

Утверждаю:
Заведующий



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МАДОУ "Детский сад № 25"

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1			0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	5,65	5,78	30,23	195,56	5/4/1
	Какао с молоком	200	4,12	3,95	25,17	152,69	14/10/1
	Хлеб с маслом	50	2,06	7,46	12,92	127,03	1/13/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	450	12	17	68	475	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Напиток из шиповника	200	0,51	0,21	22,22	92,79	15/10/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	200	1	0	22	93	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Щи со свежей капустой со сметаной	200	1,59	2,89	6,61	58,76	6/2/1
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	9,16	7,77	41,56	272,70	44/3/1
	Биточки (котлеты) из мяса говядины, запеченные с соусом моло	70	11,99	11,10	11,53	193,98	16/8/1
	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60	0,45	6,05	1,40	61,82	14/1/1
	Компот из свежих яблок	200	0,02	0,02	15,36	61,66	1/10/1
	Хлеб пшеничный	26	1,98	0,21	12,79	60,94	
	Хлеб ржаной	26	1,72	0,31	8,68	44,41	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	732	27	28	98	754	
УЖИН			0	0	0	0	
	Омлет запеченный	120	8,31	11,95	1,53	146,94	2/6/1
	Чай с молоком	200	1,45	1,60	12,33	69,52	12/10/1
	Хлеб пшеничный	26	1,98	0,21	12,79	60,94	
	ИТОГО ЗА УЖИН	346	12	14	27	277	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1728	51	60	215	1600	
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2			0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6,95	6,78	34,32	226,13	11/4/1
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	3,25	15,96	105,77	13/10/1
	Хлеб с сыром	55	6,99	4,31	19,68	145,45	3/13/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	455	17	14	70	477	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Яблоки	55	0,22	0,22	5,39	24,42	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	55	0	0	5	24	

Утверждаю:
Заведующий  Сафронова О.В.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МАДОУ "Детский сад № 25"

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Сырники из творога	100	18,22	10,74	22,36	258,95	6/5/1
	Соус молочный сладкий	50	1,34	2,70	8,19	62,29	2/11/1
	Какао с молоком	200	4,12	3,95	25,17	152,69	14/10/1
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
	ИТОГО ЗА УЖИН	375	26	18	68	533	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1856	61	55	255	1764	
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	3,25	15,96	105,77	13/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	26	1,98	0,21	12,79	60,94	
	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200	6,79	8,42	30,07	223,17	8/4/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	426	12	12	59	390	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Яблоки	55	0,22	0,22	5,39	24,42	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	55	0	0	5	24	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Суп картофельный с рыбой	200	7,69	4,68	14,25	129,85	19/2/1
	Картофельное пюре	180	3,28	4,80	22,69	147,03	3/3/1
	Печень по-строгановски	120	16,15	18,90	3,65	249,21	9/8/1
	Салат из свежих помидоров с маслом растительным	60	0,61	6,10	2,09	65,72	15/1/1
	Компот из сухофруктов	200	0,23	0,05	14,98	61,26	6/10/1
	Хлеб пшеничный	26	1,98	0,21	12,79	60,94	
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	42,70	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	811	32	35	79	757	
УЖИН			0	0	0	0	
	Рулет из мяса говядины с яйцом	85	13,10	16,46	4,63	218,98	29/8/1
	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60	0,45	6,05	1,40	61,82	14/1/1
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,92	10/10/1
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
	ИТОГО ЗА УЖИН	370	15	23	28	379	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1662	59	70	171	1550	
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Запеканка из творога	120	21,29	12,09	17,00	262,03	9/5/1
	Кисель	10	0,01	0,00	7,82	31,32	
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,92	10/10/1

Утверждаю:
Заведующий



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МАДОУ "Детский сад № 25"

