

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-
20

Учреждение: МБДОУ МО г. Краснодар "Детский сад № 169"

Сезон: Зимне-весенний
Возрастная категория: Ясли

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель _____ Вакуленко Е.А.
подпись расшифровка

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 1							
Завтрак	Каша вязкая рисовая	150	2,1	2,8	21,8	118,2	182
	Какао с молоком	150	2,8	2,3	7,3	63,8	416
	Бутерброд с маслом	20/10	1,1	4,2	6,2	54,2	1
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	
Общий выход всех блюд на Завтрак		350	7,3	9,5	43,3	274,2	
Завтрак2	Сок яблочный	100	0,5	0,0	12,3	49,4	
Общий выход всех блюд на Завтрак2		100	0,5	0,0	12,3	49,4	
Обед	Суп картофельный "Уха"	150	5,6	2,8	9,2	134,8	90
	Капуста тушеная	110	3,2	4,2	12,9	134,2	354
	Котлеты рубленые	50	1,7	3,5	9,6	127,1	299
	Компот из сушеных фруктов	150	0,0	0,0	11,0	43,9	394
	Хлеб городской	20	1,5	0,2	9,8	47,0	
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	
Общий выход всех блюд на Обед		500	13,7	13,9	61,8	525,0	
Уплотненный полдник	Йогурт (2.5%жир)	180	4,4	4,8	6,0	88,7	
	Сырники из творога с джемом	135	10,4	7,2	15,5	194,6	245
	Салат из моркови	40	0,5	0,0	4,7	61,4	42
	Яблоки	95	0,3	0,3	8,3	40,0	386
	Хлеб городской	10	0,8	0,1	4,9	23,5	
Общий выход всех блюд на Уплотненный полдник		460	16,4	12,5	39,4	408,2	
Итого за 1 день:			37,9	35,9	156,8	1256,8	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-
20

Учреждение: МБДОУ МО г. Краснодар "Детский сад № 169"

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Зимне-весенний

Руководитель

Вакуленко Е.а

Возрастная категория: Ясли

подпись расшифровка

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 2							
Завтрак	Омлет с сыром	100	4,3	6,1	2,0	128,6	230
	Салат из горошка зеленого консервированного	30	1,2	1,1	2,5	32,2	10
	Чай с сахаром	180	0,0	0,0	10,0	39,9	411
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	
	Батон	25	1,5	0,1	7,8	35,2	
Общий выход всех блюд на Завтрак		355	8,3	7,5	30,3	273,9	
Завтрак2	Кефир (2.5%жир)	100	3,9	4,3	5,4	79,4	386
Общий выход всех блюд на Завтрак2		100	3,9	4,3	5,4	79,4	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	2,1	2,7	13,3	86,3	88
	Пюре картофельное	110	1,7	2,8	13,7	87,1	339
	Суфле куриное с рисом	50	11,4	12,6	2,8	170,5	328
	Кисель из ягодной смеси	150	0,0	0,0	11,2	72,0	401
	Хлеб городской	10	1,5	0,2	9,8	47,0	
	Хлеб ржаной	10	1,3	0,2	8,0	38,0	
Общий выход всех блюд на Обед		460	18,0	18,5	59,0	500,9	
Уплотненный полдник	Кофейный напиток	150	0,0	0,0	5,4	29,3	420
	Каша вязкая пшеничная с тыквой	150	7,2	5,6	34,4	118,3	183
	Бананы	95	0,3	0,3	6,9	33,0	
	Булочка "Творожная"	80	4,2	3,3	22,8	203,6	470
	Хлеб городской	10	0,8	0,1	4,9	23,5	
Общий выход всех блюд на Уплотненный полдник		485	18,4	13,3	81,7	407,7	
Итого за 2 день:			48,6	43,6	176,4	1261,9	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МБДОУ МО г. Краснодар "Детский сад № 169"

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Зимне-весенний

Руководитель _____

Вакуленко Е.А.

