

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							
	<i>Омлет запеченый или паровой</i>	60	6,00	9,00	1,00	111,00	2/6/1
	<i>Горошек зеленый</i>	30	3,00	2,00	5,00	53,00	1/1/1
	<i>Хлеб с маслом</i>	19	2,00	4,00	15,00	103,00	1/13/1
	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	150	2,00	2,00	12,00	81,00	13/10/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	259	13,97	17,61	33,48	348,05	
ОБЕД							
	<i>Борщ со сметаной</i>	150	1,00	4,00	8,00	73,00	2/2/1
	<i>Каша рисовая рассыпчатая</i>	150	4,00	3,00	39,00	202,00	45/3/1
	<i>Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые</i>	60	9,00	9,00	4,00	139,00	14/8/1
	<i>Морковь тушеная</i>	40	2,00	5,00	11,00	101,00	10/3/1
	<i>Хлеб пшеничный</i>	15	1,00		7,00	35,00	
	<i>Хлеб ржаной</i>	10	1,00		3,00	17,00	
	<i>Хлеб ржаной витаминизированный</i>	5			2,00	12,00	
	<i>Компот из сухофруктов</i>	150			11,00	45,00	6/10/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	580	18,36	22,30	87,51	624,02	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	<i>Сдоба обыкновенная</i>	40	4,00	3,00	24,00	139,00	8/12/1
	<i>Молоко кипяченое</i>	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							
	<i>Каша ячневая молочная с маслом сливочным</i>	150	5,00	4,00	25,00	161,00	14/4/1
	<i>Хлеб пшеничный</i>	10	1,00		5,00	23,00	
	<i>Чай</i>	150			8,00	32,00	10/10/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	310	5,55	4,58	38,23	216,31	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1339	46,00	52,00	190,00	1417,00	

Руководитель



1 Февраля 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							
	Омлет запеченный или паровой	80	8,00	12,00	2,00	147,00	2/6/1
	Горошек зеленый	40	4,00	3,00	7,00	70,00	1/1/1
	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	345	18,63	25,83	43,99	483,00	
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
	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые	80	12,00	13,00	6,00	186,00	14/8/1
	Морковь тушенная	60	2,00	7,00	14,00	126,00	10/3/1
	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	785	24,72	29,10	118,46	834,29	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Сдоба обыкновенная	60	6,00	5,00	36,00	209,00	8/12/1
	Молоко кипяченое	180	5,00	6,00	8,00	107,00	255/1
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	240	10,97	10,31	44,82	315,87	
УЖИН							
	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200	6,00	6,00	34,00	214,00	14/4/1
	Хлеб пшеничный	15	1,00		7,00	35,00	
	Чай	200			10,00	40,00	10/10/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	415	7,53	6,11	51,13	289,65	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1785	62,00	71,00	258,00	1923,00	

Утверждаю:
Руководитель



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБДОУ " Детский сад № 11"

2 Февраля 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	17					139/1
	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
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	286	23,21	16,95	47,63	435,70	
ОБЕД							
	Щи со свежей капустой со сметаной	150	1,00	2,00	5,00	45,00	6/2/1
	Рыба тушеная с овощами	100	10,00	6,00	4,00	112,00	4/7/1
	Картофельное пюре	120	3,00	4,00	18,00	117,00	3/3/1
	Огурцы соленые	30			1,00	3,00	
	Хлеб пшеничный	10	1,00		5,00	23,00	
	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	575	16,36	12,26	49,74	374,70	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Пирожок печеный из дрожжевого теста с капустой	40	3,00	3,00	13,00	87,00	-
	Молоко кипяченое	150	4,00	5,00	7,00	89,00	255/1
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	190	7,21	7,56	19,71	175,77	
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	1361	53,00	40,00	148,00	1166,00	

«Детский сад № 11»
Наименование

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ " Детский сад № 11"

2 Февраля 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							
	<i>Запеканка из творога</i>	120	21,00	12,00	17,00	262,00	9/5/1
	<i>Кисель</i>	17					139/1
	<i>Хлеб с маслом</i>	25	3,00	8,00	20,00	160,00	1/13/1
	<i>Какао с молоком</i>	200	4,00	4,00	25,00	153,00	14/10/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	362	28,53	23,61	61,98	574,57	
ОБЕД							
	<i>Щи со свежей капустой со сметаной</i>	200	2,00	3,00	7,00	59,00	6/2/1
	<i>Рыба тушеная с овощами</i>	120	12,00	7,00	5,00	135,00	4/7/1
	<i>Картофельное пюре</i>	150	3,00	5,00	23,00	147,00	3/3/1
	<i>Огурцы соленые</i>	40			1,00	4,00	
	<i>Хлеб пшеничный</i>	20	2,00		10,00	47,00	
	<i>Хлеб ржаной</i>	15	1,00		5,00	26,00	
	<i>Хлеб ржаной витаминизированный</i>	10	1,00		5,00	23,00	
	<i>Компот из сухофруктов</i>	200			15,00	61,00	6/10/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	755	21,09	15,35	69,98	502,21	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	<i>Пирожок печеный из дрожжевого теста с капустой</i>	70	6,00	5,00	25,00	172,00	-
	<i>Молоко кипяченое</i>	180	5,00	6,00	8,00	107,00	255/1
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	250	10,88	11,13	33,83	278,83	
УЖИН							
	<i>Каша гречневая с молоком</i>	180	7,00	4,00	25,00	167,00	1/4/1
	<i>Хлеб пшеничный</i>	15	1,00		7,00	35,00	
	<i>Чай</i>	200			10,00	40,00	10/10/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	395	8,49	4,49	41,95	242,12	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1762	69,00	55,00	208,00	1598,00	

