

Утверждаю:

И.о. заведующий

Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: ?аллерг МБДОУ № 61 "ЛЕЛЬ"

Приложение №8

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	
	Яблоки	100	0,40	0,00	9,80	40,80	
	///Каша рисовая диета	180	3,42	0,49	40,60	180,46	12/1
	Кофейный напиток	180	0,32	0,06	14,51	59,88	9/3
	Батон	30	5,56	0,59	1,39	33,09	/0
	Сок литровый	100	0,00	0,00	10,10	40,40	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	590	10	1	76	355	
ОБЕД			0	0	0	0	
	///Суп крестьянский с пшеном диета	180	2,55	4,93	16,28	119,68	119/9
	Рыба отварная	80	15,79	5,89	0,62	118,66	256/9
	Картофельное пюре красное	130	6,03	2,30	43,86	220,15	13/5
	Кисель из сухих фруктов	180	0,35	0,00	15,61	63,84	12/3
	Хлеб	50	3,81	1,48	25,38	129,98	35/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	620	29	15	102	652	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	-Напиток ягодный из черной смородины	200	0,00	0,00	13,17	52,69	390/9
	///Пирожок с повидлом. диета	70	3,70	5,43	38,13	216,12	202/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	270	4	5	51	269	
УЖИН			0	0	0	0	
	Люля-кебаб	73	1,93	19,83	6,51	212,24	18/5
	Рагу из овощей	130	6,48	6,51	30,66	207,03	14/1
	Чай полусладкий	180	0,00	0,00	3,61	14,44	6/3
	Хлеб	50	3,81	1,48	25,38	129,98	35/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	433	12	28	66	564	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1913	54	49	296	1839	

Утверждаю:
И.о. заведующий



Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: ?аллерг МБДОУ № 61 "ЛЕЛЬ"

Приложение №8
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 2		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Груша	100	0,40	0,00	10,30	42,80	
	///Каша ячневая (жидкая) диета	180	3,66	4,08	28,35	164,71	97/1
	Чай полусладкий	180	0,00	0,00	4,01	16,04	6/3
	Батон	30	5,56	0,59	1,39	33,09	/0
	Сок литровый	100	0,00	0,00	10,10	40,40	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	590	10	5	54	297	
ОБЕД			0	0	0	0	
	*Суп картофельный	180	2,00	3,37	15,42	99,92	18/5
	Куры порционные	80	31,24	26,89	1,50	373,00	15/3
	Капуста тушеная с томатом	130	3,43	2,04	9,97	71,89	10/1
	Напиток витаминизированный	170	0,00	0,00	2,62	10,50	507/0
	Хлеб	50	3,81	1,48	25,38	129,98	35/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	610	40	34	55	685	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	-Напиток ягодный из брусники и клюквы	200	0,22	0,00	15,32	62,12	390/9
	Печенье весовое	50	3,20	8,40	34,25	225,40	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	3	8	50	288	
УЖИН			0	0	0	0	
	Салат из свеклы	60	0,84	4,06	4,93	59,54	57/1
	Мясо отварное	60	0,84	15,37	0,38	143,16	/0
	///Каша гречневая диета	130	1,69	4,13	10,85	87,27	213/9
	Чай с шиповником	180	0,34	0,14	11,84	49,95	26/3
	Хлеб	50	3,81	1,48	25,38	129,98	35/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	480	8	25	53	470	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1930	61	72	212	1740	

Утверждаю:
И.о.заведующий



Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: ?аллерг МБДОУ № 61 "ЛЕЛЬ"