Возрастная категория: Ясли

подпись _____ расшифровка _____

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 3							
Завтрак	Суп молочный с гречневой крупой	150	5,6	5,5	12,0	98,5	101
	Молоко кипяченое	150	2,1	1,8	11,4	66,4	414
	Бутерброд с джемом	25/6	2,3	0,2	19,9	103,5	1
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	
Общий выход всех блюд на Завтрак		351	11,3	7,7	51,3	306,4	
Завтрак2	Сок фруктовый	100	0,5	0,0	12,3	49,4	
Общий выход всех блюд на Завтрак2		100	0,5	0,0	12,3	49,4	
Обед	Рассольник ленинградский	150	0,8	4,2	11,2	106,5	82
	Картофель отварной	110	1,3	4,4	10,4	86,4	335
	Гуляш из отварного мяса	50	0,7	3,4	4,3	102,2	293
	Кисель из варенья	150	0,1	0,1	28,6	85,3	401
	Хлеб городской	20	1,5	0,2	9,8	47,0	
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	
Общий выход всех блюд на Обед		500	6,8	13,3	74,6	465,4	
Уплотненный полдник	йогурт "Снежок"	180	3,9	3,4	5,7	72,6	
	Рыба, припущенная с овощами	60	8,9	3,5	1,7	94,5	258
	Каша пшеничная	120	3,2	6,8	15,2	195,1	179
	Апельсины	95	0,3	0,3	8,3	40,0	412
	Хлеб городской	10	1,1	0,1	7,4	35,3	
Общий выход всех блюд на Уплотненный полдник		465	17,4	14,1	38,3	437,5	
Итого за 3 день:			36,0	35,1	176,5	1258,7	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МБДОУ МО г. Краснодар "Детский сад № 169"

Сезон: Зимне-весенний
Возрастная категория: Ясли

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель _____ Вакуленко Е.А.
подпись расшифровка

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 4							
Завтрак	Каша манная с морковью	150	3,5	3,3	17,7	104,7	187
	Какао с молоком	150	2,8	2,3	10,3	64,0	416
	Батон	20/6	0,0	5,0	0,1	44,9	1
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	
	Печенье	10	0,8	1,1	7,0	41,4	
Общий выход всех блюд на Завтрак		356	7,6	10,7	36,1	293,0	
Завтрак2	Биокефир (2.5%жир)	100	5,2	5,7	7,2	105,9	386
Общий выход всех блюд на Завтрак2		100	5,2	5,7	7,2	105,9	
Обед	Суп с рыбными консервами	150	1,1	1,8	8,8	56,1	95
	Каша гречневая	110	3,9	3,4	24,4	143,6	179
	Птица тушеная	50	13,3	13,8	1,7	123,8	318
	Компот из сушеных фруктов	150	0,0	0,0	13,0	51,9	394
	Хлеб городской	20	1,5	0,2	9,8	47,0	
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	
Общий выход всех блюд на Обед		500	21,1	19,4	65,7	460,4	
Уплотненный полдник	Чай с молоком	150	5,2	5,7	7,2	105,9	420
	Оладьи со сгущенкой	130/10	4,8	6,0	20,6	155,7	432
	Груша	95	0,4	0,4	9,8	47,1	
	Салат из кукурузы (консервированной)	40	5,9	2,5	30,4	76,5	12
	Хлеб городской	25	0,8	0,1	4,9	23,5	
Общий выход всех блюд на Уплотненный полдник		450	16,7	14,3	63,1	408,7	
Итого за 4 день:			50,6	50,1	172,1	1268,0	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-
20

Учреждение: МБДОУ МО г. Краснодар "Детский сад № 169"

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Зимне-весенний
Возрастная категория: Ясли

Руководител _____ Вакуленко Е.А.
подпись расшифровка

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 5							
Завтрак	Омлет с зеленым горошком	80	7,5	8,7	3,9	124,1	233
	Икра кабачковая	40	0,8	3,6	3,1	48,6	
	Чай с лимоном	180	0,0	0,0	10,0	39,9	411
	Бутерброд с сыром	20/10	2,3	3,0	0,0	36,5	1
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	
Общий выход всех блюд на Завтрак		350	11,9	15,5	25,1	287,2	
Завтрак2	Сок яблочный	100	0,8	0,0	18,4	74,0	
Общий выход всех блюд на Завтрак2		100	0,8	0,0	18,4	74,0	
Обед	Борщ с фасолью и картофелем	150	1,2	4,0	7,9	73,1	69
	Запеканка из печени с рисом	130	19,7	9,3	23,0	258,0	311
	Компот из свежих яблок	150	0,0	0,0	14,3	87,3	390
	Хлеб городской	20	1,5	0,2	9,8	47,0	
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	
Общий выход всех блюд на Обед		470	23,7	13,7	63,0	503,4	
Уплотненный полдник	Йогурт (2.5%жир)	150	3,9	4,3	5,4	79,4	420
	Пудинг из творога (запеченный)с джемом	145	7,8	5,7	19,2	202,2	249
	Салат из моркови	40	0,8	0,1	7,0	62,1	42
	Хлеб городской	20	0,8	0,1	4,9	23,5	
	Яблоко	95	0,3	0,3	6,9	33,0	386
Общий выход всех блюд на Уплотненный полдник		450	13,6	10,5	43,4	400,2	
Итого за 5 день:			50,0	39,7	149,9	1264,8	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-
20

Учреждение: МБДОУ МО г. Краснодар "Детский сад № 169"

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Зимне-весенний

Руководител

Вакуленко Е.А.