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	355	23	12	47	392	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Напиток из шиповника	200	0,51	0,21	22,22	92,79	15/10/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	200	1	0	22	93	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Суп картофельный с бобовыми	200	4,52	4,55	17,42	128,63	17/2/1
	Морковь тушенная	180	2,23	6,74	14,22	126,34	10/3/1
	Биточки (котлеты) из мяса говядины	80	12,10	12,60	5,95	185,61	14/8/1
	Компот из свежих яблок	200	0,02	0,02	15,36	61,66	1/10/1
	Хлеб пшеничный	26	1,98	0,21	12,79	60,94	
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	42,70	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	711	23	24	74	606	
УЖИН			0	0	0	0	
	Макаронные изделия отварные с сыром	160	8,28	6,95	35,62	238,11	43-2//1
	Какао с молоком	200	4,12	3,95	25,17	152,69	14/10/1
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
	ИТОГО ЗА УЖИН	385	14	11	73	449	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1651	61	48	217	1540	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200	6,35	5,98	33,76	214,29	14/4/1
	Какао с молоком	200	4,12	3,95	25,17	152,69	14/10/1
	Хлеб с маслом	50	2,06	7,46	12,92	127,03	1/13/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	450	13	17	72	494	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Яблоки	55	0,22	0,22	5,39	24,42	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	55	0	0	5	24	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Свекольник со сметаной	200	1,86	4,97	12,83	103,39	5/2/1
	Плов из мяса кур	250	25,45	24,79	45,25	505,90	4/9/1
	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительны	60	1,03	4,06	6,03	64,76	5/1/1
	Компот из сухофруктов	200	0,23	0,05	14,98	61,26	6/10/1
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
	Хлеб ржаной	26	1,72	0,31	8,68	44,41	

Утверждаю:
Заведующий



Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МАДОУ "Детский сад № 25"

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	ИТОГО ЗА ОБЕД	761	32	34	100	838	
УЖИН			0	0	0	0	
	Салат из отварн картофеля с огурцами и растительным маслом	60	0,94	4,17	6,57	67,50	31/1/1
	Батон нарезной	25	1,93	0,75	12,53	64,55	
	Повидло	20	0,08	0,00	13,00	52,32	
	Чай с молоком	200	1,45	1,60	12,33	69,52	12/10/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	305	4	7	44	254	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1571	49	59	222	1611	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	200	5,31	6,67	28,16	193,99	16/4/1
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	3,25	15,96	105,77	13/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	425	10	10	56	358	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Яблоки	55	0,22	0,22	5,39	24,42	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	55	0	0	5	24	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Суп картофельный с крупой	200	2,86	4,99	17,91	128,01	16/2/1
	Рагу из мяса кур	150	17,40	23,66	17,39	352,18	3/9/1
	Компот из сухофруктов	200	0,23	0,05	14,98	61,26	6/10/1
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
	Хлеб ржаной	26	1,72	0,31	8,68	44,41	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	601	24	29	71	644	
УЖИН			0	0	0	0	
	Макаронные изделия отварные	150	5,65	4,29	35,62	203,65	43/3/1
	Сердце говяжье по-строгановски	120	0,41	10,58	2,46	106,63	9/8/1
	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60	0,45	6,05	1,40	61,82	14/1/1
	Какао с молоком	200	4,12	3,95	25,17	152,69	14/10/1
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
	ИТОГО ЗА УЖИН	555	13	25	77	583	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1636	47	65	210	1611	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша молочная ассорти (рис, гречка) с маслом сливочным	200	5,43	6,67	27,12	190,29	18/4/1
			0,00	0,00	0,00	0,00	

Утверждаю:
Заведующий



Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МАДОУ "Детский сад № 25"

