


Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1							
ЗАВТРАК		1689	52	55	215	1563	
		321	13	13	47	360	
	Каша манная на немолоке	150	3,06	3,40	23,51	136,90	5/4/1
	Кофейный напиток на немолоке	150	1,31	3,26	12,96	86,41	13/11/1
	Яйцо отварное	1	7,24	6,56	0,40	89,55	1/6/1
10 ЧАСОВ	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
		95	0	0	11	45	
ОБЕД	Сок 0,2	95	0,48	0,10	10,64	45,32	
		573	19	16	69	493	
	Горошек зеленый	30	1,50	0,06	2,49	16,50	1/1/1
	Суп картофельный с пшеном	150	1,94	3,47	12,94	90,66	32/2/1
	Печень по-строгановски без молочных продуктов	70	9,17	6,28	4,03	109,22	9/8/1
	Картофельное пюре без молочных продуктов	120	2,31	5,03	18,52	128,54	3/3/1
	Напиток из шиповника	150	0,37	0,15	11,30	48,08	15/10/1
ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	Хлеб ржаной 0,5	38	2,51	0,46	12,69	64,90	
		200	3	8	38	242	
УЖИН	Печенье	50	3,20	8,40	34,25	225,40	
	Чай с сахаром	150	0,05	0,01	4,00	16,31	10/10/1
		500	17	17	50	424	
	Свекла, тушенная без соуса	180	2,94	1,22	17,44	92,46	16/3/1
	Тефтели из мяса говядины без молочных продуктов	70	11,40	12,43	7,72	188,24	20/8/1
	Чай на немолоке	150	1,10	3,22	11,51	79,44	12/10/1
	Яблоки	90	0,36	0,36	8,82	39,96	
	Хлеб пшеничный витаминизированный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2							
ЗАВТРАК		1513	39	41	214	1381	
		330	7	6	46	264	
	Каша пшенная на немолоке без масла сливочного	150	4,95	5,79	32,63	202,45	11/4/1
	Чай с сахаром	160	0,05	0,01	3,70	15,11	10/10/1
10 ЧАСОВ	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
		95	0	0	11	45	
ОБЕД	Сок 0,2	95	0,48	0,10	10,64	45,32	
		483	21	18	55	465	
	Суп из овощей без сметаны	150	1,23	4,16	6,77	69,41	14/2/1
	Жаркое по домашнему без	130	16,40	12,86	15,17	241,92	292/5

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	сливочного масла						
	Компот из изюма	150	0,20		13,25	53,78	4/11/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	Хлеб ржаной 0,5	38	2,51	0,46	12,69	64,90	
ПОЛДНИК		200	5	12	47	312	
	Печенье	50	3,20	8,40	34,25	225,40	
	Какао на немолоке	150	1,30	3,39	12,62	86,16	14/10/1
УЖИН		405	6	6	55	295	
	Каша ячневая на немолоке без	150	3,50	5,06	25,72	162,44	14/4/1
	масла сливочного						
	Чай с сахаром	150	0,05	0,01	3,00	12,32	10/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	Банан	90	1,35	0,45	18,90	85,05	
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3	1614	53	43	183	1331	
ЗАВТРАК		340	7	7	61	338	
	Каша рисовая на немолоке без	150	3,66	3,58	38,26	199,90	7/4/1
	масла сливочного						
	Какао на немолоке	170	1,38	3,65	13,14	90,86	14/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
0 ЧАСОВ		95	0	0	11	45	
	Сок 0,2	95	0,48	0,10	10,64	45,32	
ОБЕД		553	20	22	55	503	
	Суп-лапша на курином бульоне	150	1,22	0,18	8,39	40,09	20/2/1
	без сливочного масла						
	Морковь тушенная без соуса	140	1,85	7,15	11,54	117,88	10/3/1
	Суфле из мяса кур паровое	60	13,34	14,54	1,70	190,99	8/9/1
	без молочных продуктов						
	Кисель плодово-ягодный	150	0,03		13,59	54,46	9/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	Хлеб ржаной 0,5	38	2,51	0,46	12,69	64,90	
ПОЛДНИК		186	8	7	12	145	
	Батон к чаю	15	1,16	0,45	7,52	38,73	
	Яйцо отварное	1	7,24	6,56	0,40	89,55	1/6/1
	Чай с сахаром	170	0,05	0,01	4,00	16,31	10/10/1
УЖИН		440	18	6	44	300	
	Яблоки	95	0,38	0,38	9,31	42,18	
	Макаронные изделия отварные	100	3,30	3,99	20,91	132,72	43/3/1
	без сливочного масла						
	Суфле из рыбы без молочных	60	12,62	1,53	1,38	69,73	14/7/1

Утверждаю: 
 Заведующий Зенкова В.В.

