

СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

(должность)

(ФИО)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд



Возрастная
ясли
категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Каша пшенная молочная жидкая	120	4,37	5,15	20,57	145,72	198
	Запеканка из творога	50	8,09	5,82	10,32	126,76	227
	Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,4	117
	Чай с сахаром	160	0,08	0,00	7,28	20	286
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	14,04	11,55	48,45	344,88	
ЗАВТРАК 2	Напиток из плодов шиповника	120	0,20	0,08	8,88	39,78	301
	Плоды и ягоды свежие	50	0,20	0,20	4,90	22	368
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		170	0,40	0,28	13,78	61,78	
ОБЕД	Икра свекольная	30	0,55	2,15	2,80	32,5	47
	Салат из свежих помидоров и огурцов	40	0,33	1,87	1,47	24	14
	Щи из свежей капусты с картофелем	150	6,67	3,72	6,67	87,61	52
	Оладьи из печени по-кунцевски	50	10,61	8,96	9,82	163,56	124
	Рис отварной	110	2,67	3,94	26,91	153,78	304
	Хлеб пшеничный		0,00	0,00	0,00	0	701.1
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	700
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,81	0,04	18,54	80,1	296
ИТОГО ЗА ОБЕД		600	24,28	21,16	79,57	611,15	
ПОЛДНИК	Сдоба обыкновенная (масса 50 г)	50	4,18	3,07	28,85	158,97	421
	Ряженка	150	4,35	3,75	6,30	81	5
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		200	8,53	6,82	35,15	239,97	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1320	47,25	39,81	176,95	1257,78	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1320	47,25	39,81	176,95	1257,78	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1320	47,25	39,81	176,95	1257,78	

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

(должность)

(должность)

(ФИО)

(ФИО)

(дата)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
я Ясли
категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 2							
ЗАВТРАК	Каша манная молочная жидкая	100	2,47	3,83	11,43	89,61	194
	Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,4	117
	Омлет натуральный	40	3,68	6,03	0,70	71,75	222
	Кофейный напиток на молоке	190	0,82	0,87	16,34	73,72	290
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	8,47	11,31	38,75	287,48	
ЗАВТРАК 2	Флоды и ягоды свежие	50	0,20	0,20	4,90	22	368
	Напиток из плодов шиповника	100	0,17	0,07	7,40	33,15	301
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		150	0,37	0,27	12,30	55,15	
ОБЕД	Сельдь с луком	30	2,77	5,32	0,82	62,26	51
	Овощи натуральные	30	0,24	0,03	0,75	4,2	112
	Борщ с капустой и картофелем	150	1,05	3,07	7,05	59,25	55
	Тефтели из говядины с рисом	50	4,07	5,64	4,57	85,71	107
	Макаронные изделия отварные	110	3,90	2,98	23,63	139,09	216
	Хлеб пшеничный		0,00	0,00	0,00	0	701.1
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	700
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,81	0,04	18,54	80,1	296
ИТОГО ЗА ОБЕД		590	15,48	17,56	68,72	500,21	
ПОЛДНИК	Коржик молочный	50	3,41	6,09	32,75	199,16	598
	Какао с молоком	150	2,70	2,00	9,90	70	292
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		200	6,11	8,09	42,65	269,16	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1290	30,43	37,23	162,42	1112	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1290	30,43	37,23	162,42	1112	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1290	30,43	37,23	162,42	1112	

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

(должность)

(должность)

(ФИО)

(ФИО)

