

Утверждаю:  
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. |           |            | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|------------|--------------------------------------|-------------|----------------------|-----------|------------|--------------------------------|-------------|
|            |                                      |             | Б                    | Ж         | У          |                                |             |
|            | <b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1</b>               |             | 0                    | 0         | 0          | 0                              |             |
| ЗАВТРАК    |                                      |             | 0                    | 0         | 0          | 0                              |             |
|            | Яблоки                               | 90          | 0,36                 | 0,00      | 8,82       | 36,72                          |             |
|            | ///Каша Дружба диета                 | 180         | 3,68                 | 5,84      | 33,42      | 200,90                         | 226/3       |
|            | 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                          |             |
|            | <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>              | <b>580</b>  | <b>10</b>            | <b>6</b>  | <b>68</b>  | <b>371</b>                     |             |
| ОБЕД       |                                      |             | 0                    | 0         | 0          | 0                              |             |
|            | Салат из свеклы                      | 60          | 0,84                 | 4,06      | 4,93       | 59,54                          | 57/1        |
|            | *Рыба в бульоне с гречкой            | 180         | 1,72                 | 3,82      | 11,40      | 86,90                          | 41/3        |
|            | ///Азу с чесноком и картофелем диета | 200         | 4,22                 | 26,21     | 24,62      | 351,15                         | 325/9       |
|            | Напиток витаминизированный           | 160         | 0,00                 | 0,00      | 2,62       | 10,50                          | 507/0       |
|            | Хлеб пшеничный                       | 25          | 1,88                 | 0,73      | 12,85      | 65,43                          | 37/0        |
|            | Хлеб столичный                       | 25          | 1,93                 | 0,75      | 12,53      | 64,55                          | 38/0        |
|            | <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>                 | <b>650</b>  | <b>11</b>            | <b>36</b> | <b>69</b>  | <b>638</b>                     |             |
| ПОЛДНИК    |                                      |             | 0                    | 0         | 0          | 0                              |             |
|            | Напиток Немолоко                     | 180         | 1,80                 | 5,76      | 11,70      | 105,84                         |             |
|            | ///Ватрушка с курагой диета          | 70          | 2,64                 | 4,25      | 28,04      | 160,93                         | 289/3       |
|            | <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>              | <b>250</b>  | <b>4</b>             | <b>10</b> | <b>40</b>  | <b>267</b>                     |             |
| УЖИН       |                                      |             | 0                    | 0         | 0          | 0                              |             |
|            | *Салат из кукурузы                   | 60          | 3,22                 | 4,59      | 16,40      | 119,70                         | 6/4         |
|            | ///Печень в соусе диета              | 70          | 14,81                | 8,03      | 6,41       | 157,10                         | 359/9       |
|            | ///Рис припущенный с маслом диета    | 130         | 1,93                 | 6,27      | 20,35      | 145,53                         | 386/9       |
|            | Чай полусладкий                      | 180         | 0,00                 | 0,00      | 4,01       | 16,04                          | 6/3         |
|            | Хлеб пшеничный                       | 25          | 1,88                 | 0,73      | 12,85      | 65,43                          | 37/0        |
|            | Хлеб столичный                       | 25          | 1,93                 | 0,75      | 12,53      | 64,55                          | 38/0        |
|            | <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>                 | <b>490</b>  | <b>24</b>            | <b>20</b> | <b>73</b>  | <b>568</b>                     |             |
|            | <b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>               | <b>1970</b> | <b>49</b>            | <b>72</b> | <b>249</b> | <b>1844</b>                    |             |

