	10/10/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	310	6,00	5,18	38,65	225,19	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1199	80,00	57,00	269,00	1905,00	

Утверждаю:
Руководитель



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "Детский сад № 11"

10 Января 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							
	Макаронные изделия отварные	50	2,00	1,00	12,00	68,00	43/3/1
	Хлеб с маслом	25	3,00	8,00	20,00	160,00	1/13/1
	Кофейный напиток	180	24,00	5,00	115,00	599,00	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	255	29,12	13,52	147,06	826,46	
ОБЕД							
	Щи со свежей капустой со сметаной	200	2,00	3,00	7,00	59,00	6/2/1
	Гуляш из отварного мяса говядины	80	12,00	13,00	3,00	179,00	12/8/1
	Каша рисовая рассыпчатая	50	1,00	1,00	13,00	68,00	45/3/1
	Огурцы соленые	40			1,00	4,00	
	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	615	19,07	17,73	58,03	467,94	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Молоко кипяченое	200	5,00	6,00	8,00	107,00	255/1
	Ватрушка с повидлом	60	31,00	25,00	61,00	589,00	190301-
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	260	36,45	30,34	69,07	695,11	
УЖИН							
	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	7,00	7,00	34,00	226,00	11/4/1
	Хлеб пшеничный	15	1,00		7,00	35,00	
	Чай	200			10,00	40,00	10/10/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	415	8,13	6,91	51,69	301,49	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1545	93,00	69,00	326,00	2291,00	

Утверждаю:
Руководитель



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБДОУ " Детский сад № 11"

11 Января 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	100	18,00	10,00	14,00	218,00	9/5/1
	Кисель	15					139/1
	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	284	22,49	16,42	41,21	402,38	
ОБЕД							
	Борщ со сметаной	150	1,00	4,00	8,00	73,00	2/2/1
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	120	7,00	6,00	33,00	218,00	44/3/1
	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые	60	9,00	9,00	4,00	139,00	14/8/1
	Салат из белокочанной капусты с растительным	40	1,00	3,00	4,00	45,00	3/1/1
	маслом						
	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	550	20,81	22,43	74,64	583,43	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Сдоба обыкновенная	40	4,00	3,00	24,00	139,00	8/12/1
	Молоко кипяченое	150	4,00	5,00	7,00	89,00	255/1
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	190	8,18	7,83	31,27	228,24	
УЖИН							
	Каша молочная ассорти (пшенично-ячневая) с	150	5,00	5,00	22,00	151,00	19/4/1
	маслом сливочн						
	Хлеб пшеничный	10	1,00		5,00	23,00	
	Чай	150			8,00	32,00	10/10/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	310	5,41	5,01	34,97	206,63	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1334	57,00	52,00	182,00	1421,00	

Утверждаю
Руководитель



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ " Детский сад № 11"

11 Января 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	120	21,00	12,00	17,00	262,00	9/5/1
	Кисель	15					139/1
	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	360	27,58	22,91	52,77	527,65	
ОБЕД							
	Борщ со сметаной	200	2,00	5,00	11,00	97,00	2/2/1
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	9,00	8,00	42,00	273,00	44/3/1
	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые	80	12,00	13,00	6,00	186,00	14/8/1
	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 сухофруктов	200			15,00	61,00	6/10/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	735	27,63	29,85	100,05	779,04	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Сдоба обыкновенная	60	6,00	5,00	36,00	209,00	8/12/1
	Молоко кипяченое	160	5,00	6,00	8,00	107,00	255/1
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	220	10,97	10,31	44,82	315,87	
УЖИН							
	Каша молочная ассорти (пшенично-ячневая) с маслом сливочн	200	6,00	7,00	30,00	203,00	19/4/1
	Хлеб пшеничный	15	1,00		7,00	35,00	
	Чай	200			10,00	40,00	10/10/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	415	7,40	6,69	47,13	278,24	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1730	74,00	70,00	245,00	1901,00	