Приложение №8
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 3		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	*Икра кабачковая (банки)	40	0,60	4,20	4,20	57,00	33/1
	///Каша ячневая (жидкая) диета	180	3,90	4,11	30,04	172,73	97/1
	Кофейный напиток	180	0,32	0,06	14,51	59,88	9/3
	Батон	30	2,28	0,24	0,57	13,56	/0
	Сок литровый	100	0,00	0,00	10,10	40,40	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	530	7	9	59	344	
ОБЕД			0	0	0	0	
	*Суп гороховый	180	5,78	3,64	21,82	143,08	36/3
	Котлеты (биточки) куринные	80	11,81	10,85	4,44	162,69	13/3
	Картофель тушёный со свежеморожены	130	3,34	2,54	20,78	119,38	33/2
	Компот из шиповника с лимоном	180	0,40	0,15	23,00	94,96	30/3
	Хлеб	50	3,81	1,48	25,38	129,98	35/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	620	25	19	95	650	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	-Напиток ягодный из черной смородины	200	0,00	0,00	13,17	52,69	390/9
	Пряники	25	1,48	1,18	18,75	91,48	
	Яблоки	40	0,16	0,00	3,92	16,32	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	265	2	1	36	160	
УЖИН			0	0	0	0	
	Груша	50	0,20	0,00	5,15	21,40	
	///Слоёные голубцы с мясом диета	180	7,96	34,14	32,59	469,42	333/9
	Чай полусладкий	180	0,00	0,00	3,61	14,44	6/3
	Хлеб	50	3,81	1,48	25,38	129,98	35/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	460	12	36	67	635	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1875	46	64	257	1789	

Утверждаю:
И.о.заведующий



Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: ?аллерг МБДОУ № 61 "ЛЕЛЬ"

Приложение №8
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 4		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	///Каша кукурузная диета	180	0,29	4,26	20,61	121,92	231/9
	Чай сладкий	180	0,00	0,00	13,99	55,96	3/3
	Батон	30	2,28	0,24	0,57	13,56	/0
	Сок литровый	100	0,00	0,00	10,10	40,40	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	490	3	5	45	232	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Огурцы свежие	40	0,42	0,06	1,14	6,78	/1
	///Борщ диета	180	2,48	5,34	16,07	122,10	25/3
	Люля-кебаб	73	1,48	10,81	6,51	129,22	18/5
	///Макаронные изделия с маслом диета	130	6,76	5,72	58,50	312,44	256/0
	Кисель из отвара шиповника	180	0,38	0,14	23,82	98,05	28/3
	Хлеб	50	3,81	1,48	25,38	129,98	35/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	653	15	24	131	799	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	-Напиток ягодный из черной смородины	200	0,00	0,00	13,17	52,69	390/9
	Расстегай с рыбой	60	6,50	4,29	45,42	246,30	312/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	260	7	4	59	299	
УЖИН			0	0	0	0	
	Яблоки	100	0,40	0,00	9,80	40,80	
	Сердце в соусе	80	6,96	7,17	6,96	120,06	362/0
	Картофель отварной с луком	130	4,18	4,31	33,19	188,22	20/5
	Чай полусладкий	180	0,00	0,00	4,01	16,04	6/3
	Хлеб	50	3,81	1,48	25,38	129,98	35/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	540	15	13	79	495	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1943	40	45	315	1825	

Утверждаю:
И.о.заведующий



Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: ?аллерг МБДОУ № 61 "ЛЕЛЬ"

Приложение №8
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 5		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Бананы	100	1,50	0,00	19,20	82,80	
	///Каша овсяная "Геркулес" диета	180	4,30	5,77	26,07	173,32	232/1
	Кофейный напиток	180	0,32	0,06	14,51	59,88	9/3
	Батон	30	2,28	0,24	0,57	13,56	/0
	Сок литровый	100	0,00	0,00	10,10	40,40	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	590	8	6	70	370	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Помидоры свежие	40	0,66	0,12	2,28	12,84	/1
	///Свекольник диета	180	2,07	4,81	14,71	110,42	34/1
	Куры порционные	80	10,85	9,34	0,52	129,51	15/3
	///Каша пшеничная рассыпчатая диета	130	4,49	8,50	26,48	200,36	206/9
	Кисель из клюквы (брусники)	180	0,17	0,00	23,72	95,54	27/3
	Хлеб.	45	3,15	0,99	20,51	103,51	36/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	655	21	24	88	652	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	-Напиток ягодный из брусники и клюквы	200	0,22	0,00	15,32	62,12	390/9
	Булочка домашняя	70	2,36	1,26	21,91	108,31	3/3
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	270	3	1	37	170	
УЖИН			0	0	0	0	
	*Салат из кукурузы	60	1,32	4,24	6,72	70,28	6/4
	Мясо отварное	60	0,84	15,37	0,38	143,16	/0
	///Каша рисовая диета	130	3,25	3,46	34,31	181,35	12/1
	Чай с лимоном	180	0,09	0,01	6,31	25,67	19/3
	Хлеб.	45	3,15	0,99	20,51	103,51	36/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	475	9	24	68	524	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1990	41	55	264	1717	

