

Утверждаю:
И.о.заведующий



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли 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	70	0,28	0,00	6,86	28,56	
	Каша рисовая молочная	150	4,98	4,71	22,72	153,25	12/1
	Кофейный напиток с молоком	150	3,17	3,25	15,96	105,77	10/1
	Батон с маслом и сыром	31	3,62	2,68	0,42	40,37	32/1
	Сок по 0,2л,	100	0,30	0,00	16,30	66,40	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	501	12	11	62	394	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Суп крестьянский с пшеном	150	1,92	3,48	11,42	84,67	42/3
	Рыба отварная	60	11,77	4,39	0,47	88,42	256/9
	Картофельное пюре красное	110	2,65	1,37	17,56	93,19	13/5
	Кисель из сухих фруктов	150	0,26	0,00	14,21	57,85	12/3
	Хлеб	40	3,04	1,18	20,30	103,98	35/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	510	20	10	64	428	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	
	Пирожок с повидлом	50	3,11	2,55	26,89	142,86	29/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	200	7	7	33	227	
УЖИН			0	0	0	0	
	Ласточкино гнездо	60	1,31	12,02	2,91	124,98	29/1
	Рагу из овощей	110	3,73	3,38	19,14	121,82	14/1
	Чай полусладкий	170	0,00	0,00	2,32	9,25	6/3
	Хлеб	40	3,04	1,18	20,30	103,98	35/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	380	8	17	45	360	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1591	48	45	204	1410	

Утверждаю:

И.о. заведующий

Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли 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	80	0,32	0,00	8,24	34,24	
	Каша ячневая с молоком	150	5,74	5,24	18,66	144,71	13/1
	Какао с молоком	150	3,14	3,35	12,78	93,87	7/3
	Батон с маслом сливочным	23	1,54	0,54	0,42	12,75	34/1
	Сок по 0,2л,	100	0,30	0,00	16,30	66,40	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	503	11	9	56	352	
ОБЕД			0	0	0	0	
	*Суп картофельный	150	1,40	2,39	10,86	70,59	18/5
	Куры порционные	70	20,01	17,23	0,96	238,93	15/3
	Капуста тушеная с томатом	110	2,67	1,29	7,79	53,39	10/1
	Компот из клюквы (брусники)	150	0,10	0,00	16,71	67,23	22/3
	Хлеб	40	3,04	1,18	20,30	103,98	35/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	520	27	22	57	534	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Ряженка	180	5,22	4,50	7,56	91,62	
	Печенье весовое	20	1,28	3,36	13,70	90,16	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	200	7	8	21	182	
УЖИН			0	0	0	0	
	Салат из свеклы	40	0,56	3,04	3,26	42,55	57/1
	Пудинг творожный	120	11,39	6,35	9,52	140,65	10/3
	Подлив киселевый	30	0,04	0,00	1,54	6,29	11/1
	Чай с шиповником	150	0,17	0,07	7,43	30,99	26/3
	Хлеб	40	3,04	1,18	20,30	103,98	35/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	380	15	11	42	324	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1603	60	50	176	1392	

Утверждаю:

И.о.заведующий

Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли 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	0,40	2,80	2,80	38,00	33/1
	Омлет натуральный	105	2,56	14,96	2,04	153,13	110/1
	-Кофейный напиток с молоком	150	2,45	2,45	6,81	59,03	414/9
	Батон с маслом сливочным	23	1,54	0,54	0,42	12,75	34/1
	Сок по 0,2л,	100	0,30	0,00	16,30	66,40	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	418	7	21	28	329	
ОБЕД			0	0	0	0	
	*Суп гороховый	150	4,16	2,57	14,88	99,25	36/3
	Котлеты (биточки) куринные	60	10,05	9,95	3,91	145,20	13/3
	Картофель тушёный со свежеморожены	110	2,56	2,37	15,41	93,08	33/2
	Компот из шиповника с лимоном	150	0,32	0,12	18,98	78,26	30/3
	Хлеб	40	3,04	1,18	20,30	103,98	35/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	510	20	16	73	520	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Кефир	180	5,22	5,76	7,20	101,52	
	Пряники	25	1,48	1,18	18,75	91,48	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	205	7	7	26	193	
УЖИН			0	0	0	0	
	Груша	90	0,36	0,00	9,27	38,52	
	Слоёные голубцы с мясом	150	4,43	18,30	14,82	241,64	31/9
	Чай полусладкий	170	0,00	0,00	2,32	9,25	6/3
	Хлеб	40	3,04	1,18	20,30	103,98	35/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	8	19	47	393	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1583	42	63	175	1435	

