

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

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		
	Яблоко запеченное	80	0,40	0,00	11,80	48,78	21/1
	Каша ячневая с молоком	150	3,70	2,98	15,35	102,97	13/1
	-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	503	8	6	51	290	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Суп "Рябчик"	150	1,50	3,48	8,35	70,71	18/5
	-Шницель из говядины, запеченный с мс	60	2,66	7,51	6,00	102,23	298/9
	Рагу овощное со сметаной	110	2,67	2,07	11,95	76,97	18/2
	Компот из кураги	150	0,52	0,03	14,08	58,68	23/3
	Хлеб пшеничный	10	0,75	0,29	5,14	26,17	37/0
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	38/0
	ИТОГО ЗА ОБЕД	500	10	14	56	386	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Ряженка	150	4,35	3,75	6,30	76,35	
	Пирожки с капустой	50	7,05	3,18	41,41	222,38	1/3
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	200	11	7	48	299	
УЖИН			0	0	0	0	
	Салат из свеклы	40	0,56	2,04	3,26	33,56	57/1
	Запеканка творожная с крупой	120	19,83	7,73	18,64	223,37	7/3
	Подлив сметанный сладкий	30	0,43	1,35	2,71	24,68	10/2
	Чай с лимоном	150	0,07	0,01	5,25	21,34	19/3
	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,58	10,28	52,34	37/0
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	38/0
	ИТОГО ЗА УЖИН	380	24	12	50	407	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1583	53	39	204	1382	

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.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 2		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Мандарин	80	0,64	0,00	6,00	26,56	
	Каша пшеничная (кукурузная) молочная	150	5,86	4,77	20,37	147,92	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	511	14	11	56	375	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из томатов в с/с	40	1,87	5,52	2,82	68,39	31/1
	*Свекольник с яйцом	150	1,56	3,38	9,94	76,46	34/3
	Плов с курами	180	10,75	11,54	2,89	158,29	3/3
	Компот из клюквы (брусники)	150	0,10	0,00	16,71	67,23	22/3
	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,58	10,28	52,34	37/0
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	38/0
	ИТОГО ЗА ОБЕД	560	17	22	53	474	
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	
	-Огурцы консервированные	40	2,00	2,80	1,20	38,00	78/0
	Котлеты, биточки (говяжьи)	60	0,97	9,72	2,77	102,36	4/3
	Картофель отварной с луком	110	2,76	1,92	22,05	116,56	20/5
	Чай с шиповником	150	0,17	0,07	7,43	30,99	26/3
	Хлеб пшеничный	15	1,13	0,44	7,71	39,26	37/0
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	38/0
	ИТОГО ЗА УЖИН	395	9	16	51	379	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1666	46	54	193	1444	

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.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 3		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Бананы	90	1,35	0,00	17,28	74,52	
	Каша рисовая молочная	150	4,98	4,71	22,72	153,25	12/1
	Батон с маслом сливочным	23	1,54	0,54	0,42	12,75	34/1
	-Кофейный напиток с молоком	150	2,45	2,45	6,81	59,03	414/9
	Сок по 0,2л,	100	0,30	0,00	16,30	66,40	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	513	11	8	64	366	
ОБЕД			0	0	0	0	
	*Икра свекольная с чесноком	40	0,69	3,05	3,96	46,00	22/2
	*-Солянка рыбная	150	3,26	1,25	3,28	37,44	142/9
	Куриное рагу с картофелем	180	13,20	10,93	23,60	245,54	2/2
	Компот из кураги	150	0,52	0,03	14,08	58,68	23/3
	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,58	10,28	52,34	37/0
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	38/0
	ИТОГО ЗА ОБЕД	560	21	16	65	492	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	ЙОГУРТ	180	6,30	7,20	1,98	97,92	
	Мармелад	20	0,06	0,02	17,20	69,22	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	200	6	7	19	167	
УЖИН			0	0	0	0	
	*Салат из кукурузы	40	0,88	3,16	4,48	49,85	6/4
	Пудинг творожный	120	21,36	8,72	10,94	207,62	10/3
	Сладкий молочный подлив из крахмала	30	1,03	1,12	3,45	27,96	8/3
	Чай полусладкий	150	0,00	0,00	2,02	8,04	6/3
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	38/0
	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,58	10,28	52,34	37/0
	ИТОГО ЗА УЖИН	380	26	14	41	397	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1653	64	46	189	1422	

