

Утверждаю:
Руководитель



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБДОУ " Детский сад № 11"

7 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							
	Суп молочный с лапшой	150	3,00	3,00	10,00	79,00	21/2/1
	Хлеб с маслом и сыром	27	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	327	10,79	12,63	43,58	331,01	
ОБЕД							
	Суп картофельный с бобовыми	150	3,00	3,00	13,00	97,00	17/2/1
	Плов из отварного мяса говядины	150	14,00	15,00	34,00	327,00	5/8/1
	Соус молочный (для подачи к блюду)	30	20,00	53,00	69,00	832,00	1/11/1
	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 сухофруктов	150			11,00	45,00	6/10/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	550	41,05	74,21	144,47	1409,85	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Вафли	30	1,00	1,00	23,00	105,00	
	Молоко кипяченое	150	4,00	5,00	7,00	89,00	255/1
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	180	5,19	5,79	30,24	193,83	
УЖИН							
	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	5,00	4,00	25,00	161,00	14/4/1
	Хлеб пшеничный	10	1,00		5,00	23,00	
	Чай	150			8,00	32,00	10/10/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	310	5,55	4,58	38,23	216,31	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1367	63,00	97,00	257,00	2151,00	

Утверждаю:
Руководитель



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

7 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							
	Суп молочный с лапшой	200	4,00	4,00	13,00	105,00	21/2/1
	Хлеб с маслом и сыром	34	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	434	14,85	19,68	58,13	468,94	
ОБЕД							
	Суп картофельный с бобовыми	200	5,00	5,00	17,00	129,00	17/2/1
	Плов из отварного мяса говядины	180	20,00	21,00	48,00	456,00	5/8/1
	Соус молочный (для подачи к блюду)	40	20,00	53,00	69,00	832,00	1/11/1
	Салат из белокочанной капусты с растительным	60	1,00	4,00	7,00	67,00	3/1/1
	маслом						
	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	725	49,10	82,71	174,83	1639,91	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Вафли	40	1,00	1,00	31,00	140,00	
	Молоко кипяченое	180	5,00	6,00	8,00	107,00	255/1
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	220	6,34	7,08	39,38	246,60	
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	1794	78,00	116,00	323,00	2645,00	

«Детский сад № 11»

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							
	Запеканка из творога	110	18,00	10,00	14,00	218,00	9/5/1
	Кисель	18					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	297	22,49	16,42	41,21	402,38	
ОБЕД							
	Борщ со сметаной	150	1,00	4,00	8,00	73,00	2/2/1
	Суфле из рыбы	60	10,00	3,00	2,00	79,00	14/7/1
	Картофельное пюре	120	3,00	4,00	18,00	117,00	3/3/1
	Огурцы соленые	30			1,00	3,00	
	Хлеб пшеничный	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	540	16,94	11,06	53,60	381,51	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Ватрушка со сметаной	40	3,00	5,00	18,00	132,00	6/12/1
	Молоко кипяченое	150	4,00	5,00	7,00	89,00	255/1
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	190	7,56	9,94	25,22	220,49	
УЖИН							
	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	5,00	5,00	26,00	170,00	11/4/1
	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	350	6,47	7,92	43,13	269,58	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1377	53,00	45,00	163,00	1274,00	

Утверждаю:

Руководитель



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ " Детский сад № 11"

8 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		130	21,00	12,00	17,00	262,00	9/5/1
Кисель		18					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		373	27,58	22,91	52,77	527,65	
ОБЕД							
Борщ со сметаной		200	2,00	5,00	11,00	97,00	2/2/1
Суфле из рыбы		80	14,00	4,00	3,00	105,00	14/7/1
Картофельное пюре		150	3,00	5,00	23,00	147,00	3/3/1
Огурцы соленые		45			1,00	5,00	
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		720	22,82	14,42	72,57	511,06	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
Ватрушка со сметаной		60	6,00	9,00	34,00	243,00	6/12/1
Молоко кипяченое		180	5,00	6,00	8,00	107,00	255/1
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		240	11,21	15,11	42,18	349,38	
УЖИН							
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным		200	7,00	7,00	34,00	226,00	11/4/1
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		475	8,83	10,96	58,41	367,63	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1808	70,00	63,00	226,00	1756,00	

«Детский сад № 11»

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
	Кофейный напиток с молоком	150	2,00	2,00	12,00	81,00	13/10/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	326	12,42	15,32	49,85	386,86	
	10 ЧАСОВ						
	Банан	141	2,00	1,00	30,00	133,00	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	141	2,12	0,71	29,61	133,25	
	ОБЕД						
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,00	1,00	10,00	54,00	18/2/1
	Рагу из овощей	120	2,00	3,00	12,00	87,00	18/3/1
	Мясо кур отварное (порц, без кости)	50	13,00	13,00		165,00	1/9/1
	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	500	18,40	17,44	46,18	415,37	
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
	Гребешок или рогалик с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста	60	19,00	16,00	39,00	371,00	417/0
	Молоко кипяченое	150	4,00	5,00	7,00	89,00	255/1
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	210	23,07	20,36	46,03	459,69	
	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	1437	64,00	66,00	190,00	1606,00	

