

Утверждаю:

Руководитель



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБДОУ "Детский сад № 11"

28 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 пшенная молочная с маслом сливочным		150	5,00	5,00	26,00	170,00	11/4/1
Хлеб с сыром		24	5,00	3,00	15,00	105,00	3/13/1
Кофейный напиток с молоком		150	2,00	2,00	12,00	81,00	13/10/1
Сок		90			9,00	39,00	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		414	12,95	10,52	62,06	394,68	
ОБЕД							
Борщ со сметаной		150	1,00	4,00	8,00	73,00	2/2/1
Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)		80	7,00	6,00	5,00	97,00	32/8/1
без соуса							
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		440	30,72	62,58	106,11	1110,26	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
Сдоба обыкновенная		40	4,00	3,00	24,00	139,00	8/12/1
Молоко кипяченое		180	4,00	5,00	7,00	89,00	255/1
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		220	8,18	7,83	31,27	228,24	
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		1379	58,00	84,00	221,00	1875,00	

Утверждаю:
Руководитель



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "Детский сад № 11"

28 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 пшенная молочная с маслом сливочным	200	7,00	7,00	34,00	226,00	11/4/1
	Хлеб с сыром	31	7,00	4,00	20,00	145,00	3/13/1
	Кофейный напиток с молоком	200	3,00	3,00	16,00	106,00	13/10/1
	Сок	110	1,00		11,00	48,00	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	541	17,66	14,45	81,07	524,98	
ОБЕД							
	Борщ со сметаной	200	2,00	5,00	11,00	97,00	2/2/1
	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	100	9,00	8,00	7,00	129,00	32/8/1
	без соуса						
	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	585	34,55	65,83	121,04	1214,68	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Сдоба обыкновенная	60	6,00	5,00	36,00	209,00	8/12/1
	Молоко кипяченое	200	5,00	6,00	8,00	107,00	255/1
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	260	10,97	10,31	44,82	315,87	
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	1796	72,00	95,00	276,00	2249,00	

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 манная молочная с маслом сливочным	150	4,00	4,00	23,00	147,00	5/4/1
	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	11,66	12,82	45,77	345,03	
10 ЧАСОВ							
	Сок	100	1,00		10,00	43,00	
	Яблоки	102			10,00	45,00	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	202	0,91	0,51	20,10	88,59	
ОБЕД							
	Суп картофельный с бобовыми	150	3,00	3,00	13,00	97,00	17/2/1
	Печень в молочном соусе	70	11,00	7,00	5,00	127,00	10/8/1
	Картофельное пюре	120	3,00	4,00	18,00	117,00	3/3/1
	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	520	19,84	14,58	60,04	450,75	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Ватрушка со сметаной	60	3,00	5,00	18,00	132,00	6/12/1
	Молоко кипяченое	180	4,00	5,00	7,00	89,00	255/1
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	240	7,56	9,94	25,22	220,49	
УЖИН							
	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые	60	9,00	9,00	4,00	139,00	14/8/1
	Каша перловая вязкая с маслом сливочным	130	5,00	5,00	30,00	185,00	10/4/1
	Хлеб пшеничный	5			2,00	12,00	
	Кофейный напиток	180	24,00	5,00	115,00	599,00	
	ИТОГО ЗА УЖИН	375	38,87	18,88	152,21	934,24	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1659	79,00	57,00	303,00	2039,00	

Утверждаю:
Руководитель



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "Детский сад № 11"

29 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 манная молочная с маслом сливочным	200	6,00	6,00	30,00	196,00	5/4/1
	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	13,89	17,96	60,31	458,45	
10 ЧАСОВ							
	Сок	120	1,00		12,00	52,00	
	Яблоки	102			10,00	45,00	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	222	1,01	0,53	22,12	97,25	
ОБЕД							
	Суп картофельный с бобовыми	200	5,00	5,00	17,00	129,00	17/2/1
	Печень в молочном соусе	90	17,00	11,00	7,00	192,00	10/8/1
	Картофельное пюре	150	3,00	5,00	23,00	147,00	3/3/1
	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	685	28,60	20,36	81,75	624,40	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	Ватрушка со сметаной	60	6,00	9,00	34,00	243,00	6/12/1
	Молоко кипяченое	200	5,00	6,00	8,00	107,00	255/1
	ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	260	11,21	15,11	42,18	349,38	
УЖИН							
	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые	80	12,00	13,00	6,00	186,00	14/8/1
	Каша перловая вязкая с маслом сливочным	150	7,00	7,00	40,00	245,00	10/4/1
	Хлеб пшеничный	10	1,00		5,00	23,00	
	Кофейный напиток	200	27,00	5,00	128,00	665,00	
	ИТОГО ЗА УЖИН	440	46,69	24,18	178,64	1118,95	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	2035	101,00	78,00	385,00	2648,00	

Утверждаю:
Руководитель



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБДОУ " Детский сад № 11"