(дата)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
я Ясли
категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 3							
ЗАВТРАК	Каша овсяная молочная жидкая	140	5,28	6,55	22,09	168,18	196
	Бутерброд с маслом и сыром		0,00	0,00	0,00	0	2
	Бутерброд с сыром	30	3,75	2,25	10,88	79,5	3
	Кофейный напиток на молоке сгущенном		0,00	0,00	0,00	0	291
	Кофейный напиток на молоке	190	0,82	0,87	16,34	73,72	290
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		360	9,85	9,67	49,31	321,4	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	120	1,32	0,12	15,12	66,67	399.1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		120	1,32	0,12	15,12	66,67	
ОБЕД	Икра кабачковая (промышленного производства)	30	0,57	2,67	2,31	35,7	115
	Салат из свежих огурцов	40	0,12	0,82	0,46	9,69	13
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	4,34	4,21	10,08	95,86	83
	Говядина, тушеная с капустой	140	14,91	22,48	8,13	293,55	111
	Хлеб пшеничный		0,00	0,00	0,00	0	701.1
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	700
	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	150	0,00	0,00	15,00	57	304
	ИТОГО ЗА ОБЕД	550	22,58	30,66	49,34	561,4	
ПОЛДНИК	Оладьи (с молоком сгущенным)	60	4,57	4,40	25,61	160,24	401
	Масло сливочное	2	0,02	1,45	0,03	13,22	703
	Кисломолочные продукты (витаминизированные) (йогурт)	150	4,50	0,08	6,00	60	4

Какао с молоком	150	2,40	2,32	10,12	69,7518
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	210	9,66	7,79	30,56	230,55
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1313	42,32	36,37	165,59	1162,52
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:	1313	42,32	36,37	165,59	1162,52
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1313	42,32	36,37	165,59	1162,52

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

(должность)

(должность)

(ФИО)

(ФИО)

(дата)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
я Ясли
категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 5							
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая	170	4,20	6,51	26,16	181,03	197
	Бутерброд с маслом	36	2,49	5,84	14,64	115,02	1
	Какао с молоком	150	2,40	2,32	10,12	69,75	18
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	356	9,09	14,67	50,92	365,8	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	130	1,43	0,13	16,38	72,23	399.1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		130	1,43	0,13	16,38	72,23	
ОБЕД	Овощи отварные (морковь)	30	0,42	1,14	1,11	16,5	422
	Овощи натуральные	30	0,24	0,03	0,75	4,2	112
	Суп картофельный с клецками	150	1,05	7,71	7,30	103,17	61
	Котлеты рыбные любительские	50	6,10	1,80	3,10	53	352
	Пюре гороховое	110	10,36	3,62	23,49	170,32	170
	Масло сливочное	3	0,02	2,17	0,04	19,83	703
	Хлеб пшеничный		0,00	0,00	0,00	0	701.1
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	700
	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	160	0,00	0,00	16,00	60,8	304
ИТОГО ЗА ОБЕД		573	20,83	16,95	65,15	497,42	
ПОЛДНИК	Суп молочный с макаронными изделиями	180	3,96	3,78	14,31	107,1	77
	Масло сливочное	3	0,02	2,17	0,04	19,83	703
	Пряники	30	1,77	1,41	22,50	109,8	589
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		213	5,75	7,36	36,85	236,73	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1272	37,10	39,11	169,30	1172,18	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1272	37,10	39,11	169,30	1172,18	

5

СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1272	37,10	39,11	169,30	1172,18
-----------------------------	------	-------	-------	--------	---------

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

(должность)

(должность)

(ФИО)

(ФИО)

(дата)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
я Ясли
категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 6							
ЗАВТРАК	Каша молочная "Дружба"	150	4,57	5,94	24,45	169,48	200
	Масло сливочное	3	0,02	2,17	0,04	19,83	703
	Бутерброд с сыром	30	3,75	2,25	10,88	79,5	3
	Чай с сахаром	180	0,36	0,00	14,44	58,01	286
		363	8,70	10,36	49,81	326,82	
ЗАВТРАК 2	Напиток из плодов шиповника	120	0,20	0,08	8,88	39,78	301
	Плоды и ягоды свежие	50	0,20	0,20	4,90	22	368
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		170	0,40	0,28	13,78	61,78	
ОБЕД	Овощи отварные (морковь)	30	0,42	1,14	1,11	16,5	422
	Салат из свежей капусты, помидоров и огурцов	40	0,80	2,27	1,93	30,67	11
	Суп овощной с мясными фрикадельками со сметаной	150	3,82	9,23	10,35	141	15/2
	Тефтели рыбные	50	6,80	3,31	7,70	87,38	84
	Макаронные изделия отварные	110	3,90	2,98	23,63	139,09	216
	Хлеб пшеничный		0,00	0,00	0,00	0	701.1
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	700
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,81	0,04	18,54	80,1	296
		600	19,19	19,45	76,62	564,34	
ПОЛДНИК	Ватрушки (из дрожжевого теста с повидлом)	50	2,70	2,80	22,33	126,07	410
	Молоко кипяченое	180	4,95	5,04	7,74	95,4	284
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		230	7,65	7,84	30,07	221,47	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1363	35,94	37,93	170,28	1174,41	

ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:	1363	35,94	37,93	170,28	1174,41	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1363	35,94	37,93	170,28	1174,41	

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

(должность)

(должность)

(ФИО)

(ФИО)

(дата)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
я Если
категория:

категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7							
ЗАВТРАК	Каша гречневая молочная вязкая	140	6,15	6,15	25,27	181,66	185
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6	117
	Масло сливочное	4	0,03	2,90	0,05	26,44	703
	Чай с сахаром	180	0,09	0,00	8,19	22,5	286
		354	8,52	9,92	48,93	309,2	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		150	0,26	0,11	11,10	49,73	301
ЗАВТРАК 2	Напиток из плодов шиповника		0,00	0,00	0,00		0 368
	Плоды и ягоды свежие	150	0,26	0,11	11,10	49,73	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2							
ОБЕД	Сельдь с луком	30	2,77	5,32	0,82	62,26	51
	Салат из свежих огурцов	40	0,12	0,82	0,46	9,69	13
	Рассольник ленинградский	150	1,56	3,84	10,35	82,65	53
	Котлеты, биточки, шницели	50	6,32	6,53	3,95	98,07	97
	Рагу из овощей	110	2,40	1,72	11,68	72,77	153
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	47	701.1
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	700
	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	150	0,00	0,00	15,00	57	304
		590	17,39	18,91	65,28	499,04	
ИТОГО ЗА ОБЕД		60	11,21	7,60	6,84	140,4	231
ПОЛДНИК	Сырники из творога	20	0,39	0,90	2,65	20,3	351
	Соус молочный (сладкий)	150	0,30	0,00	12,03	48,34	286
	Чай с сахаром	230	11,90	8,50	21,52	209,04	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		1324	38,07	37,44	146,83	1067,01	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:							

ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:	1324	38,07	37,44	146,83	1067,01
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1324	38,07	37,44	146,83	1067,01

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

(должность)

(должность)

(ФИО)

(ФИО)

(дата)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
я Ясли
категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 8							
ЗАВТРАК	Яйца вареные	50	6,35	5,75	0,35	78,75	213
	Каша манная молочная жидкая (2 вариант)	80	3,16	3,98	13,19	101,07	195
	Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,4	117
	Чай с сахаром	200	0,40	0,00	16,04	64,46	286
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	11,41	10,31	39,86	296,68	
ЗАВТРАК 2	Флоды и ягоды свежие	50	0,20	0,20	4,90	22	368
	Напиток из плодов шиповника	120	0,20	0,08	8,88	39,78	301
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		170	0,40	0,28	13,78	61,78	
ОБЕД	Винегрет овощной	30	0,40	0,70	2,15	16,5	41
	Салат из свежих помидоров и огурцов	40	0,33	1,87	1,47	24	14
	Щи из свежей капусты с картофелем	150	6,67	3,72	6,67	87,61	52
	Плов из отварной говядины	160	11,33	10,56	30,66	265,6	116
	Хлеб пшеничный		0,00	0,00	0,00	0	701.1
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	700
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,81	0,04	18,54	80,1	296
ИТОГО ЗА ОБЕД		600	22,18	17,37	72,85	543,41	
ПОЛДНИК	Булочка "Веснушка"	50	3,93	2,79	26,85	148,57	274
	Кефир (3 вариант)	150	3,98	4,07	9,67	92,91	283
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		200	7,91	6,86	36,52	241,48	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1320	41,90	34,82	163,01	1143,35	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1320	41,90	34,82	163,01	1143,35	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1320	41,90	34,82	163,01	1143,35	