Утверждаю:
И.о.заведующий



Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: ?аллерг МБДОУ № 61 "ЛЕЛЬ"

Приложение №8
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 2 ДЕНЬ 1		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Бананы	90	1,35	0,00	17,28	74,52	
	///Каша пшеничная диета	180	4,46	4,10	30,84	178,10	230/9
	Чай полусладкий	180	0,00	0,00	4,01	16,04	6/3
	Батон	30	2,28	0,24	0,57	13,56	/0
	Сок литровый	100	0,00	0,00	10,10	40,40	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	580	8	4	63	323	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Суп картофельный с мясными фрикадел	180	2,05	8,37	13,41	136,97	39/1
	///Бигус с мясом диета	200	4,41	25,66	10,22	289,42	329/2
	Компот лимонный	180	0,13	0,01	16,39	66,18	16/3
	Хлеб	50	3,81	1,48	25,38	129,98	35/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	610	10	36	65	623	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	-Напиток ягодный из черной смородины	200	0,00	0,00	13,17	52,69	390/9
	Зефир	50	0,25	0,25	39,50	161,25	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	0	0	53	214	
УЖИН			0	0	0	0	
	///Печень в соусе диета	80	14,81	8,03	6,41	157,10	359/9
	/// Каша гречневая рассыпчатая диета	130	5,34	7,97	34,26	230,17	202/1
	Чай с шиповником	180	0,34	0,14	11,84	49,95	26/3
	Хлеб	50	3,81	1,48	25,38	129,98	35/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	440	24	18	78	567	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1880	43	58	259	1726	

Утверждаю:
И.о.заведующий

Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: ?аллерг МБДОУ № 61 "ЛЕЛЬ"

Приложение №8
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 2 ДЕНЬ 2		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	///Каша пшенная диета	180	6,45	1,85	41,81	209,72	15/1
	Кофейный напиток	180	0,32	0,06	14,51	59,88	9/3
	Батон	30	4,42	0,47	1,11	26,31	/0
	Сок литровый	100	0,00	0,00	10,10	40,40	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	490	11	2	68	336	
ОБЕД			0	0	0	0	
	///Рассольник диета	180	2,60	5,60	15,74	123,81	50/2
	Люля-кебаб	73	1,84	15,19	6,75	171,04	18/5
	///Картофель отварной диета	130	3,00	2,60	24,45	133,18	152/9
	Напиток витаминизированный	170	0,00	0,00	2,23	8,92	507/0
	Хлеб.	45	3,15	0,99	20,51	103,51	36/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	598	11	24	70	540	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	-Напиток ягодный из брусники и клюквы	200	0,22	0,00	15,32	62,12	390/9
	///Пирожок с ливером диета	70	13,83	11,39	35,35	299,19	309/1/9
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	270	14	11	51	361	
УЖИН			0	0	0	0	
	Бананы	100	1,50	0,00	19,20	82,80	
	Мясо отварное	60	0,84	15,37	0,38	143,16	/0
	///Каша овсяная "Геркулес" диета	130	3,90	4,57	19,60	135,10	232/1
	Чай полусладкий	180	0,00	0,00	3,61	14,44	6/3
	Хлеб.	45	3,15	0,99	20,51	103,51	36/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	515	9	21	63	479	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1873	45	59	251	1717	

Утверждаю:
И.о.заведующий



Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: ?аллерг МБДОУ № 61 "ЛЕЛЬ"

