

Утверждаю:
Заведующая

Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: ?Аллергики МБДОУ № 61 "Лель"

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая 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	11,30	46,80	
	///Каша пшеничная диета	150	1,57	6,34	20,59	145,68	230/14
	Чай полусладкий	180	0,02	0,19	8,03	33,95	264/3
	Печенье	30	2,00	2,50	21,00	114,50	181/15
	Сок	100	0,00	0,00	12,00	48,00	501/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	560	4	9	73	389	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Икра кабачковая из банок	50	0,60	4,20	4,20	57,00	150/14
	Суп рыбный	180	13,04	3,97	24,10	184,30	120/14
	Сердце в соусе.	80	10,78	6,84	4,49	122,46	361/14
	Картофель отварной с маслом	130	1,56	2,55	29,63	147,70	152/14
	Кисель из плодового или ягодного конфе	180	0,03	0,00	23,50	94,10	484/14
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	670	28	18	101	682	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Немолоко	180	5,60	5,00	2,80	78,60	112/15
	Булочка домашняя	70	5,33	4,74	38,28	217,04	274/3
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	11	10	41	296	
УЖИН			0	0	0	0	
	Бигус с мясом	200	4,96	12,21	41,79	296,93	329/2
	Чай с лимоном полусладкий	200	0,13	0,27	12,39	52,51	260/3
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	8	13	69	426	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1930	51	50	285	1793	

Утверждаю:
Заведующая

Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: ?Аллергики 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	10,70	44,40	
	///Каша кукурузная диета	150	2,19	7,63	25,56	179,70	231/14
	Чай полусладкий	180	0,03	0,21	9,04	38,19	264/3
	Печенье	30	2,00	2,50	21,00	114,50	181/15
	Сок	100	0,00	0,00	12,00	48,00	501/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	560	5	10	78	425	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат "Зимний"	50	0,73	6,04	6,87	84,69	9/2
	Свекольник	180	4,15	5,32	27,42	174,12	34/1
	Плов с курами	200	16,32	12,70	38,60	333,90	191/3
	Компот из кураги	180	0,66	0,24	19,90	84,39	250/3
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	660	24	25	108	754	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Немолоко	200	5,60	5,00	2,80	78,60	112/15
	Печенье	50	2,00	2,50	21,00	114,50	181/15
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	8	8	24	193	
УЖИН			0	0	0	0	
	///Каша жидкая с крупой диета	150	0,89	3,39	24,41	131,76	141/8
	*Котлеты (биточки) рыбные	70	20,54	5,28	1,33	135,00	143/14
	Чай полусладкий	200	0,02	0,19	8,03	33,95	264/3
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	470	24	10	49	377	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1940	60	52	259	1749	

Утверждаю:

Заведующая

Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: ?Аллергики 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	
	Банан	100	1,50	0,00	12,40	55,60	
	///Каша жидкая с крупой диета	150	0,89	3,39	24,41	131,76	141/8
	Чай полусладкий	180	0,02	0,19	8,03	33,95	264/3
	Печенье	30	2,00	2,50	21,00	114,50	181/15
	Сок	100	0,00	0,00	12,00	48,00	501/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	560	4	6	78	384	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Огурец соленый долька	50	0,00	0,00	1,80	7,20	35/15
	Суп картофельный с рыбными фрикадел	180	8,40	6,92	22,56	186,05	124/14
	Бигус с мясом	200	4,96	12,21	41,79	296,93	329/2
	Компот из свежей брусники	180	0,23	0,36	20,13	84,68	498/14
	Хлеб прибрежный	25	1,91	0,23	12,43	59,38	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	660	17	20	111	690	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Немолоко	180	5,60	5,00	2,80	78,60	112/15
	Булочка домашняя	70	5,33	4,74	38,28	217,04	274/3
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	11	10	41	296	
УЖИН			0	0	0	0	
	-Говядина тушеная с овощами	200	4,02	22,17	64,52	473,66	290/9
	Чай с шиповником	200	0,00	0,00	8,86	35,46	256/3
	Хлеб прибрежный	25	1,91	0,23	12,43	59,38	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	7	23	98	625	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1920	39	58	328	1994	