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,92	10/10/1
	Хлеб с маслом	50	2,06	7,46	12,92	127,03	1/13/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	450	7	14	50	357	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Напиток из шиповника	200	0,51	0,21	22,22	92,79	15/10/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	200	1	0	22	93	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Рассольник со сметаной	200	1,53	2,97	10,26	73,98	9/2/1
	Картофельное пюре	180	3,28	4,80	22,69	147,03	3/3/1
	Биточки (котлеты) рыбные	80	11,57	1,75	6,69	88,79	9/7/1
	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60	0,45	6,05	1,40	61,82	14/1/1
	Компот из сухофруктов	200	0,23	0,05	14,98	61,26	6/10/1
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
	Хлеб ржаной	26	1,72	0,31	8,68	44,41	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	771	21	16	77	536	
УЖИН			0	0	0	0	
	Биточки (котлеты) из мяса говядины	80	12,10	12,60	5,95	185,61	14/8/1
	Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным	60	1,03	4,06	6,03	64,76	5/1/1
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	3,25	15,96	105,77	13/10/1
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
	ИТОГО ЗА УЖИН	365	18	20	40	415	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1786	47	51	189	1401	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6,95	5,98	34,96	221,49	15/4/1
	Какао с молоком	200	4,12	3,95	25,17	152,69	14/10/1
	Хлеб с сыром	55	6,99	4,31	19,68	145,45	3/13/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	455	18	14	80	520	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Суп из овощей со сметаной	200	1,78	5,77	9,23	95,88	14/2/1
	Каша гречневая вязкая	200	6,25	5,47	28,07	186,53	3/4/1
	Печень по-строгановски	120	16,15	18,90	3,65	249,21	9/8/1
	Компот из сухофруктов	200	0,23	0,05	14,98	61,26	6/10/1
	Салат из свежих помидоров с маслом растительным	60	0,61	6,10	2,09	65,72	15/1/1
			0,00	0,00	0,00	0,00	

Утверждаю:
Заведующий

Сафронова С.В.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МАДОУ "Детский сад № 25"

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
	Хлеб ржаной	26	1,72	0,31	8,68	44,41	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	831	29	37	79	762	
УЖИН			0	0	0	0	
	Суп молочный с лапшой	200	3,66	4,17	13,15	104,71	21/2/1
	Ватрушка с яблоками	60	4,78	5,81	33,98	207,16	7/12/1
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,92	10/10/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	460	8	10	57	352	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1746	55	61	216	1633	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Запеканка из творога	120	21,29	12,09	17,00	262,03	9/5/1
	Соус молочный сладкий	50	1,34	2,70	8,19	62,29	2/11/1
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	3,25	15,96	105,77	13/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	395	28	18	53	489	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Напиток из шиповника	200	0,51	0,21	22,22	92,79	15/10/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	200	1	0	22	93	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Суп-пюре из картофеля	200	2,62	2,99	12,97	89,22	25/2/1
	Гренки (сухарики)	100	9,12	0,96	59,04	281,28	34/1
	Капуста тушеная	150	3,72	3,25	14,91	103,68	8/3/1
	Биточки (котлеты) из мяса говядины	80	12,10	12,60	5,95	185,61	14/8/1
	Компот из свежих яблок	200	0,02	0,02	15,36	61,66	1/10/1
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
	Хлеб ржаной	26	1,72	0,31	8,68	44,41	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	781	31	20	129	824	
УЖИН			0	0	0	0	
	Салат овощной с раст маслом	90	1,40	4,20	9,34	80,74	28/1/1
	Сдоба обыкновенная	60	5,75	4,55	36,36	209,31	8/12/1
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,92	10/10/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	350	7	9	56	330	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1726	67	48	261	1736	
			0	0	0	0	
	ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	17113	544	568	2179	16001	
			0	0	0	0	
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	1711	54	57	218	1600	

Утверждаю:
Заведующий



Сафронова О.В.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МАДОУ "Детский сад № 25"

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
			0	0	0	0	
	Содержание БЖУ в % от калорийности		14	32	55	0	

Перечень технологических сборников, используемых при составлении данного меню:

- 1 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных учреждениях 1 часть и 2 часть
Методические рекомендации и технические документы.
Д.В.Гращенков, Л.И. Николаева 2011г