30 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 геркулесовая молочная с маслом сливочным		150	5,00	6,00	23,00	168,00	8/4/1
Хлеб с маслом и сыром		24	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		324	13,14	15,85	56,27	420,18	
10 ЧАСОВ							
Сок		100	1,00		10,00	43,00	
Банан		100	2,00	1,00	21,00	95,00	
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ		200	2,00	0,60	31,10	137,80	
ОБЕД							
Рассольник со сметаной		150	1,00	2,00	8,00	56,00	9/2/1
Рыба тушеная с овощами		80	10,00	6,00	4,00	112,00	4/7/1
Каша рисовая рассыпчатая		130	4,00	3,00	39,00	202,00	45/3/1
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		540	17,58	11,93	75,38	479,19	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
Батон нарезной		40	3,00	1,00	20,00	103,00	
Повидло		20			13,00	52,00	
Молоко кипяченое		180	4,00	5,00	7,00	89,00	255/1
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		240	7,51	6,00	40,09	244,40	
УЖИН							
Суфле из мяса кур паровое		100	14,00	18,00	3,00	233,00	8/9/1
Горошек зеленый		30	3,00	2,00	5,00	53,00	1/1/1
Хлеб пшеничный		5			2,00	12,00	
Чай		150			8,00	32,00	10/10/1
ИТОГО ЗА УЖИН		285	17,27	20,76	18,41	329,58	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1589	58,00	55,00	221,00	1611,00	

Утверждаю:
Руководитель



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

30 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 геркулесовая молочная с маслом сливочным		200	7,00	8,00	30,00	223,00	8/4/1
Хлеб с маслом и сыром		30	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		430	17,98	23,93	75,05	587,40	
10 ЧАСОВ							
Сок		122	1,00		12,00	53,00	
Банан		100	2,00	1,00	21,00	95,00	
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ		222	2,11	0,62	33,32	147,33	
ОБЕД							
Рассольник со сметаной		200	2,00	3,00	10,00	74,00	9/2/1
Рыба тушеная с овощами		100	12,00	7,00	5,00	135,00	4/7/1
Каша рисовая рассыпчатая		150	5,00	4,00	52,00	268,00	45/3/1
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		695	22,44	14,93	102,59	634,38	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
Батон нарезной		55	4,00	2,00	28,00	142,00	
Повидло		30			20,00	78,00	
Молоко кипяченое		200	5,00	6,00	8,00	107,00	255/1
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		285	9,58	7,41	55,52	327,05	
УЖИН							
Суфле из мяса кур паровое		130	18,00	24,00	4,00	309,00	8/9/1
Горошек зеленый		30	4,00	3,00	7,00	70,00	1/1/1
Хлеб пшеничный		10	1,00		5,00	23,00	
Чай		200			10,00	40,00	10/10/1
ИТОГО ЗА УЖИН		370	23,17	27,59	25,51	442,98	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		2002	75,00	74,00	292,00	2139,00	

Утверждаю:
Руководитель



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБДОУ " Детский сад № 11"

31 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							
	Суп молочный с лапшой	150	3,00	3,00	10,00	79,00	21/2/1
	Хлеб с маслом и сыром	28	5,00	7,00	15,00	138,00	4/13/1
	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	
	Чай	150			8,00	32,00	10/10/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	358	9,92	9,96	45,82	312,44	
10 ЧАСОВ							
	Сок	100	1,00		10,00	43,00	
	Апельсины	150	1,00		12,00	57,00	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	250	1,85	0,40	22,25	100,00	
ОБЕД							
	Суп из овощей со сметаной	150	1,00	5,00	7,00	74,00	14/2/1
	Запеканка картофельная, фаршированная	100	15,00	15,00	28,00	302,00	36/8/1
	отварным мясом говядин						
	Соус молочный (для подачи к блюду)	30	20,00	53,00	69,00	832,00	1/11/1
	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 кураги и изюма	150			15,00	61,00	4/10/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	500	39,40	75,65	134,82	1377,61	
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							
	Капуста тушеная	120	3,00	3,00	12,00	83,00	8/3/1
	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые	60	9,00	9,00	4,00	139,00	14/8/1
	Хлеб пшеничный	5			2,00	12,00	
	Кофейный напиток с молоком	150	2,00	2,00	12,00	81,00	13/10/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	335	14,81	14,53	31,33	315,19	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1673	95,00	142,00	293,00	2832,00	

Утверждаю:
Руководитель



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "Детский сад № 11"

31 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							
	Суп молочный с лапшой	200	4,00	4,00	13,00	105,00	21/2/1
	Хлеб с маслом и сыром	36	7,00	12,00	20,00	212,00	4/13/1
	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	
	Чай	200			10,00	40,00	10/10/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	481	14,07	16,18	62,63	452,33	
10 ЧАСОВ							
	Сок	125	1,00		13,00	54,00	
	Апельсины	150	1,00		12,00	57,00	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	275	1,98	0,43	24,78	110,83	
ОБЕД							
	Суп из овощей со сметаной	180	2,00	6,00	9,00	96,00	14/2/1
	Запеканка картофельная, фаршированная	150	16,00	16,00	31,00	335,00	36/8/1
	отварным мясом говядин						
	Соус молочный (для подачи к блюду)	40	20,00	53,00	69,00	832,00	1/11/1
	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 кураги и изюма	200			20,00	82,00	4/10/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	675	42,87	80,37	153,87	1510,12	
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							
	Капуста тушеная	150	4,00	3,00	15,00	104,00	8/3/1
	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые	80	12,00	13,00	6,00	186,00	14/8/1
	Хлеб пшеничный	10	1,00		5,00	23,00	
	Кофейный напиток с молоком	200	3,00	3,00	16,00	106,00	13/10/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	440	19,75	19,18	41,74	418,50	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	2131	109,00	159,00	355,00	3285,00	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575790

Владелец Пшеницина Елена Николаевна

Действителен с 27.01.2022 по 27.01.2023