Утверждаю:
Заведующая

Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: ?Аллергики 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	
	Яблоки	100	0,40	0,00	11,30	46,80	
	///Каша пшенная диета	150	1,81	2,45	17,55	99,46	15/1
	Чай полусладкий	180	0,02	0,19	8,03	33,95	264/3
	Батончик с джемом	35	1,98	0,72	5,65	37,00	1/13/15
	Сок	100	0,00	0,00	12,00	48,00	501/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	565	4	3	55	265	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из свеклы	50	0,96	6,00	6,11	82,27	26/14
	Рассольник	180	4,14	5,38	28,29	178,02	50/2
	Каша гречневая рассыпчатая	130	4,26	3,96	24,08	148,99	202/1
	Бефстроганов из печени	90	0,71	7,26	4,17	84,89	172/3
	Кисель из отвара шиповника	180	0,13	0,30	19,80	82,38	481/14
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	680	13	24	98	653	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Немолоко	200	5,60	5,00	2,80	78,60	112/15
	зефир	50	0,40	0,00	39,15	158,20	/15
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	6	5	42	237	
УЖИН			0	0	0	0	
	*Горошек зеленый(консервированный)	50	1,86	0,00	3,90	23,04	22/1
	*Рыба, тушеная в томатном соусе	80	11,88	4,37	5,13	107,32	144/1
	-Картофельное пюре	130	1,20	0,12	23,64	100,44	377/9
	Чай полусладкий	180	0,02	0,19	8,03	33,95	264/3
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	490	17	5	56	341	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1985	40	37	250	1496	

Утверждаю:
Заведующая

Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: ?Аллергики 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	
	Яблоко запеченное	100	0,42	0,10	16,30	67,74	385/1
	///Каша ячневая (жидкая) диета	150	0,95	6,32	17,25	129,63	97/1
	Чай полусладкий	180	0,02	0,19	8,03	33,95	264/3
	Печенье	30	2,00	2,50	21,00	114,50	181/15
	Сок	100	0,00	0,00	12,00	48,00	501/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	560	3	9	75	394	
ОБЕД			0	0	0	0	
	-Винегрет овощной	50	0,54	7,52	5,62	92,26	82/3
	Суп с мучными клецками	180	4,85	5,48	32,14	197,19	37/1
	Запеканка вермишелевая с отварным м	200	7,49	12,46	70,63	424,55	93/2
	Соус белый основной	40	0,00	0,00	0,00	0,00	414/3
	Компот лимонный	180	0,19	0,36	18,52	78,08	242/3
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	700	16	27	142	869	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Немолоко	180	5,60	5,00	2,80	78,60	112/15
	Пирог манный	70	3,70	7,07	34,36	215,68	22/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	9	12	37	294	
УЖИН			0	0	0	0	
	-Жаркое по-домашнему	200	3,64	14,87	67,06	416,55	374/3
	Чай полусладкий	200	0,02	0,19	8,03	33,95	264/3
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	6	16	90	527	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1960	34	63	344	2084	

Утверждаю:
Заведующая Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: ?Аллергики 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	
	Груша	100	0,40	0,00	10,70	44,40	
	///Каша манная диета	150	2,29	6,24	15,08	125,59	227/14
	Чай не сладкий	180	0,00	0,00	0,04	0,17	264/8
	Печенье	30	2,00	2,50	21,00	114,50	181/15
	Сок	100	0,00	0,00	12,00	48,00	501/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	560	5	9	59	333	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из тушеной капусты	50	1,07	7,52	4,25	88,86	6/2
	///Суп фасолевый диета	180	5,23	8,43	27,80	208,01	52/15
	Тефтели с рисом в соусе	220	5,65	10,46	69,39	394,10	182/3
	Кисель из сухих фруктов	180	0,52	0,26	27,17	113,08	480/14
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	680	15	27	144	881	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Немолоко	180	5,60	5,00	2,80	78,60	112/15
	*Расстегай с рыбой маленький	70	21,80	7,81	24,47	255,35	312/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	27	13	27	334	
УЖИН			0	0	0	0	
	///Плов с мясом из гречки диета	200	5,60	23,53	53,36	447,55	163/3
	Чай с лимоном полусладкий	200	0,13	0,27	12,39	52,51	260/3
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	8	24	81	577	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1940	55	73	311	2124	