Утверждаю:
Руководитель



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБДОУ " Детский сад № 11"

3 Февраля 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		150	5,00	6,00	23,00	168,00	8/4/1
Хлеб с маслом и сыром		29	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		329	13,14	15,85	56,27	420,18	
10 ЧАСОВ							
Яблоки		120			12,00	53,00	
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ		120	0,48	0,48	11,76	53,28	
ОБЕД							
Суп-пюре из картофеля		150	2,00	2,00	10,00	67,00	25/2/1
Гренки (сухарики)		40	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
Гуляш из отварного мяса говядины		60	9,00	10,00	2,00	135,00	12/8/1
Салат из отварной свеклы с маслом растительным		40	1,00	3,00	3,00	46,00	20/1/1
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 сухофруктов		150			11,00	45,00	6/10/1
ИТОГО ЗА ОБЕД		590	26,04	20,02	115,25	745,13	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
Пряник		50	3,00	2,00	38,00	183,00	
Молоко кипяченое		150	4,00	5,00	7,00	89,00	255/1
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		200	7,30	7,15	44,55	271,75	
УЖИН							
Омлет запеченый или паровой		60	6,00	9,00	1,00	111,00	2/6/1
Салат из моркови с маслом растительным		40		3,00	4,00	44,00	10/1/1
Хлеб пшеничный		10	1,00		5,00	23,00	
Чай		150			8,00	32,00	10/10/1
ИТОГО ЗА УЖИН		260	7,51	11,83	18,55	210,50	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1499	54,00	55,00	246,00	1701,00	

Утверждаю:
Руководитель



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "Детский сад № 11"

3 Февраля 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		37	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		437	17,98	23,93	75,05	587,40	
10 ЧАСОВ							
Яблоки		120			12,00	53,00	
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ		120	0,48	0,48	11,76	53,28	
ОБЕД							
Суп-пюре из картофеля		200	3,00	3,00	13,00	89,00	25/2/1
Гренки (сухарики)		50	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
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		785	34,17	26,98	150,29	980,53	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
Пряник		60	4,00	3,00	45,00	220,00	
Молоко кипяченое		180	5,00	6,00	8,00	107,00	255/1
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		240	8,76	8,58	53,46	326,10	
УЖИН							
Омлет запеченный или паровой		80	8,00	12,00	2,00	147,00	2/6/1
Салат из моркови с маслом растительным		60	1,00	4,00	7,00	66,00	10/1/1
Хлеб пшеничный		15	1,00		7,00	35,00	
Чай		200			10,00	40,00	10/10/1
ИТОГО ЗА УЖИН		355	10,19	16,13	25,62	288,44	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1937	72,00	76,00	316,00	2236,00	

Утверждаю:
Руководитель



Меню приготавливаемых блюд

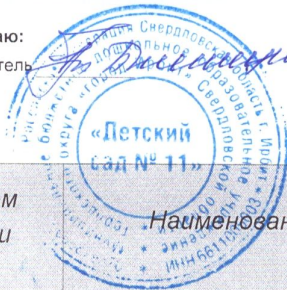
Возрастная категория: Ясли МБДОУ " Детский сад № 11"

4 Февраля 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	150	4,00	4,00	23,00	147,00	5/4/1
	Хлеб с маслом и сыром	28	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	328	11,56	13,31	49,97	365,83	
ОБЕД							
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,00	1,00	10,00	54,00	18/2/1
	Капуста тушеная	120	3,00	3,00	12,00	83,00	8/3/1
	Гуляш из мяса говядины	60	9,00	10,00	3,00	138,00	11/8/1
	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	510	16,21	13,80	48,82	384,16	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Батон нарезной	40	3,00	1,00	20,00	103,00	
	Повидло	20			13,00	52,00	
	Молоко кипяченое	150	4,00	5,00	7,00	89,00	255/1
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	210	7,51	6,00	40,09	244,40	
УЖИН							
	Картофель в молоке	120	3,00	3,00	16,00	102,00	2/3/1
	Хлеб пшеничный	10	1,00		5,00	23,00	
	Чай	150			8,00	32,00	10/10/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	280	3,52	3,26	28,56	157,63	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1328	39,00	36,00	167,00	1152,00	

Утверждаю:
Руководитель



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "Детский сад № 11"

4 Февраля 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
	Хлеб с маслом и сыром	36	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	436	15,89	20,59	66,00	512,87	
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
	Гуляш из мяса говядины	70	11,00	12,00	3,00	161,00	11/8/1
	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	665	20,17	16,58	66,15	494,34	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Батон нарезной	45	3,00	1,00	23,00	116,00	
	Повидло	30			20,00	78,00	
	Молоко кипяченое	180	5,00	6,00	8,00	107,00	255/1
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	255	8,81	7,11	50,51	301,23	
УЖИН							
	Картофель в молоке	150	3,00	4,00	20,00	128,00	2/3/1
	Хлеб пшеничный	15	1,00		7,00	35,00	
	Чай	200			10,00	40,00	10/10/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	365	4,61	4,12	37,03	203,59	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1721	49,00	48,00	220,00	1512,00	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575790

Владелец Пшеницина Елена Николаевна

Действителен с 27.01.2022 по 27.01.2023