Утверждаю:
И.о.заведующий



Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли 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	
	Яйцо отварное	1	0,68	4,60	0,28	45,24	5/1
	Каша пшеничная (кукурузная) молочная	150	4,83	4,66	14,26	118,29	8/1
	Какао с молоком	150	3,14	3,35	12,78	93,87	7/3
	Батон с маслом и сыром	31	3,62	2,68	0,42	40,37	32/1
	Сок по 0,2л,	100	0,30	0,00	16,30	66,40	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	432	13	15	44	364	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Огурцы свежие	40	0,28	0,04	0,76	4,52	/1
	*Борщ	150	1,77	1,89	10,46	65,93	25/1
	Люля-кебаб	63	1,31	9,30	5,33	110,12	18/5
	Макаронные изделия с маслом	110	2,60	0,28	22,50	102,88	6/1
	Кисель из отвара шиповника	150	0,30	0,11	12,07	50,50	28/3
	Хлеб	40	3,04	1,18	20,30	103,98	35/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	553	9	13	71	438	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	
	Расстегай с рыбой	50	6,00	4,20	38,01	213,81	312/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	200	10	9	44	298	
УЖИН			0	0	0	0	
	Яблоки	90	0,36	0,00	8,82	36,72	
	Сердце в соусе	60	5,20	5,37	5,18	89,88	362/0
	Картофель отварной с луком	110	3,04	2,11	24,25	128,21	20/5
	Чай полусладкий	170	0,00	0,00	2,02	8,04	6/3
	Хлеб	40	3,04	1,18	20,30	103,98	35/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	470	12	9	61	367	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1655	44	46	220	1467	

Утверждаю:
И.о.заведующий



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли 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	70	1,05	0,00	13,44	57,96	
	Каша овсяная "Геркулес" молочная	150	5,64	5,47	19,41	149,47	9/1
	Кофейный напиток с молоком	150	3,17	3,25	15,96	105,77	10/1
	Батон с маслом и сыром	31	3,62	2,68	0,42	40,37	32/1
	Сок по 0,2л,	100	0,30	0,00	16,30	66,40	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	501	14	11	66	420	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Помидоры свежие	40	0,44	0,08	1,52	8,56	/1
	Свекольник	150	1,66	3,40	10,76	80,30	34/1
	Суфле куриное	80	11,02	12,82	2,08	167,80	25/3
	Каша пшеничная рассыпчатая	110	2,56	0,71	14,98	76,53	4/1
	Компот из кураги	150	0,52	0,03	14,08	58,68	23/3
	Хлеб.	40	2,76	0,84	18,00	90,60	36/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	570	19	18	61	482	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	Булочка домашняя	50	2,33	2,67	17,02	101,36	3/3
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	200	6	6	33	216	
УЖИН			0	0	0	0	
	*Салат из кукурузы	40	0,88	3,16	4,48	49,85	6/4
	Запеканка творожная с морковью	120	11,63	4,70	15,75	151,82	13/3
	Подлив сметанный сладкий	30	0,43	1,35	2,71	24,68	10/2
	Чай с лимоном	170	0,07	0,01	5,25	21,34	19/3
	Хлеб.	40	2,76	0,84	18,00	90,60	36/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	16	10	46	338	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1671	55	46	206	1457	