Утверждаю:

Заведующая

Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: ?Аллергики 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	
	Яблоки	100	0,40	0,00	11,30	46,80	
	///Каша овсяная "Геркулес" диета	150	0,03	7,34	18,20	138,93	232/1
	Чай полусладкий	180	0,02	0,19	8,03	33,95	264/3
	Батончик с джемом	35	1,98	0,72	5,65	37,00	1/13/15
	Сок	100	0,00	0,00	12,00	48,00	501/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	565	2	8	55	305	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Икра свекольная с чесноком	50	1,19	6,00	7,05	86,97	34/14
	Суп гороховый	180	5,61	5,64	35,18	213,90	36/3
	Куриное рагу с картофелем	200	13,97	10,23	30,63	270,38	376/14
	Компот из черной смородины	180	0,29	0,28	15,99	67,63	32/2
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	660	23	23	104	715	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Немолоко	180	5,60	5,00	2,80	78,60	112/15
	Пирожок с ливером.	80	7,89	10,11	32,23	251,40	309/1/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	260	13	15	35	330	
УЖИН			0	0	0	0	
	*Рыба под овощами	200	12,40	4,71	20,05	172,32	144/1
	Чай с шиповником	200	0,00	0,00	8,86	35,46	256/3
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	15	5	44	284	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1935	54	52	238	1635	

Утверждаю:
Заведующая



Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: ?Аллергики 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	
	Банан	100	1,50	0,00	12,40	55,60	
	///Каша жидкая с крупой диета	150	0,89	3,39	24,41	131,76	141/8
	Чай не сладкий	180	0,00	0,00	0,04	0,17	264/8
	Печенье	30	2,00	2,50	21,00	114,50	181/15
	Сок	100	0,00	0,00	12,00	48,00	501/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	560	4	6	70	350	
ОБЕД			0	0	0	0	
	-Икра морковная	50	0,82	4,56	6,15	68,91	55/9
	Суп с домашней лапшой (без картофеля)	180	3,45	2,74	29,63	156,96	129/14
	Куры порционные	80	21,69	9,05	0,46	170,06	366/14
	Пюре из гороха с маслом	130	5,06	3,20	28,93	164,75	388/14
	Компот из яблок с лимоном	180	0,19	0,32	19,94	83,39	487/14
	Хлеб прибрежный	25	1,91	0,23	12,43	59,38	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	670	34	20	110	760	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Немолоко	180	5,60	5,00	2,80	78,60	112/15
	Кекс песочный	70	5,42	6,26	48,55	272,25	204/2
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	11	11	51	351	
УЖИН			0	0	0	0	
	-Жаркое по-домашнему	200	3,64	14,87	67,06	416,55	374/3
	Чай полусладкий	200	0,02	0,19	8,03	33,95	264/3
	Хлеб прибрежный	25	1,91	0,23	12,43	59,38	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	7	15	100	566	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1930	56	53	331	2026	

Утверждаю:
Заведующая

Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: ?Аллергики 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	
	Яблоки	100	0,40	0,00	11,30	46,80	
	///Каша гречневая (жидкая) диета	150	1,22	6,54	11,86	111,15	97/1
	Чай полусладкий	180	0,02	0,19	8,03	33,95	264/3
	Печенье	30	2,00	2,50	21,00	114,50	181/15
	Сок	100	0,00	0,00	12,00	48,00	501/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	560	4	9	64	354	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Кукуруза консервированная	50	1,32	0,00	4,80	24,48	22/1
	///Суп из овощей (диета)	180	4,41	5,32	25,87	168,97	117/14
	*Рыбное суфле	80	23,93	7,57	0,79	167,01	303/14
	Капуста тушеная с томатом	130	3,02	3,02	10,49	81,15	200/1
	Компот из чернослива	180	0,39	0,28	23,83	99,37	250/2
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	670	36	17	81	618	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Немолоко	200	5,60	5,00	2,80	78,60	112/15
	вафли	50	1,60	2,50	32,35	158,30	110/15
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	7	8	35	237	
УЖИН			0	0	0	0	
	Жаркое из сердца	200	15,18	2,98	42,48	257,43	363/18
	Чай полусладкий	200	0,02	0,19	8,03	33,95	264/3
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	18	4	66	368	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1930	64	37	246	1577	