Утверждаю:  
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          |                          |             |
|            | <b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2</b>               |             | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                 |             |
| ЗАВТРАК    |                                      |             | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                 |             |
|            | Яблоки                               | 100         | 0,40                 | 0,00      | 9,80       | 40,80                    |             |
|            | ///Макаронные изделия с маслом диета | 150         | 6,76                 | 4,72      | 58,50      | 303,44                   | 256/0       |
|            | 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                    |             |
|            | <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>              | <b>560</b>  | <b>9</b>             | <b>5</b>  | <b>83</b>  | <b>414</b>               |             |
| ОБЕД       |                                      |             | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                 |             |
|            | *Суп из овощей                       | 180         | 2,48                 | 5,34      | 15,08      | 118,19                   | 35/3        |
|            | Котлеты (биточки) куринные           | 80          | 11,81                | 10,85     | 4,44       | 162,69                   | 13/3        |
|            | Гарнир свекольно-морковный           | 130         | 2,57                 | 3,22      | 13,69      | 94,02                    | 19/1        |
|            | Кисель из сухих фруктов              | 180         | 0,38                 | 0,00      | 17,00      | 69,56                    | 12/3        |
|            | Хлеб пшеничный                       | 25          | 1,88                 | 0,73      | 12,85      | 65,43                    | 37/0        |
|            | Хлеб столичный                       | 25          | 1,93                 | 0,75      | 12,53      | 64,55                    | 38/0        |
|            | <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>                 | <b>620</b>  | <b>21</b>            | <b>21</b> | <b>76</b>  | <b>574</b>               |             |
| ПОЛДНИК    |                                      |             | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                 |             |
|            | Напиток Немолоко                     | 180         | 1,80                 | 5,76      | 11,70      | 105,84                   |             |
|            | Булочка домашняя                     | 70          | 4,68                 | 4,51      | 37,79      | 210,32                   | 3/3         |
|            | <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>              | <b>250</b>  | <b>6</b>             | <b>10</b> | <b>49</b>  | <b>316</b>               |             |
| УЖИН       |                                      |             | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                 |             |
|            | Помидоры порционные консервированн   | 60          | 1,32                 | 0,12      | 4,20       | 23,16                    | 51/0        |
|            | -Говядина тушеная с томатным пюре    | 80          | 1,41                 | 14,47     | 3,30       | 149,05                   | 371/3       |
|            | Каша перловая рассыпчатая            | 130         | 3,20                 | 1,92      | 25,37      | 131,57                   | 3/1         |
|            | Чай полусладкий                      | 180         | 0,00                 | 0,00      | 4,01       | 16,04                    | 6/3         |
|            | Хлеб столичный                       | 25          | 1,93                 | 0,75      | 12,53      | 64,55                    | 38/0        |
|            | Хлеб пшеничный                       | 25          | 1,88                 | 0,73      | 12,85      | 65,43                    | 37/0        |
|            | <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>                 | <b>500</b>  | <b>10</b>            | <b>18</b> | <b>62</b>  | <b>450</b>               |             |
|            | <b>ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ</b>               | <b>1930</b> | <b>47</b>            | <b>54</b> | <b>270</b> | <b>1755</b>              |             |

Утверждаю:  
Заведующий



Уварова Т.В.

**Менюготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: ?аллерг МБДОУ № 61 "ЛЕЛЬ"

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

| Прием<br>пищи  | Наименование<br>блюда            | Вес<br>блюда | Пищевые вещества, г. |           |            | Энергет.<br>ценность<br>(ккал) | №<br>рецептуры |
|----------------|----------------------------------|--------------|----------------------|-----------|------------|--------------------------------|----------------|
|                |                                  |              | Б                    | Ж         | У          |                                |                |
|                | <b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3</b>           |              | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                       |                |
| <b>ЗАВТРАК</b> |                                  |              | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                       |                |
|                | Бананы                           | 90           | 1,35                 | 0,00      | 17,28      | 74,52                          |                |
|                | ///Каша овсяная "Геркулес" диета | 180          | 6,00                 | 7,03      | 35,15      | 227,79                         | 232/1          |
|                | 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                          |                |
|                | <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>          | <b>580</b>   | <b>13</b>            | <b>8</b>  | <b>68</b>  | <b>392</b>                     |                |
| <b>ОБЕД</b>    |                                  |              | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                       |                |
|                | ///Рассольник диета              | 180          | 2,47                 | 6,16      | 14,17      | 121,86                         | 50/2           |
|                | Куриное рагу с картофелем        | 220          | 15,35                | 13,08     | 25,80      | 282,15                         | 2/2            |
|                | Компот из кураги и изюма         | 180          | 0,65                 | 0,02      | 23,63      | 97,34                          | 2/2            |
|                | Хлеб пшеничный                   | 25           | 1,88                 | 0,73      | 12,85      | 65,43                          | 37/0           |
|                | Хлеб столичный                   | 25           | 1,93                 | 0,75      | 12,53      | 64,55                          | 38/0           |
|                | <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>             | <b>630</b>   | <b>22</b>            | <b>21</b> | <b>89</b>  | <b>631</b>                     |                |
| <b>ПОЛДНИК</b> |                                  |              | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                       |                |
|                | Напиток Немолоко                 | 200          | 2,00                 | 6,40      | 13,00      | 117,60                         |                |
|                | ///Булочка "Нежная" диета        | 50           | 3,45                 | 8,87      | 29,20      | 210,41                         | 579/3          |
|                | <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>          | <b>250</b>   | <b>5</b>             | <b>15</b> | <b>42</b>  | <b>328</b>                     |                |
| <b>УЖИН</b>    |                                  |              | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                       |                |
|                | Салат из свеклы                  | 60           | 0,84                 | 3,06      | 4,93       | 50,55                          | 57/1           |
|                | Рыба под овощами                 | 200          | 5,03                 | 5,93      | 32,06      | 201,88                         | 144/1          |
|                | Чай с лимоном                    | 200          | 0,09                 | 0,01      | 6,31       | 25,67                          | 19/3           |
|                | Хлеб пшеничный                   | 25           | 1,88                 | 0,73      | 12,85      | 65,43                          | 37/0           |
|                | Хлеб столичный                   | 25           | 1,93                 | 0,75      | 12,53      | 64,55                          | 38/0           |
|                | <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>             | <b>510</b>   | <b>10</b>            | <b>10</b> | <b>69</b>  | <b>408</b>                     |                |
|                | <b>ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ</b>           | <b>1970</b>  | <b>50</b>            | <b>54</b> | <b>268</b> | <b>1759</b>                    |                |