Утверждаю:
И.о. заведующий

Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли 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	80	1,20	0,00	15,36	66,24	
	Каша пшеничная (кукурузная) молочная	150	5,86	4,77	20,37	147,92	8/1
	-*Какао с молоком	150	2,91	3,09	7,41	69,17	416/9
	Батон с маслом сливочным	23	1,54	0,54	0,42	12,75	34/1
	Сок по 0,2л,	100	0,30	0,00	16,30	66,40	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	503	12	8	60	362	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Суп картофельный с мясными фрикадел	150	1,33	5,68	8,52	90,44	39/1
	*Бигус с мясом	150	3,68	17,06	8,27	201,30	9/2
	Компот лимонный	150	0,09	0,01	16,27	65,52	16/3
	Хлеб	40	3,04	1,18	20,30	103,98	35/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	490	8	24	53	461	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Кефир	180	5,22	5,76	7,20	101,52	
	Зефир	20	0,10	0,10	15,80	64,50	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	200	5	6	23	166	
УЖИН			0	0	0	0	
	*Суфле из печени	60	16,09	7,19	5,87	152,50	20/3
	Каша гречневая рассыпчатая	110	4,47	2,03	28,59	150,56	1/1
	Соус сметанный (сметана 3/5)	30	0,30	0,60	1,53	12,70	13/3
	Чай с шиповником	150	0,17	0,07	7,43	30,99	26/3
	Хлеб	40	3,04	1,18	20,30	103,98	35/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	390	24	11	64	451	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1583	49	49	200	1440	

Утверждаю:
И.о.заведующий



Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли 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 молочная	150	6,09	5,20	23,44	164,98	10/1
	-Кофейный напиток с молоком	150	2,45	2,45	6,81	59,03	414/9
	Батон с маслом и сыром	31	3,62	2,68	0,42	40,37	32/1
	Сок по 0,2л,	100	0,30	0,00	16,30	66,40	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	431	12	10	47	331	
ОБЕД			0	0	0	0	
	*Рассольник	150	2,07	4,11	11,07	89,58	50/2
	Люля-кебаб	63	1,31	9,30	5,33	110,12	18/5
	Морковь в сметане	110	2,24	3,42	11,58	86,11	25/1
	Компот из клюквы (брусники)	150	0,10	0,00	16,71	67,23	22/3
	Хлеб.	40	2,76	0,84	18,00	90,60	36/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	513	8	18	63	444	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	ЙОГУРТ	180	6,30	7,20	1,98	97,92	
	Пирожок с ливером	50	8,61	5,63	6,00	109,15	309/2
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	230	15	13	8	207	
УЖИН			0	0	0	0	
	Бананы	90	1,35	0,00	17,28	74,52	
	Творожные ватрушки с курагой	140	14,94	6,11	23,51	208,67	5/2
	Соус клюквенный	20	0,03	0,00	3,90	15,73	435/0
	Чай полусладкий	180	0,00	0,00	2,42	9,65	6/3
	Хлеб.	40	2,76	0,84	18,00	90,60	36/1
	Конфеты	20	0,39	0,40	2,72	16,03	
	ИТОГО ЗА УЖИН	490	19	7	68	415	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1664	55	48	185	1397	