Утверждаю:
Заведующая



Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: ?Аллергики 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	11,30	46,80	
	///Каша "Розовые щечки" диета	150	2,29	6,24	24,83	164,59	88/1
	Чай полусладкий	180	0,02	0,19	8,03	33,95	264/3
	Печенье	30	2,00	2,50	21,00	114,50	181/15
	Сок	100	0,00	0,00	12,00	48,00	501/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	560	5	9	77	408	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из томатов в с/с	50	0,08	6,00	2,47	64,18	37/1
	Борщ	180	4,31	5,32	26,99	173,03	25/3
	Макаронные изделия с маслом	130	6,80	2,32	46,53	234,15	256/15
	Гуляш мясной	80	2,12	11,45	34,04	247,69	327/14
	Компот из кураги и изюма	180	0,69	0,26	25,38	106,59	241/2
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	670	16	26	151	902	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Немолоко	200	5,60	5,00	2,80	78,60	112/15
	Мармелад	50	0,00	0,61	9,39	43,07	111/15
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	6	6	12	122	
УЖИН			0	0	0	0	
	Бигус с мясом	200	4,96	12,21	41,79	296,93	329/2
	Чай полусладкий	200	0,02	0,19	8,03	33,95	264/3
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	7	13	65	407	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1930	34	54	305	1839	

Утверждаю:
Заведующая

Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: ?Аллергии 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 3 ДЕНЬ 1		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Груша	100	0,40	0,00	10,70	44,40	
	///Каша пшеничная диета	150	1,57	6,34	20,59	145,68	230/14
	Чай полусладкий	180	0,02	0,19	8,03	33,95	264/3
	Печенье	30	2,00	2,50	21,00	114,50	181/15
	Сок	100	0,00	0,00	12,00	48,00	501/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	560	4	9	72	387	
ОБЕД			0	0	0	0	
	*Горошек зеленый(консервированный)	50	1,86	0,00	3,90	23,04	22/1
	Уха с крупой	180	7,10	0,44	18,17	105,11	122/14
	///Печень в соусе диета	80	0,32	10,05	2,20	100,52	359/14
	-Картофельное пюре	130	1,20	0,12	23,64	100,44	377/9
	Кисель из плодового или ягодного конце	180	0,03	0,00	23,50	94,10	484/14
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	670	13	11	87	500	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Немолоко	180	5,60	5,00	2,80	78,60	112/15
	Пирожок с капустой	70	5,95	6,92	35,95	229,80	291/3
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	12	12	39	308	
УЖИН			0	0	0	0	
	-Жаркое по-домашнему	200	3,64	14,87	67,06	416,55	374/3
	Чай полусладкий	200	0,02	0,19	8,03	33,95	264/3
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	6	16	90	527	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1930	35	48	288	1722	