Утверждаю:
Руководитель



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

12 Января 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						
Суп молочный с лапшой	150	3,00	3,00	10,00	79,00	21/2/1
Хлеб с маслом и сыром	29	5,00	7,00	15,00	138,00	4/13/1
Кофейный напиток с молоком	150	2,00	2,00	12,00	81,00	13/10/1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	329	10,07	12,10	37,16	297,69	
ОБЕД						
Суп крестьянский с крупой и сметаной	150	1,00	4,00	8,00	73,00	31/2/1
Мясо говядины тушеное с овощами	120	11,00	11,00	13,00	193,00	3/8/1
Огурцы соленные	30			1,00	3,00	
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	480	14,63	15,10	46,02	378,23	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
Ватрушка с творогом	40	4,00	5,00	7,00	92,00	5/12/1
Молоко кипяченое	150	4,00	5,00	7,00	89,00	255/1
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	190	8,19	10,23	14,01	180,85	
УЖИН						
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150	2,00	5,00	7,00	79,00	7/4/1
Хлеб пшеничный	10	1,00		5,00	23,00	
Чай	150			8,00	32,00	10/10/1
ИТОГО ЗА УЖИН	310	2,99	4,67	20,27	134,99	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1309	36,00	42,00	117,00	992,00	

Утверждаю:
Руководитель



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

12 Января 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							
	Суп молочный с лапшой	200	4,00	4,00	13,00	105,00	21/2/1
	Хлеб с маслом и сыром	37	7,00	12,00	20,00	212,00	4/13/1
	Кофейный напиток с молоком	200	3,00	3,00	16,00	106,00	13/10/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	437	13,90	18,98	48,92	422,02	
ОБЕД							
	Суп крестьянский с крупой и сметаной	200	2,00	5,00	11,00	97,00	31/2/1
	Мясо говядины тушеное с овощами	150	13,00	15,00	16,00	249,00	3/8/1
	Огурцы соленые	40			1,00	4,00	
	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	635	18,98	20,01	62,83	507,13	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Ватрушка с творогом	60	6,00	9,00	12,00	151,00	5/12/1
	Молоко кипяченое	180	5,00	6,00	8,00	107,00	255/1
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	240	11,60	14,61	20,02	257,98	
УЖИН							
	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200	3,00	6,00	10,00	106,00	7/4/1
	Хлеб пшеничный	15	1,00		7,00	35,00	
	Чай	200			10,00	40,00	10/10/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	415	4,11	6,23	27,11	180,96	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1727	49,00	60,00	159,00	1368,00	

Руководитель

Возрастная категория: Ясли МБДОУ " Детский сад № 11"

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 геркулесовая молочная с маслом сливочным		150	5,00	6,00	23,00	168,00	8/4/1
Хлеб с маслом и сыром		26	5,00	7,00	15,00	138,00	4/13/1
Какао с молоком		150	3,00	3,00	19,00	115,00	14/10/1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		326	13,14	15,85	56,27	420,18	
ОБЕД							
Суп-пюре из картофеля		150	2,00	2,00	10,00	67,00	25/2/1
Гренки (сухарики)		80	7,00	1,00	47,00	225,00	34/1
Макаронные изделия отварные		120	5,00	3,00	29,00	164,00	43/3/1
Рыба тушеная с овощами		100	10,00	6,00	4,00	112,00	4/7/1
Салат из отварной свеклы с маслом растительным		40	1,00	3,00	3,00	46,00	20/1/1
Хлеб пшеничный		5			2,00	12,00	
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		660	26,32	15,94	112,70	699,40	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
Печенье		40	3,00	7,00	27,00	180,00	
Молоко кипяченое		150	4,00	5,00	7,00	89,00	255/1
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		190	6,91	11,52	34,45	269,12	
УЖИН							
Рагу из овощей		120	2,00	3,00	12,00	87,00	18/3/1
Хлеб пшеничный		10	1,00		5,00	23,00	
Чай		150			8,00	32,00	10/10/1
ИТОГО ЗА УЖИН		280	2,78	3,55	24,93	142,83	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1456	49,00	47,00	228,00	1532,00	