Приложение №8
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 2 ДЕНЬ 3		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Груша	100	0,40	0,00	10,30	42,80	
	///Каша манная диета	180	1,85	3,78	17,30	110,60	227/9
	Чай полусладкий	180	0,00	0,00	4,01	16,04	6/3
	Батон	30	2,28	0,24	0,57	13,56	/0
	Сок литровый	100	0,00	0,00	10,10	40,40	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	590	5	4	42	223	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из огурцов и помидоров	60	0,57	4,09	2,19	47,83	12/2
	///Свекольник диета	180	2,29	5,35	16,35	122,59	34/1
	///Плов с мясом диета	180	4,08	17,83	36,01	320,82	330/9
	Компот из сухих фруктов	180	0,32	0,00	11,99	49,23	20/3
	Хлеб	50	3,81	1,48	25,38	129,98	35/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	650	11	29	92	670	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	-Напиток ягодный из брусники и клюквы	200	0,22	0,00	15,32	62,12	390/9
	///Булочка домашняя без молока диета	70	5,02	10,84	43,38	291,19	452/10
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	270	5	11	59	353	
УЖИН			0	0	0	0	
	Салат из тушеной моркови с луком	60	0,86	5,08	4,66	67,71	43/4
	///Печень в соусе диета	100	14,81	8,03	6,41	157,10	359/9
	///Картофельное пюре диета	100	2,40	5,48	19,56	137,12	377/10
	Чай полусладкий	180	0,00	0,00	3,61	14,44	6/3
	Хлеб	50	3,81	1,48	25,38	129,98	35/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	490	22	20	60	506	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	2000	43	64	253	1754	

Утверждаю:
И.о.заведующий



Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: ?аллерг МБДОУ № 61 "ЛЕЛЬ"

Приложение №8
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 2 ДЕНЬ 4		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	///Каша кукурузная диета	180	0,37	3,95	24,94	136,73	231/9
	Кофейный напиток	180	0,32	0,06	14,51	59,88	9/3
	Батон	30	2,28	0,24	0,57	13,56	/0
	Сок литровый	100	0,00	0,00	10,10	40,40	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	490	3	4	50	251	
ОБЕД			0	0	0	0	
	*Суп картофельный с мясными фрикаде	180	4,25	8,22	28,05	203,25	39/1
	Кнели рыбные припущенные	70	10,33	4,08	3,08	90,42	302/3
	///Макаронные изделия с маслом диета	130	6,76	4,72	58,50	303,44	256/0
	Напиток витаминизированный	150	0,00	0,00	1,97	7,87	507/0
	Хлеб	50	3,81	1,48	25,38	129,98	35/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	580	25	19	117	735	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	-Напиток ягодный из черной смородины	200	0,00	0,00	13,17	52,69	390/9
	Печенье весовое	50	3,20	8,40	34,25	225,40	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	3	8	47	278	
УЖИН			0	0	0	0	
	Бананы	100	1,50	0,00	19,20	82,80	
	Мясо с рисом и овощами	200	3,85	12,81	18,42	204,34	17/2
	Чай с шиповником	180	0,34	0,14	11,84	49,95	26/3
	Хлеб	50	3,81	1,48	25,38	129,98	35/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	530	10	14	75	467	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1850	41	46	289	1731	

Утверждаю:
И.о.заведующий



Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: ?аллерг МБДОУ № 61 "ЛЕЛЬ"

Приложение №8
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 2 ДЕНЬ 5		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Яблоки	100	0,40	0,00	9,80	40,80	
	///Каша гречневая (жидкая) диета	180	3,26	4,81	25,39	157,82	97/1
	Чай полусладкий	180	0,00	0,00	4,01	16,04	6/3
	Батон	30	2,28	0,24	0,57	13,56	/0
	Сок литровый	100	0,00	0,00	10,10	40,40	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	590	6	5	50	269	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из редиса	60	0,67	4,06	1,90	46,77	20/2
	Суп рыбный	180	4,09	2,12	31,66	162,07	41/1
	Куриное рагу с картофелем	220	15,35	13,08	25,80	282,15	2/2
	Кисель из плодового или ягодного конце	180	0,10	0,00	1,55	6,62	25/3
	Хлеб	50	3,81	1,48	25,38	129,98	35/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	690	24	21	86	628	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	-Напиток ягодный из брусники и клюквы	200	0,22	0,00	15,32	62,12	390/9
	Печенье весовое	50	3,20	8,40	34,25	225,40	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	3	8	50	288	
УЖИН			0	0	0	0	
	Мясо отварное	60	0,84	15,37	0,38	143,16	/0
	/// Каша гречневая рассыпчатая диета	130	5,34	7,97	34,26	230,17	202/1
	Чай с шиповником	180	0,34	0,14	11,84	49,95	26/3
	Хлеб	50	3,81	1,48	25,38	129,98	35/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	420	10	25	72	553	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1950	44	59	258	1737	