Утверждаю:
И.о.заведующий



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли 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	70	0,28	0,00	7,21	29,96	
	Омлет с зеленым горошком	105	2,49	11,55	2,79	125,13	111/1
	Какао с молоком	160	3,37	3,59	14,12	102,27	7/3
	Батон с маслом сливочным	23	1,54	0,54	0,42	12,75	34/1
	Сок по 0,2л,	100	0,30	0,00	16,30	66,40	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	458	8	16	41	337	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из огурцов и помидоров	40	0,37	3,06	1,24	33,99	12/2
	Свекольник с отварной свеклой	150	1,95	3,40	11,85	85,72	34/8
	Плов с мясом	150	3,35	7,49	31,10	205,32	7/3
	Компот из сухих фруктов	150	0,23	0,00	10,99	44,86	20/3
	Хлеб	40	3,04	1,18	20,30	103,98	35/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	530	9	15	75	474	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	Расстегай с рыбой	50	3,43	3,93	20,36	130,44	312/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	200	7	8	37	245	
УЖИН			0	0	0	0	
	Салат из тушеной моркови с луком	40	0,59	3,06	3,21	42,66	43/4
	Печень в сметанном соусе	60	13,20	4,39	5,37	113,71	39/2
	Картофельное пюре	100	2,81	1,59	18,92	101,26	9/1
	Чай полусладкий	160	0,00	0,00	2,12	8,45	6/3
	Хлеб	40	3,04	1,18	20,30	103,98	35/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	20	10	50	370	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1588	44	49	203	1426	

Утверждаю:
И.о.заведующий

Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли 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 пшеничная (кукурузная) молочная	150	5,86	4,77	20,37	147,92	8/1
	-Кофейный напиток с молоком	150	2,45	2,45	6,81	59,03	414/9
	Батон с маслом и сыром	31	3,62	2,68	0,42	40,37	32/1
	Сок по 0,2л,	100	0,30	0,00	16,30	66,40	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	431	12	10	44	314	
ОБЕД			0	0	0	0	
	*Суп картофельный с мясными фрикаде	150	2,91	6,09	18,50	140,47	39/1
	Кнели рыбные припущенные	50	7,83	4,24	2,76	80,40	302/3
	Макаронные изделия с маслом	110	2,36	0,63	20,29	96,30	6/1
	Соус сметанный (сметана 3/5)	30	0,30	0,60	1,53	12,70	13/3
	Компот лимонный	150	0,09	0,01	16,27	65,52	16/3
	Хлеб	40	3,04	1,18	20,30	103,98	35/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	530	17	13	80	499	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	
	Кекс песочный	50	3,91	3,18	32,47	174,07	12/2
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	200	8	8	38	259	
УЖИН			0	0	0	0	
	Бананы	90	1,35	0,00	17,28	74,52	
	Мясо с рисом и овощами	150	3,14	10,78	13,63	164,16	17/2
	Чай с шиповником	150	0,17	0,07	7,43	30,99	26/3
	Хлеб	40	3,04	1,18	20,30	103,98	35/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	430	8	12	59	374	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1591	45	43	221	1445	

Утверждаю:
И.о.заведующий



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли 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	70	0,28	0,00	6,86	28,56	
	Каша гречневая на молоке	150	5,39	5,13	20,42	149,51	4/1
	Какао с молоком	150	3,14	3,35	12,78	93,87	7/3
	Батон с маслом сливочным	23	1,54	0,54	0,42	12,75	34/1
	Сок по 0,2л,	100	0,30	0,00	16,30	66,40	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	493	11	9	57	351	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из редиса	40	0,44	3,04	1,26	34,11	20/2
	Суп рыбный	150	3,41	1,71	26,47	134,83	41/1
	Куриное рагу с картофелем	180	13,20	10,93	23,60	245,54	2/2
	Кисель из плодового или ягодного конце	150	0,09	0,00	1,35	5,76	25/3
	Хлеб	40	3,04	1,18	20,30	103,98	35/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	560	20	17	73	524	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Ряженка	180	5,22	4,50	7,56	91,62	
	-Булочка "Нежная"	50	1,86	1,28	15,13	79,50	579/3
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	230	7	6	23	171	
УЖИН			0	0	0	0	
	Суфле морковно-творожное	180	7,07	5,14	21,74	161,30	15/5
	Подлив сметанный сладкий	30	0,43	1,35	2,71	24,68	10/2
	Чай с шиповником	150	0,17	0,07	7,43	30,99	26/3
	Вафли	25	0,70	0,83	19,33	87,53	
	Хлеб	40	3,04	1,18	20,30	103,98	35/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	425	11	9	72	408	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1708	49	40	224	1455	