Утверждаю:
Заведующая



Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: ?Аллергики 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 3 ДЕНЬ 2		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Яблоки	100	0,40	0,00	11,30	46,80	
	///Каша кукурузная диета	150	1,86	6,36	21,56	150,89	231/14
	Чай полусладкий	180	0,02	0,19	8,03	33,95	264/3
	Батончик с джемом	35	1,98	0,72	5,65	37,00	1/13/15
	Сок	100	0,00	0,00	12,00	48,00	501/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	565	4	7	59	317	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат "Зимний"	50	0,73	6,04	6,87	84,69	9/2
	Бульон куриный	180	4,15	3,54	0,29	49,66	28/3
	Котлеты (биточки) куриные	80	11,84	7,03	1,98	118,47	374/14
	Рис припущенный с маслом	130	3,91	2,73	38,58	194,52	386/14
	Соус белый основной	30	0,00	0,00	0,00	0,00	414/3
	Компот из свежей брусники	180	0,23	0,36	20,13	84,68	498/14
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	700	23	20	83	609	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Немолоко	200	5,60	5,00	2,80	78,60	112/15
	Печенье злаковое	50	50,00	50,00	50,00	850,00	181/15
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	56	55	53	929	
УЖИН			0	0	0	0	
	*Рыба, тушеная в томатном соусе	80	11,88	4,37	5,13	107,32	144/1
	Картофель отварной с маслом	130	1,56	2,55	29,63	147,70	152/14
	Чай с шиповником	200	0,00	0,00	8,86	35,46	256/3
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	460	16	8	59	367	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1975	99	90	253	2221	

Утверждаю:
Заведующая

Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: ?Аллергики 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 3 ДЕНЬ 3		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Банан	100	1,50	0,00	12,40	55,60	
	///Каша жидкая с крупой диета	150	0,89	3,39	24,41	131,76	141/8
	Чай полусладкий	180	0,02	0,19	8,03	33,95	264/3
	Печенье	30	2,00	2,50	21,00	114,50	181/15
	Сок	100	0,00	0,00	12,00	48,00	501/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	560	4	6	78	384	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Икра кабачковая из банок	50	0,60	4,20	4,20	57,00	150/14
	Суп картофельный с рыбными фрикадел	180	8,40	6,92	22,56	186,05	124/14
	Бигус с мясом	200	4,96	12,21	41,79	296,93	329/2
	Компот лимонный	180	0,19	0,36	18,52	78,08	242/3
	Хлеб прибрежный	25	1,91	0,23	12,43	59,38	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	660	17	24	112	734	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Немолоко	180	5,60	5,00	2,80	78,60	112/15
	Кекс песочный	70	5,42	6,26	48,55	272,25	204/2
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	11	11	51	351	
УЖИН			0	0	0	0	
	*Рыба под овощами	200	12,40	4,71	20,05	172,32	144/1
	Чай полусладкий	200	0,02	0,19	8,03	33,95	264/3
	Хлеб прибрежный	25	1,91	0,23	12,43	59,38	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	16	5	53	322	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1920	48	47	294	1790	

Утверждаю:
Заведующая

Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: ?Аллергики 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 3 ДЕНЬ 4		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Яблоки	100	0,40	0,00	11,30	46,80	
	///Каша ячневая (жидкая) диета	150	0,95	6,32	17,25	129,63	97/1
	Чай не сладкий	180	0,00	0,00	0,04	0,17	264/8
	Печенье	30	2,00	2,50	21,00	114,50	181/15
	Сок	100	0,00	0,00	12,00	48,00	501/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	560	3	9	62	339	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из свеклы	50	0,96	6,00	6,11	82,27	26/14
	Суп рисовый с чесноком	180	4,10	5,36	28,86	180,06	60/2
	Запеканка картофельная с отварным мя	200	3,53	13,92	60,12	379,78	334/14
	Соус красный основной	40	0,48	0,85	3,27	22,56	422/14
	Кисель из сухих фруктов	180	0,52	0,26	27,17	113,08	480/14
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	700	12	27	141	854	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Немолоко	180	5,60	5,00	2,80	78,60	112/15
	-Булочка дорожная	70	4,82	0,63	34,23	161,93	453/9
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	10	6	37	241	
УЖИН			0	0	0	0	
	///Плов с мясом из гречки диета	200	5,60	23,53	53,36	447,55	163/3
	Чай полусладкий	200	0,02	0,19	8,03	33,95	264/3
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	8	24	77	558	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1960	34	66	316	1992	