Утверждаю:  
Заведующий



Уварова Т.В.

**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          |                          |             |
|                | <b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4</b>              |             | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                 |             |
| <b>ЗАВТРАК</b> |                                     |             | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                 |             |
|                | Яблоки                              | 90          | 0,36                 | 0,00      | 8,82       | 36,72                    |             |
|                | ///Каша ячневая (жидкая) диета      | 180         | 4,15                 | 4,54      | 32,03      | 185,55                   | 97/1        |
|                | Напиток Немолоко                    | 180         | 1,80                 | 5,76      | 11,70      | 105,84                   |             |
|                | Батон                               | 30          | 2,28                 | 0,24      | 0,57       | 13,56                    | /0          |
|                | Сок литровый                        | 100         | 0,00                 | 0,00      | 10,10      | 40,40                    |             |
|                | <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>             | <b>580</b>  | <b>9</b>             | <b>11</b> | <b>63</b>  | <b>382</b>               |             |
| <b>ОБЕД</b>    |                                     |             | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                 |             |
|                | -Икра морковная                     | 60          | 1,02                 | 3,07      | 4,96       | 51,50                    | 55/9        |
|                | ///Свекольник диета                 | 180         | 2,29                 | 3,35      | 16,35      | 104,61                   | 34/1        |
|                | ///Бефстроганов из печени диета     | 100         | 8,21                 | 8,58      | 8,85       | 145,56                   | 172/3       |
|                | Макаронные изделия с маслом         | 130         | 2,08                 | 3,22      | 18,00      | 109,27                   | 6/1         |
|                | Кисель из клюквы (брусники)         | 180         | 0,17                 | 0,00      | 23,72      | 95,54                    | 27/3        |
|                | Хлеб столичный                      | 25          | 1,93                 | 0,75      | 12,53      | 64,55                    | 38/0        |
|                | Хлеб пшеничный                      | 25          | 1,88                 | 0,73      | 12,85      | 65,43                    | 37/0        |
|                | <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>                | <b>700</b>  | <b>18</b>            | <b>20</b> | <b>97</b>  | <b>636</b>               |             |
| <b>ПОЛДНИК</b> |                                     |             | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                 |             |
|                | Компот из черной смородины          | 200         | 0,00                 | 0,00      | 15,97      | 63,87                    | 31/3        |
|                | Печенье весовое                     | 50          | 3,20                 | 8,40      | 34,25      | 225,40                   |             |
|                | <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>             | <b>250</b>  | <b>3</b>             | <b>8</b>  | <b>50</b>  | <b>289</b>               |             |
| <b>УЖИН</b>    |                                     |             | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                 |             |
|                | Салат из тушеной капусты            | 60          | 1,09                 | 5,05      | 3,76       | 64,61                    | 44/2        |
|                | Люля-кебаб                          | 73          | 1,48                 | 10,81     | 6,51       | 129,22                   | 18/5        |
|                | ///Картофельно-гороховое пюре диета | 130         | 4,85                 | 8,47      | 22,44      | 185,40                   | 206/1       |
|                | Соус красный основной               | 40          | 0,52                 | 2,05      | 3,10       | 32,85                    | 2/3         |
|                | Чай полусладкий                     | 180         | 0,00                 | 0,00      | 4,01       | 16,04                    | 6/3         |
|                | Хлеб пшеничный                      | 25          | 1,88                 | 0,73      | 12,85      | 65,43                    | 37/0        |
|                | Хлеб столичный                      | 25          | 1,93                 | 0,75      | 12,53      | 64,55                    | 38/0        |
|                | <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>                | <b>533</b>  | <b>12</b>            | <b>28</b> | <b>65</b>  | <b>558</b>               |             |
|                | <b>ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ</b>              | <b>2063</b> | <b>41</b>            | <b>67</b> | <b>276</b> | <b>1866</b>              |             |