Руководители

[illegible]

Возрастная категория: Детсад МБДОУ " Детский сад № 11"

: СанПиН 2.3/2.4.3590-20

13 Января 2022г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	Номер рецептуры
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200	7,00	8,00	30,00	223,00	8/4/1
	Хлеб с маслом и сыром	33	7,00	12,00	20,00	212,00	4/13/1
	Какао с молоком	200	4,00	4,00	25,00	153,00	14/10/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	433	17,98	23,93	75,05	587,40	
ОБЕД							
	Суп-пюре из картофеля	200	3,00	3,00	13,00	89,00	25/2/1
	Гренки (сухарики)	100	9,00	1,00	59,00	281,00	34/1
	Макаронные изделия отварные	150	6,00	4,00	36,00	204,00	43/3/1
	Рыба тушеная с овощами	120	12,00	7,00	5,00	135,00	4/7/1
	Салат из отварной свеклы с маслом растительным	60	1,00	5,00	5,00	70,00	20/1/1
	Хлеб пшеничный	5			2,00	12,00	
	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	860	33,04	20,80	145,44	900,85	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Печенье	50	3,00	8,00	34,00	225,00	
	Молоко кипяченое	180	5,00	6,00	8,00	107,00	255/1
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	230	8,42	14,16	42,71	331,96	
УЖИН							
	Рагу из овощей	150	3,00	4,00	15,00	109,00	18/3/1
	Хлеб пшеничный	15	1,00		7,00	35,00	
	Чай	200			10,00	40,00	10/10/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	365	3,70	4,46	32,40	184,39	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1888	63,00	63,00	296,00	2005,00	

«Детский суд № 11»

14 Января 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 с зеленым горошком (запеченный)	60	5,00	4,00	3,00	65,00	3/6/1
	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	229	9,48	9,93	30,66	249,77	
10 ЧАСОВ							
	Банан	112	2,00	1,00	24,00	106,00	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	112	1,68	0,56	23,52	105,84	
ОБЕД							
	Суп картофельный с бобовыми	150	3,00	3,00	13,00	97,00	17/2/1
	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	130	9,00	11,00	9,00	174,00	31/8/1
	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	460	15,25	14,97	45,98	379,63	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Печенье	40	3,00	7,00	27,00	180,00	
	Молоко кипяченое	150	4,00	5,00	7,00	89,00	255/1
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	190	6,91	11,52	34,45	269,12	
УЖИН							
	Каша гречневая с молоком	150	5,00	3,00	18,00	124,00	1/4/1
	Хлеб пшеничный	10	1,00		5,00	23,00	
	Чай	150			8,00	32,00	10/10/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	310	6,25	3,35	31,21	179,89	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1301	40,00	40,00	166,00	1184,00	

Утверждаю:
Руководитель



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "Детский сад № 11"

14 Января 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 с зеленым горошком (запеченный)	80	6,00	5,00	4,00	90,00	3/6/1
	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	305	12,68	15,99	40,24	355,58	
10 ЧАСОВ							
	Банан	112	2,00	1,00	24,00	106,00	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	112	1,68	0,56	23,52	105,84	
ОБЕД							
	Суп картофельный с бобовыми	200	5,00	5,00	17,00	129,00	17/2/1
	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	150	11,00	13,00	10,00	201,00	31/8/1
	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	595	18,95	17,97	62,26	486,41	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Печенье	50	3,00	8,00	34,00	225,00	
	Молоко кипяченое	180	5,00	6,00	8,00	107,00	255/1
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	230	8,42	14,16	42,71	331,96	
УЖИН							
	Каша гречневая с молоком	200	7,00	4,00	25,00	167,00	1/4/1
	Хлеб пшеничный	15	1,00		7,00	35,00	
	Чай	200			10,00	40,00	10/10/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	415	8,49	4,49	41,95	242,12	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1657	50,00	53,00	211,00	1522,00	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575790

Владелец Пшеницина Елена Николаевна

Действителен с 27.01.2022 по 27.01.2023