Утверждаю:
Заведующая

Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: ?Аллергики 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 3 ДЕНЬ 5		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Яблоко запеченное	100	0,42	0,10	16,30	67,74	385/1
	///Каша овсяная "Геркулес" диета	150	0,03	7,34	18,20	138,93	232/1
	Чай полусладкий	180	0,02	0,19	8,03	33,95	264/3
	Печенье	30	2,00	2,50	21,00	114,50	181/15
	Сок	100	0,00	0,00	12,00	48,00	501/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	560	2	10	76	403	
ОБЕД			0	0	0	0	
	-Винегрет овощной	50	0,54	7,52	5,62	92,26	82/3
	Суп гороховый	180	5,61	5,64	35,18	213,90	36/3
	Сердце в соусе.	80	10,78	6,84	4,49	122,46	361/14
	Каша перловая рассыпчатая	130	5,18	3,01	40,62	210,20	207/1
	Компот из чернослива	180	0,39	0,28	23,83	99,37	250/2
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	670	25	24	125	815	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Немолоко	200	5,60	5,00	2,80	78,60	112/15
	зефир	50	0,40	0,00	39,15	158,20	/15
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	6	5	42	237	
УЖИН			0	0	0	0	
	Кнели рыбные припущенные	70	21,81	6,43	0,68	147,78	302/14
	Рагу из овощей	130	3,44	6,62	27,65	183,90	77/1
	Чай с лимоном полусладкий	200	0,13	0,27	12,39	52,51	260/3
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	28	14	56	461	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1930	61	53	298	1915	

Утверждаю:
Заведующая

Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: ?Аллергики 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 4 ДЕНЬ 1		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Груша	100	0,40	0,00	10,70	44,40	
	///Каша жидкая с крупой диета	150	0,89	3,39	24,41	131,76	141/8
	Чай полусладкий	180	0,02	0,19	8,03	33,95	264/3
	Печенье	30	2,00	2,50	21,00	114,50	181/15
	Сок	100	0,00	0,00	12,00	48,00	501/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	560	3	6	76	373	
ОБЕД			0	0	0	0	
	-Икра морковная	50	0,82	4,56	6,15	68,91	55/9
	Свекольник	180	4,15	5,32	27,42	174,12	34/1
	Суфле куринное	80	24,61	17,08	1,89	259,73	368/14
	Макаронные изделия с маслом	130	6,80	2,32	46,53	234,15	256/15
	-Соус польский	30	0,00	0,00	0,00	0,00	466/3
	Кисель из отвара шиповника	180	0,13	0,30	19,80	82,38	481/14
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	700	39	30	117	896	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Немолоко	180	5,60	5,00	2,80	78,60	112/15
	Пирожок с яблоком.	70	3,75	4,65	33,08	189,07	316/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	9	10	36	268	
УЖИН			0	0	0	0	
	-Говядина тушеная с овощами	200	4,02	22,17	64,52	473,66	290/9
	Чай полусладкий	200	0,02	0,19	8,03	33,95	264/3
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	6	23	88	584	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1960	58	69	317	2120	

Утверждаю:
Заведующая

Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: ?Аллергики 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 4 ДЕНЬ 2		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Яблоки	100	0,40	0,00	11,30	46,80	
	///Каша пшенная диета	150	1,81	2,45	17,55	99,46	15/1
	Чай полусладкий	180	0,02	0,19	8,03	33,95	264/3
	Печенье	30	2,00	2,50	21,00	114,50	181/15
	Сок	100	0,00	0,00	12,00	48,00	501/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	560	4	5	70	343	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Икра свекольная с чесноком	50	1,19	6,00	7,05	86,97	34/14
	Щи из свежей капусты без картофеля	180	4,31	5,25	13,98	120,38	55/1
	Куриное рагу с картофелем	200	13,97	10,23	30,63	270,38	376/14
	Компот из кураги	180	0,66	0,24	19,90	84,39	250/3
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	660	23	22	87	639	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Немолоко	200	5,60	5,00	2,80	78,60	112/15
	Печенье крекер	50	50,00	50,00	50,00	850,00	180/15
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	56	55	53	929	
УЖИН			0	0	0	0	
	///Запеканка вермишелевая с отварным	200	7,43	16,81	70,57	463,22	93/2
	///Соус красный основной диета	40	0,46	3,05	3,27	42,32	422/14
	Чай с шиповником	180	0,00	0,00	8,86	35,46	256/3
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	470	10	21	98	618	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1940	93	103	307	2528	