«Детский сад № 11»

Возрастная категория: Детсад МБДОУ " Детский сад № 11"

Приложение №12

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		34	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		434	17,03	23,23	65,84	540,48	
10 ЧАСОВ							
Банан		141	2,00	1,00	30,00	133,00	
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ		141	2,12	0,71	29,61	133,25	
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 (порц, без кости)		80	20,00	20,00		263,00	1/9/1
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		675	28,04	26,33	63,11	601,47	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
Гребешок или рогалик с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста		70	19,00	16,00	45,00	396,00	417/0
Молоко кипяченое		180	5,00	6,00	8,00	107,00	255/1
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		250	24,20	21,43	53,17	502,21	
УЖИН							
Омлет запеченый 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		1855	82,00	88,00	237,00	2066,00	

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							
	Суфле из рыбы	60	10,00	3,00	2,00	79,00	14/7/1
	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	15,03	9,47	29,70	263,94	
10 ЧАСОВ							
	Сок	100	1,00		10,00	43,00	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,50	0,10	10,10	43,30	
ОБЕД							
	Щи со свежей капустой со сметаной	150	1,00	2,00	5,00	45,00	6/2/1
	Макаронные изделия отварные	120	5,00	3,00	29,00	164,00	43/3/1
	Мясо кур отварное в соусе	80	10,00	12,00	2,00	156,00	2/9/1
	Салат из отварной свеклы с маслом	40	1,00	3,00	3,00	46,00	20/1/1
	растительным						
	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	570	19,02	21,20	63,00	518,77	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Сдоба обыкновенная	40	4,00	3,00	24,00	139,00	8/12/1
	Йогурт	160	6,00	6,00	2,00	87,00	
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	200	9,43	9,43	25,98	226,48	
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	1409	50,00	44,00	160,00	1232,00	

Руководитель

«Детский
сзд № 11»

Наименование

Возрастная категория: Детсад 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							
	Суфле из рыбы	80	14,00	4,00	3,00	105,00	14/7/1
	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	20,09	14,97	38,92	370,74	
10 ЧАСОВ							
	Сок	120	1,00		12,00	52,00	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	120	0,60	0,12	12,12	51,96	
ОБЕД							
	Щи со свежей капустой со сметаной	200	2,00	3,00	7,00	59,00	6/2/1
	Макаронные изделия отварные	150	6,00	4,00	36,00	204,00	43/3/1
	Мясо кур отварное в соусе	100	13,00	15,00	2,00	195,00	2/9/1
	Салат из отварной свеклы с маслом	60	1,00	5,00	5,00	70,00	20/1/1
	растительным						
	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	755	24,59	27,65	84,35	684,40	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Сдоба обыкновенная	60	6,00	5,00	36,00	209,00	8/12/1
	Йогурт	180	6,00	7,00	2,00	98,00	
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	240	12,05	11,75	38,34	307,23	
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	1835	66,00	59,00	216,00	1656,00	

Утверждаю:
Руководитель



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБДОУ " Детский сад № 11"

11 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	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	319	8,93	10,65	49,97	331,37	
ОБЕД							
	Рассольник со сметаной	150	1,00	2,00	8,00	56,00	9/2/1
	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	100	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	430	13,00	13,83	40,52	338,49	
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							
	Суп картофельный с рыбой	150	6,00	4,00	11,00	98,00	19/2/1
	Хлеб пшеничный	10	1,00		5,00	23,00	
	Чай	150			8,00	32,00	10/10/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	310	6,60	3,60	23,59	153,15	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1249	36,00	36,00	134,00	999,00	

Утверждаю:
Руководитель



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

11 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		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		425	11,94	16,60	66,00	461,18	
ОБЕД							
Рассольник со сметаной		200	2,00	3,00	10,00	74,00	9/2/1
Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)		120	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		565	15,96	16,39	55,10	431,76	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
Пирожок печеный из дрожжевого теста с капустой		70	6,00	5,00	25,00	172,00	-
Молоко кипяченое		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							
Суп картофельный с рыбой		200	8,00	5,00	14,00	130,00	19/2/1
Хлеб пшеничный		15	1,00		7,00	35,00	
Чай		200			10,00	40,00	10/10/1
ИТОГО ЗА УЖИН		415	8,87	4,81	31,62	205,21	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1655	48,00	49,00	187,00	1377,00	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575790

Владелец Пшеницина Елена Николаевна

Действителен с 27.01.2022 по 27.01.2023