Утверждаю:  
Заведующий



**Менюготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: ?аллерг МБДОУ № 61 "ЛЕЛЬ"

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

| Прием<br>пищи  | Наименование<br>блюда            | Вес<br>блюда | Пищевые вещества,г. |           |            | Энергет.<br>ценность<br>(ккал) | №<br>рецептуры |
|----------------|----------------------------------|--------------|---------------------|-----------|------------|--------------------------------|----------------|
|                |                                  |              | Б                   | Ж         | У          |                                |                |
|                | <b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5</b>           |              | <b>0</b>            | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                       |                |
| <b>ЗАВТРАК</b> |                                  |              | <b>0</b>            | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                       |                |
|                | Яблоки                           | 100          | 0,40                | 0,00      | 9,80       | 40,80                          |                |
|                | ///Каша пшениная диета           | 180          | 7,05                | 2,52      | 45,61      | 233,34                         | 15/1           |
|                | Чай полусладкий                  | 200          | 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                          |                |
|                | <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>          | <b>610</b>   | <b>10</b>           | <b>3</b>  | <b>70</b>  | <b>344</b>                     |                |
| <b>ОБЕД</b>    |                                  |              | <b>0</b>            | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                       |                |
|                | Салат из тушеной моркови с луком | 60           | 0,86                | 5,08      | 4,66       | 67,71                          | 43/4           |
|                | ///Борщ диета                    | 180          | 2,48                | 5,34      | 16,07      | 122,10                         | 25/3           |
|                | Рулет рисовый с рыбой            | 180          | 16,02               | 6,36      | 40,80      | 284,36                         | 16/7/1         |
|                | Компот из шиповника с лимоном    | 200          | 0,40                | 0,15      | 23,00      | 94,96                          | 30/3           |
|                | Хлеб пшеничный                   | 25           | 1,88                | 0,73      | 12,85      | 65,43                          | 37/0           |
|                | Хлеб столичный                   | 25           | 1,93                | 0,75      | 12,53      | 64,55                          | 38/0           |
|                | <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>             | <b>670</b>   | <b>24</b>           | <b>18</b> | <b>110</b> | <b>699</b>                     |                |
| <b>ПОЛДНИК</b> |                                  |              | <b>0</b>            | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                       |                |
|                | Напиток Немолоко                 | 200          | 2,00                | 6,40      | 13,00      | 117,60                         |                |
|                | Зефир                            | 50           | 0,25                | 0,25      | 39,50      | 161,25                         |                |
|                | <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>          | <b>250</b>   | <b>2</b>            | <b>7</b>  | <b>53</b>  | <b>279</b>                     |                |
| <b>УЖИН</b>    |                                  |              | <b>0</b>            | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                       |                |
|                | Салат из соленых огурцов         | 60           | 2,66                | 7,65      | 1,89       | 86,97                          | 5/4            |
|                | *-Фрикадельки мясные             | 82           | 1,46                | 12,12     | 6,58       | 141,18                         | 305/9          |
|                | ///Картофель отварной диета      | 130          | 3,90                | 0,78      | 31,79      | 149,76                         | 152/9          |
|                | Чай полусладкий                  | 180          | 0,00                | 0,00      | 4,01       | 16,04                          | 6/3            |
|                | Хлеб пшеничный                   | 25           | 1,88                | 0,73      | 12,85      | 65,43                          | 37/0           |
|                | Хлеб столичный                   | 25           | 1,93                | 0,75      | 12,53      | 64,55                          | 38/0           |
|                | <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>             | <b>502</b>   | <b>12</b>           | <b>22</b> | <b>70</b>  | <b>524</b>                     |                |
|                | <b>ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ</b>           | <b>2032</b>  | <b>47</b>           | <b>50</b> | <b>302</b> | <b>1846</b>                    |                |

Утверждаю:  
Заведующий



# Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория: ?аллерг МБДОУ № 61 "ЛЕЛЬ"

