

верждаю
Ководитель

«Детский сад № 11»

Прием
пищ

Наимен

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 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	150			8,00	32,00	10/10/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	322	12,19	12,97	48,42	359,08	
10 ЧАСОВ							
	Сок	90			9,00	39,00	
	Банан	130	2,00	1,00	27,00	123,00	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	220	2,40	0,74	36,39	161,82	
ОБЕД							
	Щи со свежей капустой со сметаной	150	1,00	2,00	5,00	45,00	6/2/1
	Печень по-строгановски	50	11,00	12,00	2,00	162,00	9/8/1
	Картофельное пюре	100	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 кураги и изюма	150			15,00	61,00	4/10/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	510	17,20	18,56	54,02	451,76	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Полоска песочная с повидлом	50	24,00	37,00	52,00	638,00	491/1
	Молоко кипяченое	180	4,00	5,00	7,00	89,00	255/1
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	230	28,75	41,79	58,85	726,39	
УЖИН							
	Тефтели рыбные с рисом в соусе	100	10,00	4,00	10,00	110,00	12/7/1
	Соус молочный (для подачи к блюду)	15	20,00	53,00	69,00	832,00	1/11/1
	Хлеб пшеничный	5			2,00	12,00	
	Кофейный напиток	180	24,00	5,00	115,00	599,00	
	ИТОГО ЗА УЖИН	300	54,60	61,09	195,95	1551,92	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1582	115,00	135,00	394,00	3251,00	

Утверждаю:
Руководитель



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

1 Марта 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 ячневая молочная с маслом сливочным	200	6,00	6,00	34,00	214,00	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	200			10,00	40,00	10/10/1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	428	14,59	18,16	63,84	477,18	
10 ЧАСОВ						
Сок	110	1,00		11,00	48,00	
Банан	130	2,00	1,00	27,00	123,00	
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	240	2,50	0,76	38,41	170,48	
ОБЕД						
Щи со свежей капустой со сметаной	200	2,00	3,00	7,00	59,00	6/2/1
Печень по-строгановски	65	16,00	19,00	4,00	249,00	9/8/1
Картофельное пюре	120	3,00	5,00	23,00	147,00	3/3/1
Огурцы соленные	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 кураги и изюма	200			20,00	82,00	4/10/1
ИТОГО ЗА ОБЕД	670	24,97	27,09	73,47	637,35	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
Полоска песочная с повидлом	60	25,00	37,00	63,00	687,00	491/1
Молоко кипяченое	200	5,00	6,00	8,00	107,00	255/1
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	260	30,18	42,81	71,94	793,71	
УЖИН						
Тефтели рыбные с рисом в соусе	130	13,00	5,00	12,00	143,00	12/7/1
Соус молочный (для подачи к блюду)	15	20,00	53,00	69,00	832,00	1/11/1
Хлеб пшеничный	10	1,00		5,00	23,00	
Кофейный напиток	200	27,00	5,00	128,00	665,00	
ИТОГО ЗА УЖИН	355	60,57	62,76	214,03	1663,26	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1953	133,00	152,00	462,00	3742,00	

Утверждаю:
Руководитель



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

3 Марта 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
Икра кабачковая		40	1,00	4,00	3,00	47,00	
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		269	11,71	18,87	31,54	342,62	
10 ЧАСОВ							
Сок		100	1,00		10,00	43,00	
Яблоки		80			8,00	36,00	
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ		180	0,82	0,42	17,94	78,82	
ОБЕД							
Щи со свежей капустой со сметаной		150	1,00	2,00	5,00	45,00	6/2/1
Мясо кур отварное в соусе		80	10,00	12,00	2,00	156,00	2/9/1
Каша гречневая рассыпчатая с овощами		120	7,00	6,00	33,00	218,00	44/3/1
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 кураги и изюма		150			15,00	61,00	4/10/1
ИТОГО ЗА ОБЕД		530	21,27	20,60	67,98	542,31	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
Йогурт		180	6,00	7,00	2,00	98,00	
Печенье		40	3,00	7,00	27,00	180,00	
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		100	5,00	3,00	29,00	164,00	43/3/1
Хлеб пшеничный		5			2,00	12,00	
Какао с молоком		150	3,00	3,00	19,00	115,00	14/10/1
ИТОГО ЗА УЖИН		315	22,04	11,95	51,96	403,57	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1514	65,00	66,00	199,00	1646,00	

Утверждаю:
Руководитель



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

3 Марта 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	80	8,00	12,00	2,00	147,00	2/6/1
	Икра кабачковая	50	1,00	4,00	4,00	59,00	
	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	355	15,55	27,22	41,15	471,81	
10 ЧАСОВ							
	Сок	110	1,00		11,00	48,00	
	Яблоки	80			8,00	36,00	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	190	0,87	0,43	18,95	83,15	
ОБЕД							
	Щи со свежей капустой со сметаной	200	2,00	3,00	7,00	59,00	6/2/1
	Мясо кур отварное в соусе	100	13,00	15,00	2,00	195,00	2/9/1
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	9,00	8,00	42,00	273,00	44/3/1
	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 кураги и изюма	200			20,00	82,00	4/10/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	695	27,31	26,04	90,28	704,50	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Йогурт	200	7,00	8,00	2,00	109,00	
	Печенье	55	4,00	9,00	38,00	248,00	
	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	120	6,00	4,00	36,00	204,00	43/3/1
	Хлеб пшеничный	10	1,00		5,00	23,00	
	Какао с молоком	200	4,00	4,00	25,00	153,00	14/10/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	410	29,25	15,67	68,36	531,27	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1905	84,00	87,00	259,00	2147,00	