Возрастная категория: Ясли

подпись расшифровка

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 6							
Завтрак	Запеканка из творога с морковью	130	4,8	4,8	12,2	112,3	252
	Кофейный напиток с молоком сгущенным	180	2,2	2,5	16,6	98,4	415
	Бутерброд с маслом	25/6	0,0	5,0	0,1	44,9	1
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	
Общий выход всех блюд на Завтрак		361	8,3	12,5	36,9	293,6	
Завтрак2	Ряженка (2.5%жир)	100	2,9	2,5	4,2	61,0	
Общий выход всех блюд на Завтрак2		100	2,9	2,5	4,2	61,0	
Обед	Борщ с картофелем	150	1,8	4,2	11,4	89,9	64
	Пюре картофельное	110	2,2	3,6	15,1	102,3	339
	Суфле из отварного мяса с рисом	50	5,5	6,2	7,6	127,7	295
	Компот из фруктовой смеси	150	0,5	0,1	22,1	93,2	
	Хлеб городской	10	1,5	0,2	9,8	47,0	
	Хлеб ржаной	10	1,3	0,2	8,0	38,0	
Общий выход всех блюд на Обед		480	12,8	14,5	74,0	498,1	
Уплотненный полдник	Чай с сахаром	180	0,0	0,0	4,2	39,9	420
	Макароны, запеченные с яйцом	130	9,1	9,9	31,0	249,8	222
	Икра кабачковая	40	0,8	3,6	3,1	47,6	
	Мандарины	95	0,3	0,3	7,4	35,6	386
	Хлеб городской	25	1,1	0,1	7,4	35,3	
Общий выход всех блюд на Уплотненный полдник		470	15,7	18,7	55,9	408,2	
Итого за 6 день:			39,7	48,2	171,0	1260,9	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-
20

Учреждение: МБДОУ МО г. Краснодар "Детский сад № 169"

Сезон: Зимне-весенний
Возрастная категория: Ясли

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель _____ Вакуленко Е.А.
подпись расшифровка

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 7							
Завтрак	Омлет натуральный	100	8,1	9,8	1,2	71,2	229
	Какао с молоком	150	2,8	2,3	10,3	64,0	416
	Хлеб городской	10	1,5	0,2	9,8	47,0	
		361	20,7	14,9	59,4	300,8	
Общий выход	Кефир (2.5%жир)	100	4,4	4,8	6,0	88,7	386
		100	4,4	4,8	6,0	88,7	
Завтрак2	Вафли	20	1,38	5,60	12	103	
Общий выход	Борщ вегетарианский	150	1,2	4,0	7,9	73,1	69
	Макароны отварные с маслом	110	3,5	2,9	22,6	130,6	136
Обед	Гуляш из отварного мяса	50	0,7	3,4	4,3	81,1	293
	Сок яблочный	100	0,8	0,0	18,4	74,0	
	Хлеб ржаной	10	1,3	0,2	8,0	38,0	
		480	8,6	9,1	80,6	495,6	
	Биточки рыбные	50	5,5	6,2	7,6	127,7	295
Общий выход	Чай с лимоном	180	0,0	0,0	10,0	39,9	411
	Апельсины	95	0,4	0,6	3,5	20,7	
Уплотненный полдник	Каша гречневая	110	3,9	3,4	24,4	143,6	179
	Хлеб городской	10	1,5	0,2	9,8	47,0	
		460	18,6	16,3	40,0	374,8	
			52,3	45,1	186,0	1259,9	
Общий выход							
Итого за 7 день:							

Меню приготавливаемых блюд

Учрежден

Руководител

Вакуленко Е.А.

Сезон:

ь

	Наименование блюда	Вес блюда				Энергетиче- ская	№ рецеп-
			Белки	Жиры	Угле-		
Прием пищи	Каша вязкая овсяная с морковью	150	6,1	5,1	28,4	184,7	186
День: 8	Какао с молоком	150	2,2	1,9	10,6	68,4	414
	Батон	25/8	0,0	5,0	0,1	44,9	1
Завтрак	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	
		353	9,4	13,7	46,4	346,7	
	Йогурт"Снежок" (2.5%жир)	100	0,5	0,0	12,3	49,4	
Общий выход		100	0,5	0,0	12,3	49,4	
Завтрак2	Суп картофельный "Уха"	150	7,9	3,4	10,6	105,0	90
Общий выход	Плов из птицы	130	12,7	15,7	16,0	257,4	321
	Компот из сушеных фруктов	150	0,0	0,0	8,0	31,9	394
Обед	Хлеб городской	20	1,5	0,2	9,8	47,0	
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	
		470	23,4	19,5	52,4	479,4	
	Чай с молоком	150	5,2	5,7	7,2	105,9	420
Общий выход	Лапшевник с творогом	130	9,3	8,2	18,2	185,1	226
	Салат из моркови	40	0,5	0,0	4,7	21,4	42
Уплотненный полдник	Хлеб городской	30	0,8	0,1	4,9	23,5	
	Банан	95	0,4	0,1	9,8	51,0	389
		450	16,2	14,1	44,8	386,9	
			49,5	47,3	155,9	1262,4	
Общий выход							
Итого за 8 день:							