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

| Прием<br>пищи  | Наименование<br>блюда                  | Вес<br>блюда | Пищевые вещества,г. |           |            | Энергет.<br>ценность<br>(ккал) | №<br>рецептуры |
|----------------|----------------------------------------|--------------|---------------------|-----------|------------|--------------------------------|----------------|
|                |                                        |              | Б                   | Ж         | У          |                                |                |
|                | <b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1</b>                 |              | <b>0</b>            | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                       |                |
| <b>ЗАВТРАК</b> |                                        |              | <b>0</b>            | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                       |                |
|                | Яблоки                                 | 90           | 0,36                | 0,00      | 8,82       | 36,72                          |                |
|                | ///Каша пшеничная диета                | 180          | 6,17                | 4,70      | 41,44      | 232,69                         | 230/9          |
|                | Напиток Немолоко                       | 180          | 1,80                | 5,76      | 11,70      | 105,84                         |                |
|                | Батон                                  | 30           | 2,28                | 0,24      | 0,57       | 13,56                          | /0             |
|                | Сок литровый                           | 100          | 0,00                | 0,00      | 10,10      | 40,40                          |                |
|                | <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>                | <b>580</b>   | <b>11</b>           | <b>11</b> | <b>73</b>  | <b>429</b>                     |                |
| <b>ОБЕД</b>    |                                        |              | <b>0</b>            | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                       |                |
|                | *Суп с мучными клецками                | 180          | 2,92                | 5,45      | 21,49      | 146,61                         | 37/1           |
|                | Мясо отварное                          | 60           | 1,56                | 29,81     | 0,38       | 276,00                         | /0             |
|                | Капуста тушеная с томатом              | 130          | 3,43                | 5,04      | 9,97       | 98,87                          | 10/1           |
|                | Кисель из плодового или ягодного конце | 180          | 0,11                | 0,00      | 1,69       | 7,20                           | 25/3           |
|                | Хлеб пшеничный                         | 25           | 1,88                | 0,73      | 12,85      | 65,43                          | 37/0           |
|                | Хлеб столичный                         | 25           | 1,93                | 0,75      | 12,53      | 64,55                          | 38/0           |
|                | <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>                   | <b>600</b>   | <b>12</b>           | <b>42</b> | <b>59</b>  | <b>659</b>                     |                |
| <b>ПОЛДНИК</b> |                                        |              | <b>0</b>            | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                       |                |
|                | Чай полусладкий                        | 200          | 0,00                | 0,00      | 4,01       | 16,04                          | 6/3            |
|                | Мармелад                               | 50           | 0,15                | 0,05      | 43,00      | 173,05                         |                |
|                | <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>                | <b>250</b>   | <b>0</b>            | <b>0</b>  | <b>47</b>  | <b>189</b>                     |                |
| <b>УЖИН</b>    |                                        |              | <b>0</b>            | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                       |                |
|                | Салат из свеклы                        | 60           | 0,84                | 4,06      | 4,93       | 59,54                          | 57/1           |
|                | Рыба отварная                          | 80           | 15,79               | 5,89      | 0,62       | 118,66                         | 256/9          |
|                | ///Макаронные изделия с маслом диета   | 130          | 3,38                | 4,36      | 29,25      | 169,70                         | 256/0          |
|                | Чай полусладкий                        | 200          | 0,00                | 0,00      | 4,01       | 16,04                          | 6/3            |
|                | Хлеб пшеничный                         | 25           | 1,88                | 0,73      | 12,85      | 65,43                          | 37/0           |
|                | Хлеб столичный                         | 25           | 1,93                | 0,75      | 12,53      | 64,55                          | 38/0           |
|                | <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>                   | <b>520</b>   | <b>24</b>           | <b>16</b> | <b>64</b>  | <b>494</b>                     |                |
|                | <b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>                 | <b>1950</b>  | <b>46</b>           | <b>68</b> | <b>243</b> | <b>1771</b>                    |                |

Утверждаю:  
Заведующий

Уварова Т.В.