Меню приготавливаемых блюд
 Возрастная категория: ?Ясли ал МАДОУ "Детский сад № 27"

Приложение №8
 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	продуктов.						
	Чай с сахаром	170	0,10	0,03	5,01	20,67	10/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4	1706	52	56	221	1594	
ЗАВТРАК		420	9	9	74	414	
	Банан	90	1,35	0,45	18,90	85,05	
	Каша пшеничная на немолоке без сливочного масла	150	4,95	5,19	33,11	198,97	15/4/1
	Чай на немолоке	160	1,05	3,21	12,50	83,09	12/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
10 ЧАСОВ		95	0	0	11	45	
	Сок 0,2	95	0,48	0,10	10,64	45,32	
ОБЕД		543	23	20	64	531	
	Суп картофельный с рыбой	150	5,02	3,47	10,68	93,97	19/2/1
	Каша рисовая рассыпчатая без сливочного масла	100	2,45	2,95	25,76	139,37	45/3/1
	Кнели мясные паровые без сливочного мяса	60	12,13	13,13	2,50	176,65	27/8/1
	Соус молочный с овощами	30					4/11/1
	Компот из сухофруктов	150	0,23	0,05	5,00	21,34	6/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	Хлеб ржаной 0,5	38	2,51	0,46	12,69	64,90	
ПОЛДНИК		220	3	7	31	197	
	Печенье	40	2,56	6,72	27,40	180,32	
	Чай с сахаром	180	0,05	0,01	4,00	16,31	10/10/1
УЖИН		428	16	20	41	406	
	Икра кабачковая	40	0,76	3,56	3,08	47,40	
	Картофельное пюре без молочных продуктов	130	2,20	5,34	17,60	127,22	3/3/1
	Фрикадельки из мяса говядины припущенные без молочных продуктов	70	12,09	10,60	6,40	169,36	22/8/1
	Чай с сахаром	170	0,05	0,01	5,00	20,30	10/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	18	1,37	0,14	8,86	42,19	
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5	1703	42	49	208	1436	
ЗАВТРАК		430	7	7	51	292	
	Апельсины	90	0,81	0,18	7,29	34,02	
	Каша геркулесовая на немолоке без масла сливочного	150	4,82	6,47	29,43	195,27	8/4/1
	Чай с сахаром	170	0,05	0,01	4,00	16,31	10/10/1

Утверждаю: *Зенкова В.В.*
 Заведующий Зенкова В.В.

Менюготавливаемых блюд
 Возрастная категория: ?Ясли ал МАДОУ "Детский сад № 27"