Приложе-
ние № 8
к
СанПиН
2.3/2.4.3
590-20

Меню приготавливаемых блюд

Учрежден

Руководител
ь _____
УТВЕРЖДАЮ
Вакуленко Е.А.

Сезон:

	Наименование блюда	Вес блюда				Энергетиче ская	№ рецеп-
			Белки	Жиры	Угле-		
Прием пищи	Суп молочный с гречневой крупой	150	4,0	4,0	20,0	133,0	101
День: 9	Чай с лимоном	150	2,5	2,2	11,2	75,1	419
	Бутерброд с сыром	20/7	1,7	2,2	0,0	27,2	1
Завтрак	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	
	Печенье	10	0,8	1,1	7,0	41,4	
		357	10,5	9,7	46,2	314,7	
	Биокефир (2.5%жир)	100	3,7	4,1	5,2	65,3	386
Общий выход		100	3,7	4,1	5,2	65,3	
Завтрак2	Суп картофельный с бобовыми	150	3,1	5,0	11,2	132,8	87
Общий выход	Запеканка из печени с рисом	130	10,8	5,3	20,7	174,4	311
	Салат из соленых огурцов	20	0,8	5,2	2,2	47,1	
Обед	Кисель из ягодной смеси	150	0,8	0,0	18,4	94,0	
	Хлеб городской	20	1,5	0,2	9,8	47,0	
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	
		490	18,3	15,9	70,3	533,3	
	Кофейный напиток	150	3,9	4,3	5,4	79,1	
Общий выход	Яблоко	95	0,6	1,5	1,1	21,2	
	Рыба, запеченная в омлете	130	11,5	6,9	2,6	104,5	263
Уплотненный полдник	Булочка российская	80	3,0	2,3	19,2	106,1	457
	Хлеб городской	40	1,1	0,1	7,4	35,3	
		495	20,1	15,1	35,7	346,2	
			52,6	44,8	157,4	1259,5	
Общий выход							
Итого за 9 день:							

Приложе
ние № 8
к
СанПиН
2.3/2.4.3
590-20

Меню приготавливаемых блюд

Учрежден

Руководител
ь _____УТВЕРЖДАЮ
Вакуленко Е.А.

Сезон:

	Наименование блюда	Вес				Энергетиче	№
Прием пищи	Запеканка из творога	130	9,7	6,9	9,7	141,0	251
	Салат из моркови	30	0,5	0,0	4,7	21,4	42
День: 10	Чай с сахаром	150	0,0	0,0	10,0	39,9	411
Завтрак	Бутерброд с маслом	25/8	0,0	6,6	0,1	59,8	1
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	
		363	11,5	13,7	32,5	300,1	
	Сок яблочный	100	0,8	0,0	18,4	74,0	
Общий выход		100	0,8	0,0	18,4	74,0	
Завтрак2	Борщ вегетарианский (мелкошинкованный)	150	2,1	4,4	10,4	120,5	65
Общий выход	Салат из соленых огурцов	40	0,8	5,2	2,2	47,1	
	Жаркое по-домашнему	130	2,0	3,7	22,3	155,7	292
Обед	Кисель из джема	150	0,1	0,0	17,4	98,8	401
	Хлеб городской	20	1,5	0,2	9,8	47,0	
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	
		510	7,8	13,7	70,1	507,1	
	Ряженка (2.5%жир)	150	4,4	3,8	6,3	81,2	420
Общий выход	Каша вязкая пшеничная с тыквой	150	4,1	5,2	12,6	98,9	183
	Пирог открытый	50	5,2	4,8	21,4	149,0	442
Уплотненный полдник	Груши	95	0,3	0,3	6,9	33,0	386
	Хлеб городской	10	0,8	0,1	4,9	23,5	
		455	14,8	14,2	52,1	385,6	
			34,9	41,6	173,1	1266,8	
			452,1	431,4	1675,1	12619,7	
Общий выход			45,1	43,4	168,1	1262,7	
Итого за 10 день:			4,0	3,5	11,2		
Итого за весь							
Среднее значени							
Содержа							
ние							
базис							