# 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          |                          |             |
|                | <b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2</b>              |             | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                 |             |
| <b>ЗАВТРАК</b> |                                     |             | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                 |             |
|                | Яблоки                              | 90          | 0,36                 | 0,00      | 8,82       | 36,72                    |             |
|                | ///Каша манная диета                | 180         | 5,03                 | 4,49      | 39,44      | 218,23                   | 227/9       |
|                | Кофейный напиток                    | 180         | 0,32                 | 0,06      | 14,51      | 59,88                    | 9/3         |
|                | Батон с джемом                      | 34          | 2,29                 | 0,25      | 2,81       | 22,61                    | /0          |
|                | Сок литровый                        | 100         | 0,00                 | 0,00      | 10,10      | 40,40                    |             |
|                | <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>             | <b>584</b>  | <b>8</b>             | <b>5</b>  | <b>76</b>  | <b>378</b>               |             |
| <b>ОБЕД</b>    |                                     |             | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                 |             |
|                | *Икра кабачковая (банки)            | 60          | 0,60                 | 4,20      | 4,20       | 57,00                    | 33/1        |
|                | *Суп картофельный с соленым огурцом | 180         | 2,86                 | 6,39      | 15,82      | 132,17                   | 32/1        |
|                | Куры порционные                     | 80          | 10,85                | 9,34      | 0,52       | 129,51                   | 15/3        |
|                | Макаронные изделия с маслом         | 130         | 3,12                 | 4,33      | 27,00      | 159,41                   | 6/1         |
|                | Соус белый основной                 | 40          | 0,33                 | 0,29      | 2,15       | 12,48                    | 1/3         |
|                | Напиток витаминизированный          | 150         | 0,00                 | 0,00      | 2,62       | 10,50                    | 507/0       |
|                | Хлеб пшеничный                      | 20          | 1,88                 | 0,73      | 12,85      | 65,43                    | 37/0        |
|                | Хлеб столичный                      | 25          | 1,93                 | 0,75      | 12,53      | 64,55                    | 38/0        |
|                | <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>                | <b>685</b>  | <b>22</b>            | <b>26</b> | <b>78</b>  | <b>631</b>               |             |
| <b>ПОЛДНИК</b> |                                     |             | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                 |             |
|                | Чай полусладкий                     | 200         | 0,00                 | 0,00      | 4,01       | 16,04                    | 6/3         |
|                | Печенье в пачках                    | 50          | 1,75                 | 6,50      | 35,00      | 205,50                   |             |
|                | <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>             | <b>250</b>  | <b>2</b>             | <b>7</b>  | <b>39</b>  | <b>222</b>               |             |
| <b>УЖИН</b>    |                                     |             | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                 |             |
|                | Салат из моркови тушеной с чесноком | 60          | 1,05                 | 4,08      | 5,48       | 62,70                    | 35/2        |
|                | Жаркое из сердца                    | 180         | 26,74                | 14,90     | 34,06      | 377,22                   | 363/0       |
|                | Чай полусладкий                     | 200         | 0,00                 | 0,00      | 4,01       | 16,04                    | 6/3         |
|                | Хлеб пшеничный                      | 25          | 1,88                 | 0,73      | 12,85      | 65,43                    | 37/0        |
|                | Хлеб столичный                      | 25          | 1,93                 | 0,75      | 12,53      | 64,55                    | 38/0        |
|                | <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>                | <b>490</b>  | <b>32</b>            | <b>20</b> | <b>69</b>  | <b>586</b>               |             |
|                | <b>ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ</b>              | <b>2009</b> | <b>63</b>            | <b>58</b> | <b>261</b> | <b>1816</b>              |             |