«Детский сад № 11»
г. Ишим

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 пшеничная молочная с маслом сливочным		150	5,00	4,00	26,00	166,00	15/4/1
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	12,54	13,46	53,52	385,28	
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 крестьянский с крупой и сметаной		150	1,00	4,00	8,00	73,00	31/2/1
Зразы или рулет из говядины		60	8,00	9,00	7,00	148,00	18/8/1
Морковь тушенная		120	2,00	5,00	11,00	101,00	10/3/1
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	13,79	18,92	51,26	430,28	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
Батон нарезной		40	3,00	1,00	20,00	103,00	
Молоко кипяченое		180	4,00	5,00	7,00	89,00	255/1
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		220	7,43	6,00	27,09	192,08	
УЖИН							
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 пшеничный		5			2,00	12,00	
Чай		150			8,00	32,00	10/10/1
ИТОГО ЗА УЖИН		285	42,25	65,04	195,33	1535,53	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1494	76,00	104,00	343,00	2611,00	

«Детский сад № 11»

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							
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным		200	7,00	6,00	35,00	221,00	15/4/1
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	17,19	20,79	70,73	538,80	
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 крестьянский с крупой и сметаной		200	2,00	5,00	11,00	97,00	31/2/1
Зразы или рулет из говядины		80	11,00	13,00	10,00	196,00	18/8/1
Морковь тушенная		150	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		675	18,53	24,77	69,75	575,72	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
Батон нарезной		50	4,00	2,00	25,00	129,00	
Молоко кипяченое		200	5,00	6,00	8,00	107,00	255/1
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		250	9,07	7,26	33,51	235,66	
УЖИН							
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 пшеничный		10	1,00		5,00	23,00	
Чай		200			10,00	40,00	10/10/1
ИТОГО ЗА УЖИН		370	45,69	67,54	203,72	1605,52	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1932	91,00	121,00	400,00	3048,00	

Имя: Ирина Викторовна
Фамилия: Ирина Викторовна
Пол: Женский
Дата рождения: 1970-01-10
Место рождения: г. Москва
Паспорт: 50-00-0000000
СНИЛС: 50-00-0000000
Подпись: Ирина Викторовна
Наименование: Ирина Викторовна

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 гречневая молочная с маслом сливочным		150	6,00	5,00	23,00	160,00	2/4/1
Хлеб с маслом и сыром		24	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		324	12,87	14,06	50,19	378,68	
10 ЧАСОВ							
Сок		100	1,00		10,00	43,00	
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ		100	0,50	0,10	10,10	43,30	
ОБЕД							
Борщ со сметаной		150	1,00	4,00	8,00	73,00	2/2/1
Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)		60	7,00	6,00	5,00	97,00	32/8/1
без соуса							
Соус молочный (для подачи к блюду)		20	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		410	30,72	62,58	106,11	1110,26	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
Печенье		50	3,00	8,00	34,00	225,00	
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		50	3,20	8,40	34,25	225,40	
УЖИН							
Суп картофельный с рыбой		150	6,00	4,00	11,00	98,00	19/2/1
Хлеб пшеничный		5			2,00	12,00	
Чай		150			8,00	32,00	10/10/1
ИТОГО ЗА УЖИН		305	6,22	3,56	21,13	141,43	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1189	54,00	89,00	222,00	1899,00	

Утверждаю:
Руководитель



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

5 Марта 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 гречневая молочная с маслом сливочным	200	7,00	7,00	31,00	213,00	2/4/1
	Хлеб с маслом и сыром	30	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	430	17,63	21,59	66,29	530,00	
10 ЧАСОВ							
	Сок	130	1,00		13,00	56,00	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	130	0,65	0,13	13,13	56,29	
ОБЕД							
	Борщ со сметаной	200	2,00	5,00	11,00	97,00	2/2/1
	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	80	9,00	8,00	7,00	129,00	32/8/1
	без соуса						
	Соус молочный (для подачи к блюду)	22	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	547	34,55	65,83	121,04	1214,68	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Печенье	60	4,00	10,00	41,00	270,00	
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	60	3,84	10,08	41,10	270,48	
УЖИН							
	Суп картофельный с рыбой	200	8,00	5,00	14,00	130,00	19/2/1
	Хлеб пшеничный	10	1,00		5,00	23,00	
	Чай	200			10,00	40,00	10/10/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	410	8,49	4,77	29,16	193,49	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1577	65,00	102,00	271,00	2265,00	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575790

Владелец Пшеницина Елена Николаевна

Действителен с 27.01.2022 по 27.01.2023