

Утверждаю:
Руководитель



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБДОУ "Детский сад № 11"

17 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 запеченый или паровой	60	6,00	9,00	1,00	111,00	2/6/1
	Хлеб с маслом и сыром	28	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	238	14,30	18,50	34,88	363,00	
ОБЕД							
	Щи со свежей капустой со сметаной	150	1,00	2,00	5,00	45,00	6/2/1
	Плов из отварного мяса говядины	180	14,00	15,00	34,00	327,00	5/8/1
	Салат из белокочанной капусты с растительным	40	1,00	3,00	4,00	45,00	3/1/1
	маслом						
	Соус молочный (для подачи к блюду)	30	20,00	53,00	69,00	832,00	1/11/1
	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	580	38,85	73,01	136,30	1357,43	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Молоко кипяченое	150	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	190	35,58	29,38	67,66	677,35	
УЖИН							
	Запеканка из творога	100	18,00	10,00	14,00	218,00	9/5/1
	Кисель	15					139/1
	Хлеб пшеничный	5			2,00	12,00	
	Чай	150			8,00	32,00	10/10/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	270	18,20	10,16	24,36	261,55	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1278	107,00	131,00	263,00	2659,00	

даю:
итель

«Детский сад № 11»

Наименов

Возрастная категория: Детсад МБДОУ " Детский сад № 11"

17 Января 2022г.

: СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	Номер рецептуры
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
	Омлет запеченный или паровой	80	8,00	12,00	2,00	147,00	2/6/1
	Хлеб с маслом и сыром	36	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	316	19,50	27,46	46,51	511,17	
ОБЕД							
	Щи со свежей капустой со сметаной	200	2,00	3,00	7,00	59,00	6/2/1
	Плов из отварного мяса говядины	250	20,00	21,00	48,00	456,00	5/8/1
	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом	60	1,00	4,00	7,00	67,00	3/1/1
	Соус молочный (для подачи к блюду)	40	20,00	53,00	69,00	832,00	1/11/1
	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	795	46,17	81,05	164,02	1570,04	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Молоко кипяченое	180	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	240	36,45	30,34	69,07	695,11	
УЖИН							
	Запеканка из творога	120	21,00	12,00	17,00	262,00	9/5/1
	Кисель	17					139/1
	Хлеб пшеничный	10	1,00		5,00	23,00	
	Чай	200			10,00	40,00	10/10/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	347	22,09	12,18	31,91	325,67	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1698	124,00	151,00	312,00	3102,00	

Руководитель

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ " Детский сад № 11"

18 Января 2022г.

Приложение №12
: СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	Номер рецептуры
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
	Суп картофельный с рыбой	200	8,00	5,00	14,00	130,00	19/2/1
	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	405	34,93	16,75	149,44	888,20	
10 ЧАСОВ							
	Яблоки	183	1,00	1,00	18,00	81,00	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	183	0,73	0,73	17,93	81,25	
ОБЕД							
	Суп картофельный с бобовыми	200	5,00	5,00	17,00	129,00	17/2/1
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	9,00	8,00	42,00	273,00	44/3/1
	Гуляш из отварного мяса говядины	80	12,00	13,00	3,00	179,00	12/8/1
	Салат из отварной свеклы с маслом растительным	60	1,00	5,00	5,00	70,00	20/1/1
	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	30,46	31,06	101,64	807,71	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Сырники из творога	100	18,00	11,00	22,00	259,00	6/5/1
	Повидло	15			10,00	39,00	
	Молоко кипяченое	180	5,00	6,00	8,00	107,00	255/1
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	295	23,50	16,50	40,57	404,75	
УЖИН							
	Каша пшенная 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	2033	98,00	72,00	361,00	2483,00	

«Детский сад № 11»

84.

19 Января 2022г.

: 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	20					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	365	27,58	22,91	52,77	527,65	
10 ЧАСОВ							
	Яблоки	191	1,00	1,00	19,00	85,00	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	191	0,76	0,76	18,72	84,80	
ОБЕД							
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,00	1,00	13,00	72,00	18/2/1
	Капуста тушеная	150	4,00	3,00	15,00	104,00	8/3/1
	Мясо кур отварное в соусе	100	13,00	15,00	2,00	195,00	2/9/1
	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	695	22,12	19,93	65,06	527,97	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Пряник	10	1,00		8,00	37,00	
	Молоко кипяченое	180	5,00	6,00	8,00	107,00	255/1
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	190	5,81	6,23	15,96	143,15	
УЖИН							
	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	6,00	6,00	30,00	196,00	5/4/1
	Хлеб пшеничный	10	1,00		5,00	23,00	
	Чай	200			10,00	40,00	10/10/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	410	6,45	5,87	45,14	259,20	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1851	63,00	56,00	198,00	1543,00	

Утверждаю:
Руководитель



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ " Детский сад № 11"

20 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						
	Суфле из рыбы	80	14,00	4,00	3,00	105,00	14/7/1
	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	317	24,04	18,96	38,92	422,43	
	ОБЕД						
	Рассольник со сметаной	200	2,00	3,00	10,00	74,00	9/2/1
	Макаронные изделия отварные	150	6,00	4,00	36,00	204,00	43/3/1
	Огурцы соленые	45			1,00	5,00	
	Мясо кур отварное в соусе	100	13,00	15,00	2,00	195,00	2/9/1
	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	740	24,00	22,72	83,58	634,73	
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
	Пряник	70	4,00	3,00	53,00	256,00	
	Молоко кипяченое	180	5,00	6,00	8,00	107,00	255/1
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	250	9,35	9,05	60,96	362,69	
	УЖИН						
	Каша гречневая с молоком	200	7,00	4,00	25,00	167,00	1/4/1
	Хлеб пшеничный	10	1,00		5,00	23,00	
	Чай	200			10,00	40,00	10/10/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	410	8,11	4,45	39,49	230,40	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1717	66,00	55,00	223,00	1650,00	

Утверждаю:
Руководитель



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ " Детский сад № 11"

21 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							
	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200	7,00	8,00	30,00	223,00	8/4/1
	Хлеб с маслом и сыром	39	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	439	17,03	23,23	65,84	540,48	
ОБЕД							
	Борщ со сметаной	200	2,00	5,00	11,00	97,00	2/2/1
	Каша рисовая рассыпчатая	200	5,00	4,00	52,00	268,00	45/3/1
	Мясо кур отварное в соусе	195	13,00	15,00	2,00	195,00	2/9/1
	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	900	24,31	28,74	107,14	784,12	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1339	41,00	52,00	173,00	1325,00	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575790

Владелец Пшеницина Елена Николаевна

Действителен с 27.01.2022 по 27.01.2023