Утверждаю:  
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          |                          |             |
|                | <b>НЕДЕЛЯ 2-ДЕНЬ 3</b>               |             | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                 |             |
| <b>ЗАВТРАК</b> |                                      |             | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                 |             |
|                | Бананы                               | 90          | 1,35                 | 0,00      | 17,28      | 74,52                    |             |
|                | ///Каша рисовая диета                | 150         | 3,76                 | 0,54      | 44,71      | 198,71                   | 12/1        |
|                | Напиток Немолоко                     | 180         | 1,80                 | 5,76      | 11,70      | 105,84                   |             |
|                | Батон с джемом                       | 34          | 2,29                 | 0,25      | 2,81       | 22,61                    | /0          |
|                | Сок литровый                         | 100         | 0,00                 | 0,00      | 10,10      | 40,40                    |             |
|                | <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>              | <b>554</b>  | <b>9</b>             | <b>7</b>  | <b>87</b>  | <b>442</b>               |             |
| <b>ОБЕД</b>    |                                      |             | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                 |             |
|                | Салат Мозайка                        | 60          | 0,88                 | 4,14      | 5,20       | 61,45                    | 50/2        |
|                | *Суп картофельный с вермишелью       | 180         | 2,47                 | 3,40      | 19,60      | 118,75                   | 38/1        |
|                | Плов с курами                        | 220         | 14,45                | 13,78     | 22,09      | 270,04                   | 3/3         |
|                | Компот из чернослива                 | 180         | 0,35                 | 0,11      | 15,62      | 64,77                    | 15/2        |
|                | Хлеб столичный                       | 25          | 1,93                 | 0,75      | 12,53      | 64,55                    | 38/0        |
|                | Хлеб прибрежный                      | 25          | 1,53                 | 0,30      | 9,98       | 48,70                    | 39/0        |
|                | <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>                 | <b>690</b>  | <b>22</b>            | <b>22</b> | <b>85</b>  | <b>628</b>               |             |
| <b>ПОЛДНИК</b> |                                      |             | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                 |             |
|                | Чай полусладкий                      | 200         | 0,00                 | 0,00      | 4,01       | 16,04                    | 6/3         |
|                | ///Булочка дорожная диета            | 70          | 0,14                 | 26,83     | 0,99       | 245,99                   | 453/10      |
|                | <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>              | <b>270</b>  | <b>0</b>             | <b>27</b> | <b>5</b>   | <b>262</b>               |             |
| <b>УЖИН</b>    |                                      |             | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                 |             |
|                | Салат из тушеной моркови             | 60          | 0,98                 | 2,08      | 8,17       | 55,24                    | 52/1        |
|                | Мясо отварное                        | 60          | 0,84                 | 15,37     | 0,38       | 143,16                   | /0          |
|                | ///Макаронные изделия с маслом диета | 130         | 3,38                 | 4,36      | 29,25      | 169,70                   | 256/0       |
|                | Чай с лимоном                        | 200         | 0,09                 | 0,01      | 6,31       | 25,67                    | 19/3        |
|                | Хлеб прибрежный                      | 25          | 1,53                 | 0,30      | 9,98       | 48,70                    | 39/0        |
|                | Хлеб столичный                       | 25          | 1,93                 | 0,75      | 12,53      | 64,55                    | 38/0        |
|                | <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>                 | <b>500</b>  | <b>9</b>             | <b>23</b> | <b>67</b>  | <b>507</b>               |             |
|                | <b>ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ</b>               | <b>2014</b> | <b>40</b>            | <b>79</b> | <b>243</b> | <b>1839</b>              |             |

Утверждаю:  
Заведующий

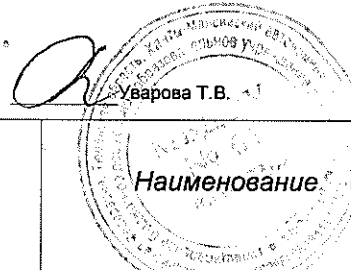
Уварова Т.В.

**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          |                          |             |
|            | <b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4</b>      |             | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                 |             |
| ЗАВТРАК    |                             |             | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                 |             |
|            | ///Каша кукурузная диета    | 180         | 0,70                 | 10,39     | 50,29      | 297,49                   | 231/9       |
|            | 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                    |             |
|            | <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>     | <b>490</b>  | <b>7</b>             | <b>11</b> | <b>76</b>  | <b>431</b>               |             |
| ОБЕД       |                             |             | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                 |             |
|            | *Суп гороховый              | 180         | 5,78                 | 3,64      | 21,82      | 143,08                   | 36/3        |
|            | Шницель рыбный натуральный  | 80          | 13,40                | 8,74      | 1,21       | 137,12                   | 310/0       |
|            | ///Картофель отварной диета | 100         | 3,00                 | 0,60      | 24,45      | 115,20                   | 152/9       |
|            | Кисель из отвара шиповника  | 180         | 0,38                 | 0,14      | 23,82      | 98,05                    | 28/3        |
|            | Хлеб пшеничный              | 25          | 1,88                 | 0,73      | 12,85      | 65,43                    | 37/0        |
|            | Хлеб столичный              | 25          | 1,93                 | 0,75      | 12,53      | 64,55                    | 38/0        |
|            | <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>        | <b>590</b>  | <b>26</b>            | <b>15</b> | <b>97</b>  | <b>623</b>               |             |
| ПОЛДНИК    |                             |             | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                 |             |
|            | Напиток Немолоко            | 180         | 1,80                 | 5,76      | 11,70      | 105,84                   |             |
|            | Груша                       | 90          | 0,36                 | 0,00      | 9,27       | 38,52                    |             |
|            | <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>     | <b>270</b>  | <b>2</b>             | <b>6</b>  | <b>21</b>  | <b>144</b>               |             |
| УЖИН       |                             |             | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                 |             |
|            | Мясо с рисом и овощами      | 200         | 6,05                 | 26,85     | 34,40      | 403,45                   | 17/2        |
|            | Чай полусладкий             | 200         | 0,00                 | 0,00      | 4,01       | 16,04                    | 6/3         |
|            | Хлеб пшеничный              | 25          | 1,88                 | 0,73      | 12,85      | 65,43                    | 37/0        |
|            | Хлеб столичный              | 25          | 1,93                 | 0,75      | 12,53      | 64,55                    | 38/0        |
|            | <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>        | <b>450</b>  | <b>10</b>            | <b>28</b> | <b>64</b>  | <b>549</b>               |             |
|            | <b>ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ</b>      | <b>1800</b> | <b>45</b>            | <b>60</b> | <b>258</b> | <b>1748</b>              |             |