Приложение №8
 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	Хлеб ржаной 0,5	38	2,51	0,46	12,69	64,90	
		195	2	1	23	108	
УЖИН	Пряник	25	1,48	1,18	18,75	91,48	
	Чай с сахаром	170	0,05	0,01	4,00	16,31	10/10/1
		415	18	11	45	353	
ЗАВТРАК	Рагу из овощей	180	3,04	3,37	17,72	113,33	18/3/1
	Суфле из печени без молочных продуктов.	60	13,07	4,21	4,33	107,48	35/8/1
	Чай на немолоке	160	1,13	3,53	15,14	96,83	12/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2	1663	45	35	220	1376	
		420	8	6	70	368	
	Банан	90	1,35	0,45	18,90	85,05	
0 ЧАСОВ	Каша ячневая на немолоке без масла сливочного	130	4,30	4,55	30,91	181,81	14/4/1
	Чай на немолоке	180	0,41	1,23	10,46	54,49	12/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
		95	0	0	11	45	
ОБЕД	Сок 0,2	95	0,48	0,10	10,64	45,32	
		513	21	11	73	473	
ПОЛДНИК	Щи со свежей капустой на мясном бульоне без сметаны	150	3,66	3,70	5,65	70,53	6/2,59/
	Печень без молочных продуктов	60	9,02	4,53	5,30	98,03	10/8/1
	Макаронные изделия отварные без сливочного масла	100	4,51	2,03	28,58	150,64	43/3/1
	Компот из изюма	150	0,20		13,25	53,78	4/11/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
ПОЛДНИК	Хлеб ржаной 0,5	38	2,51	0,46	12,69	64,90	
		220	3	8	38	242	
	Чай с сахаром	170	0,05	0,01	4,00	16,31	10/10/1
УЖИН	Печенье	50	3,20	8,40	34,25	225,40	
		415	12	9	28	248	
	Свекла, тушеная без соуса	170	1,97	1,14	11,68	64,91	16/3/1
ПОЛДНИК	Фрикадельки из мяса говядины припущенные без молочных продуктов	60	9,17	8,14	5,41	131,52	22/8/1
	Чай с сахаром	170	0,05	0,01	4,00	16,31	10/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3	1533	40	40	193	1294	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК		340	7	8	62	347	
	Каша пшеничная на немолоке без сливочного масла	140	4,85	4,87	32,46	193,09	15/4/1
	Какао на немолоке	180	1,05	2,59	19,98	107,39	14/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
10 ЧАСОВ		95	0	0	11	45	
	Сок 0,2	95	0,48	0,10	10,64	45,32	
ОБЕД		473	25	27	51	547	
	Суп овощной с мясными фрикадельками без молочных продуктов	150	4,17	10,59	11,21	156,87	15/2/1
	Рагу из мяса кур без масла сливочного	120	16,95	15,60	13,98	264,07	3/9/1
	Компот из сухофруктов	150	0,26	0,05	6,00	25,50	6/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	Хлеб ржаной 0,5	38	2,51	0,46	12,69	64,90	
ПОЛДНИК		200	3	3	25	136	
	Батон к чаю	20	1,54	0,60	10,02	51,64	
	Кофейный напиток на немолоке	180	1,10	2,47	14,53	84,69	13/11/1
УЖИН		425	5	3	44	218	
	Яблоки	90	0,36	0,36	8,82	39,96	
	Соус сметанный	20					6/11/1
	Каша манная на немолоке	130	3,07	2,16	23,71	126,60	5/4/1
	Чай с сахаром	170	0,10	0,02	4,01	16,65	10/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4	1713	54	54	248	1693	
ЗАВТРАК		430	8	9	69	394	
	Банан	90	1,35	0,45	18,90	85,05	
	Каша пшенная на немолоке без масла сливочного	150	4,03	5,53	27,33	175,18	11/4/1
	Кофейный напиток на немолоке	170	1,31	3,26	12,96	86,41	13/11/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
10 ЧАСОВ		95	0	0	11	45	
	Сок 0,2	95	0,48	0,10	10,64	45,32	
ОБЕД		543	24	13	80	535	
	Горошек зеленый	40	2,00	0,08	3,32	22,00	1/1/1
	Борщ без сметаны	150	1,28	3,14	8,35	66,71	2/2/1
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами без сливочного масла Копия	90	7,26	1,85	33,05	177,88	44/3/1
	Гуляш из мяса говядины без	60	9,38	7,74	2,81	118,37	11/8/1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	масла сливочного						
	Компот из кураги и изюма	150	0,38	0,02	12,15	50,25	4/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
ПОЛДНИК	Хлеб ржаной 0,5	38	2,51	0,46	12,69	64,90	
		220	4	12	46	305	
	Печенье	50	3,20	8,40	34,25	225,40	
УЖИН	Какао на немолоке	170	1,25	3,23	11,30	79,23	14/10/1
		425	17	19	43	415	
	Капуста тушеная	170	4,00	2,26	14,35	93,78	8/3/1
	Кнели мясные паровые без сливочного мяса	60	9,89	11,33	2,40	151,10	27/8/1
	Чай на немолоке	180	1,90	5,78	18,71	134,46	12/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
ЗАВТРАК	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5	1680	54	46	204	1445	
		430	8	9	60	351	
	Яблоки	90	0,36	0,36	8,82	39,96	
	Каша гречневая на немолоке без масла сливочного	150	4,38	2,91	23,93	139,45	2/4/1
	Чай на немолоке	170	1,75	5,45	17,05	124,25	12/10/1
0 ЧАСОВ	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
		95	0	0	11	45	
	Сок 0,2	95	0,48	0,10	10,64	45,32	
СБЕД		543	28	23	62	567	
	Рассольник на курином бульоне без сметаны	150	5,77	6,44	8,07	113,41	9/2, 1
	Картофельное пюре без молочных продуктов	120	2,28	4,93	18,32	126,78	3/3/1
	Биточки рыбные запеченные без молочных продуктов	70	15,83	10,96	9,84	201,32	27/1/5
	Компот из сухофруктов	150	0,26	0,05	6,00	25,50	6/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
ПОЛДНИК	Хлеб ржаной 0,5	38	2,51	0,46	12,69	64,90	
		207	2	5	23	138	
	Печенье	27	1,73	4,54	18,50	121,72	
УЖИН	Чай с сахаром	180	0,05	0,01	4,00	16,31	10/10/1
		405	16	10	49	344	
	Рагу из овощей	170	3,07	5,88	18,32	138,58	18/3/1
	Запеканка из печени с рисом без масла сливочного	70	11,55	3,54	19,53	156,12	31/1/5

Утверждаю:
Заведующий

Зенкова В.В.
Зенкова В.В.

Менюготавливаемых блюд
Возрастная категория: "Ясли ал МАДОУ "Детский сад № 27"

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Чай с сахаром	150	0,05	0,01	3,50	14,31	10/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	16494	484	455	2112	14477	
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	1649	48	46	211	1448	
	Содержание БЖУ в % от калорийности		13	28	58		

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.Гращенко, Л.И. Николаева 2011г
- 5 Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях.
Могильный М.П. Тутельян В.А. 2015г.