Утверждаю:
Заведующая

Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: ?Аллергии 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 4 ДЕНЬ 3		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Банан	100	1,50	0,00	12,40	55,60	
	///Каша "Розовые щечки" диета	150	2,29	6,24	24,83	164,59	88/1
	Чай не сладкий	180	0,00	0,00	0,04	0,17	264/8
	Печенье	30	2,00	2,50	21,00	114,50	181/15
	Сок	100	0,00	0,00	12,00	48,00	501/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	560	6	9	70	383	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Кукуруза консервированная	50	1,32	0,00	4,80	24,48	22/1
	Суп рыбный	180	13,04	3,97	24,10	184,30	120/14
	Азу с чесноком и картофелем	200	3,33	12,35	59,66	363,04	325/14
	Компот из черной смородины	180	0,29	0,28	15,99	67,63	32/2
	Хлеб прибрежный	25	1,91	0,23	12,43	59,38	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	660	21	17	129	755	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Немолоко	180	5,60	5,00	2,80	78,60	112/15
	-Крендель сахарный	70	4,10	8,13	33,92	225,23	443/9
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	10	13	37	304	
УЖИН			0	0	0	0	
	-Рыба припущенная	80	0,00	0,00	0,00	0,00	259/9
	Картофель отварной с маслом	130	1,56	2,55	29,63	147,70	152/14
	Чай полусладкий	200	0,02	0,19	8,03	33,95	264/3
	Хлеб прибрежный	25	1,91	0,23	12,43	59,38	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	460	5	3	63	297	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1930	41	42	299	1739	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 4		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Яблоки	100	0,40	0,00	11,30	46,80	
	///Каша Дружба диета	150	2,13	8,24	22,28	171,70	226/3
	Чай полусладкий	180	0,02	0,19	8,03	33,95	264/3
	Печенье	30	2,00	2,50	21,00	114,50	181/15
	Сок	100	0,00	0,00	12,00	48,00	501/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	560	5	11	75	415	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из тушеной капусты	50	1,07	7,52	4,25	88,86	6/2
	///Суп фасолевый диета	180	5,23	8,43	27,80	208,01	52/15
	Бефстроганов из печени	80	0,71	7,26	4,17	84,89	172/3
	Каша гречневая рассыпчатая	130	4,26	3,96	24,08	148,99	202/1
	Компот из яблок с лимоном	180	0,19	0,32	19,94	83,39	487/14
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	670	14	28	95	691	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Немолоко	200	5,60	5,00	2,80	78,60	112/15
	Печенье	50	2,00	2,50	21,00	114,50	181/15
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	8	8	24	193	
УЖИН			0	0	0	0	
	Бабушкин суп	200	3,31	8,02	40,14	245,87	39/1
	Чай с шиповником	200	0,00	0,00	8,86	35,46	256/3
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	6	9	64	358	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1930	32	55	258	1657	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 5		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Яблоко запеченное	100	0,42	0,10	16,30	67,74	385/1
	///Каша кукурузная диета	150	1,86	6,36	21,56	150,89	231/14
	Чай не сладкий	180	0,00	0,00	0,04	0,17	264/8
	Печенье	30	2,00	2,50	21,00	114,50	181/15
	Сок	100	0,00	0,00	12,00	48,00	501/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	560	4	9	71	381	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Огурец соленый долька	50	0,00	0,00	1,80	7,20	35/15
	Суп крестьянский с пшеном	180	4,94	5,62	30,73	193,26	119/14
	Люля-кебаб	80	2,54	8,98	34,63	229,47	94/15
	-Картофельное пюре с капустой тушеной	130	1,90	4,56	17,58	119,07	440/3
	Кисель из свежемороженомороженной см	180	0,29	0,28	19,97	83,55	32/3
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	670	12	20	120	709	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Немолоко	180	5,60	5,00	2,80	78,60	112/15
	-Булочка домашняя без молока	70	5,07	6,80	43,54	255,75	452/9
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	11	12	46	334	
УЖИН			0	0	0	0	
	Плов сладкий	200	5,30	9,67	64,59	366,50	236/14
	Чай полусладкий	200	0,02	0,19	8,03	33,95	264/3
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	8	11	88	477	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1930	35	51	325	1902	