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

(должность)

(должность)

(ФИО)

(ФИО)

(дата)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
я
категория:

Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 9		90	3,00	4,95	10,19	97,4	67
ЗАВТРАК	Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая	40	5,98	4,04	6,06	83,48	227
	Запеканка из творога	20	1,50	0,58	10,28	52,4	117
	Батон нарезной	200	0,86	0,92	17,20	77,6	290
	Кофейный напиток на молоке	350	11,34	10,49	43,73	310,88	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		50	0,20	0,20	4,90	22	368
ЗАВТРАК 2	Фрукты и ягоды свежие	100	1,10	0,10	12,60	55,56	399,1
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	1,30	0,30	17,50	77,56	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		30	0,55	2,15	2,80	32,5	47
ОБЕД	Икра свекольная	40	0,33	1,80	1,80	25,33	12
	Салат из свежих помидоров	160	2,22	3,42	9,52	77,36	66
	Суп из овощей	50	3,55	5,14	4,16	75,75	131
	Котлеты рубленые из птицы	110	5,56	4,83	24,97	165,3	353a
	Каша рассыпчатая		0,00	0,00	0,00	0	701,1
	Хлеб пшеничный	40	2,64	0,48	13,36	69,6	700
	Хлеб ржаной	180	0,81	0,04	18,54	80,1	296
	Компот из смеси сухофруктов	610	15,66	17,86	75,15	525,94	
ИТОГО ЗА ОБЕД						131	562
ПОЛДНИК		60	3,50	3,70	21,00	79,05	18
	Пирожки печеные из сдобного теста с фаршем	170	2,72	2,63	11,48	210,05	
	Какао с молоком	230	6,22	6,33	32,48	1124,43	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		1340	34,52	34,98	168,86	1124,43	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1340	34,52	34,98	168,86		
ИТОГО ЗА ВСЬ ПЕРИОД:							

СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:

1340

34,52

34,98

168,86

1124,43

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

(должность)

(должность)

(ФИО)

(ФИО)

(дата)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
я Ясли
категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 10							
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная жидкая	90	3,25	3,51	16,02	105,8	199
	Омлет с овощами	50	3,28	6,61	1,66	79,41	220
	Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,4	117
	Кофейный напиток на молоке	190	0,82	0,87	16,34	73,72	290
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		350	8,85	11,57	44,30	311,33	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50	0,00	10,10	42,22	399,4
	Плоды и ягоды свежие	50	0,20	0,20	4,90	22	368
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		150	0,70	0,20	15,00	64,22	
ОБЕД	Овощи натуральные соленые	30	0,33	0,03	1,05	6	113
	Овощи натуральные	30	0,24	0,03	0,75	4,2	112
	Суп картофельный с бобовыми и гречками	150	4,24	3,33	18,49	121,17	62
	Печень по-строгановски	50	8,68	5,95	4,24	105,96	125
	Картофельное пюре	110	2,28	3,38	14,74	100,46	141
	Масло сливочное	3	0,02	2,17	0,04	19,83	703
	Хлеб пшеничный		0,00	0,00	0,00	0	701,1
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	700
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,67	0,03	15,45	66,75	150/200
ИТОГО ЗА ОБЕД		563	19,10	15,40	68,12	493,97	
ПОЛДНИК	Гренки	60	4,85	6,56	23,14	171,42	55
	Соус шоколадный	20	0,63	0,47	1,71	13,86	4
	Чай с молоком и сахаром	150	1,05	0,83	8,48	44,25	287
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		230	6,54	7,86	33,33	229,53	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1293	35,19	35,03	160,75	1099,05	

ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:	1293	35,19	35,03	160,75	1099,05
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1293	35,19	35,03	160,75	1099,05