Утверждаю:  
Заведующий



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

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          |                          |             |
|                | <b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5</b>           |             | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                 |             |
| <b>ЗАВТРАК</b> |                                  |             | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                 |             |
|                | Яблоки                           | 90          | 0,36                 | 0,00      | 8,82       | 36,72                    |             |
|                | ///Каша гречневая (жидкая) диета | 180         | 2,90                 | 4,41      | 35,69      | 194,05                   | 97/1        |
|                | Напиток Немолоко                 | 180         | 1,80                 | 5,76      | 11,70      | 105,84                   |             |
|                | Батон                            | 30          | 2,28                 | 0,24      | 0,57       | 13,56                    | /0          |
|                | Сок литровый                     | 100         | 0,00                 | 0,00      | 10,10      | 40,40                    |             |
|                | <b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>          | <b>580</b>  | <b>7</b>             | <b>10</b> | <b>67</b>  | <b>391</b>               |             |
| <b>ОБЕД</b>    |                                  |             | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                 |             |
|                | Салат из тушеной капусты         | 60          | 1,09                 | 5,05      | 3,76       | 64,61                    | 44/2        |
|                | ///Суп фасолевый диета           | 180         | 3,50                 | 8,63      | 17,42      | 161,24                   | 52/0        |
|                | Тефтели с рисом в соусе          | 180         | 4,64                 | 13,16     | 41,04      | 301,18                   | 1/3         |
|                | Напиток витаминизированный       | 160         | 0,00                 | 0,00      | 2,62       | 10,50                    | 507/0       |
|                | Хлеб пшеничный                   | 20          | 1,50                 | 0,58      | 10,28      | 52,34                    | 37/0        |
|                | Хлеб столичный                   | 25          | 1,93                 | 0,75      | 12,53      | 64,55                    | 38/0        |
|                | <b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>             | <b>625</b>  | <b>13</b>            | <b>28</b> | <b>88</b>  | <b>654</b>               |             |
| <b>ПОЛДНИК</b> |                                  |             | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                 |             |
|                | Напиток Немолоко                 | 200         | 2,00                 | 6,40      | 13,00      | 117,60                   |             |
|                | Вафли                            | 30          | 0,84                 | 0,99      | 23,19      | 105,03                   |             |
|                | Апельсины                        | 40          | 0,36                 | 0,00      | 3,24       | 14,40                    |             |
|                | <b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>          | <b>270</b>  | <b>3</b>             | <b>7</b>  | <b>39</b>  | <b>237</b>               |             |
| <b>УЖИН</b>    |                                  |             | <b>0</b>             | <b>0</b>  | <b>0</b>   | <b>0</b>                 |             |
|                | *Икра свекольная с чесноком      | 60          | 1,05                 | 4,07      | 6,00       | 64,78                    | 22/2        |
|                | Биточки рыбные                   | 70          | 10,60                | 1,61      | 3,12       | 69,37                    | 134/1       |
|                | Картофель отварной с луком       | 130         | 4,18                 | 4,31      | 33,19      | 188,22                   | 20/5        |
|                | Чай полусладкий                  | 200         | 0,00                 | 0,00      | 4,01       | 16,04                    | 6/3         |
|                | Хлеб столичный                   | 25          | 1,93                 | 0,75      | 12,53      | 64,55                    | 38/0        |
|                | Хлеб пшеничный                   | 25          | 1,88                 | 0,73      | 12,85      | 65,43                    | 37/0        |
|                | <b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>             | <b>510</b>  | <b>20</b>            | <b>11</b> | <b>72</b>  | <b>468</b>               |             |
|                | <b>ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ</b>           | <b>1985</b> | <b>43</b>            | <b>57</b> | <b>266</b> | <b>1750</b>              |             |