Утверждаю:
Заведующая _____ Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: ?Аллергики 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 5 ДЕНЬ 1		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Груша	100	0,40	0,00	10,70	44,40	
	///Каша овсяная "Геркулес" диета	150	0,03	7,34	18,20	138,93	232/1
	Чай полусладкий	180	0,02	0,19	8,03	33,95	264/3
	Батончик с джемом	35	1,98	0,72	5,65	37,00	1/13/15
	Сок	100	0,00	0,00	12,00	48,00	501/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	565	2	8	55	302	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из томатов в с/с	50	0,08	6,00	2,47	64,18	37/1
	///Борщ диета	180	4,31	8,32	27,02	200,17	25/3
	*Рыбное суфле	80	23,93	7,57	0,79	167,01	303/14
	Картофель аппетитный	130	3,13	3,16	34,15	177,51	154/14
	Кисель из плодового или ягодного конце	180	0,03	0,00	23,50	94,10	484/14
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	670	34	26	103	780	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Немолоко	200	5,60	5,00	2,80	78,60	112/15
	Гренки с сыром	30	1,63	4,57	3,56	61,89	5/1
	Мармелад	20	0,00	0,61	9,39	43,07	111/15
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	7	10	16	184	
УЖИН			0	0	0	0	
	Рыба под овощами	200	13,27	4,62	21,08	179,00	9/1
	Чай с лимоном полусладкий	200	0,13	0,27	12,39	52,51	260/3
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	16	6	49	308	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1935	59	50	222	1573	

Утверждаю:
Заведующая

Гайнуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: ?Аллергии 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 5 ДЕНЬ 2		0	0	0	0	
			0	0	0	0	
ЗАВТРАК	Яблоки	100	0,40	0,00	11,30	46,80	
	///Каша гречневая (жидкая) диета	150	1,22	6,54	11,86	111,15	97/1
	Чай полусладкий	180	0,02	0,19	8,03	33,95	264/3
	Печенье	30	2,00	2,50	21,00	114,50	181/15
	Сок	100	0,00	0,00	12,00	48,00	501/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	560	4	9	64	354	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из свеклы	50	0,96	6,00	6,11	82,27	26/14
	Суп с лапшой	180	4,78	3,94	29,30	171,82	130/14
	Жаркое из сердца	200	15,18	2,98	42,48	257,43	363/18
	Компот из шиповника	180	0,17	0,30	16,24	68,28	496/14
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	660	24	14	109	656	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Немолоко	180	5,60	5,00	2,80	78,60	112/15
	Пирог манный	70	3,70	7,07	34,36	215,68	22/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	9	12	37	294	
УЖИН			0	0	0	0	
	///Слоёные голубцы с мясом диета	200	4,71	17,78	46,26	363,94	333/14
	Чай с лимоном полусладкий	200	0,13	0,27	12,39	52,51	260/3
	Хлеб пшеничный	25	1,25	0,50	2,75	20,50	/1
	Хлеб столичный	25	1,18	0,18	12,45	56,08	/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	7	19	74	493	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1920	44	54	285	1798	
			0	0	0	0	
	ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	42660	1127	1259	6360	41274	
			0	0	0	0	
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	1939	51	57	289	1876	
			0	0	0	0	
	Содержание БЖУ в % от калорийности		11	28	62	0	

Перечень технологических сборников, используемых при составлении данного меню:

- 1 "Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для ДОУ" г. Пермь 2001 г.
- 2 М.И. Снигур "Питание детей"
- 3 "Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений" г. Пермь
- 8 "Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений" Уральский региональный центр питания, 2004г.
- 9 Питание детей раннего и дошкольного возраста.
В.Г. Кисляковская, Л.П. Васильева, Д.Б. Гуввич

14 Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ.....Пермь 2018

15
18 Сборник 2021