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 3 ДЕНЬ 4		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Апельсины	90	0,81	0,00	7,29	32,40	
	Каша овсяная "Геркулес" молочная	150	5,64	5,47	19,41	149,47	9/1
	Какао с молоком	150	3,14	3,35	12,78	93,87	7/3
	Батон с маслом и джемом	28	1,55	0,55	2,10	19,54	33/1
	Сок по 0,2л,	100	0,30	0,00	16,30	66,40	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	518	11	9	58	362	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Суп Кудрявый со сметаной.	150	1,79	1,50	11,49	66,50	80/2
	Кнели рыбные припущенные	50	4,11	25,87	4,12	265,61	302/3
	Макаронные изделия с маслом	110	3,30	0,73	28,39	133,33	6/1
	Кисель из плодового или ягодного конце	150	0,09	0,00	3,35	13,74	25/3
	Хлеб пшеничный	15	1,13	0,44	7,71	39,26	37/0
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	38/0
	ИТОГО ЗА ОБЕД	495	12	29	65	570	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Кефир	180	5,22	5,76	7,20	101,52	
	Пирожок с ливером	50	8,61	5,63	6,00	109,15	309/2
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	230	14	11	13	211	
УЖИН			0	0	0	0	
	Люля-кебаб	63	1,31	9,30	5,33	110,12	18/5
	Гарнир свекольно-морковный	110	1,89	2,19	9,98	67,23	19/1
	Чай с шиповником	150	0,17	0,07	7,43	30,99	26/3
	Хлеб пшеничный	15	0,83	0,32	5,65	28,79	37/0
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	38/0
	ИТОГО ЗА УЖИН	358	6	12	38	289	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1601	43	62	175	1431	

Гайнуллина И.Р.

Возрастная категория: Ясли МБДОУ № 61 "ЛЕЛЬ"

Страница 15

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 5		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Яблоки	80	0,32	0,00	7,84	32,64	
	Омлет натуральный	85	2,02	11,32	1,81	117,30	110/1
	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	446	9	17	42	362	
ОБЕД			0	0	0	0	
	-Икра морковная	40	0,67	2,04	3,31	34,33	55/9
	Борщ вегетарианский (с картофелем)	150	1,78	3,52	10,48	80,64	56/2
	Гуляш мясной	60	0,87	9,30	2,68	97,86	16/3
	Каша пшеничная рассыпчатая	110	2,90	0,71	17,02	86,04	4/1
	Соус красный основной	30	0,34	0,15	1,98	10,68	2/3
	Компот лимонный	150	0,09	0,01	16,27	65,52	16/3
	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,58	10,28	52,34	37/0
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	38/0
	ИТОГО ЗА ОБЕД	580	10	17	72	479	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	
	Печенье весовое	50	3,20	8,40	34,25	225,40	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	200	8	13	40	310	
УЖИН			0	0	0	0	
	Салат Мозайка	40	0,59	3,10	3,50	44,19	50/2
	Котлета по-волжски	60	5,98	7,01	0,72	89,82	135/1
	Картофельное пюре	110	1,71	1,37	9,96	59,02	9/1
	Чай с шиповником	150	0,17	0,07	7,43	30,99	26/3
	Хлеб пшеничный	15	1,13	0,44	7,71	39,26	37/0
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	38/0
	ИТОГО ЗА УЖИН	395	11	13	39	315	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1621	38	60	194	1466	

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 4 ДЕНЬ 1		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша "Розовые щечки"	150	7,58	4,93	41,57	240,99	1/1
	-*Какао с молоком	150	2,91	3,09	7,41	69,17	416/9
	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	14	11	66	417	
ОБЕД			0	0	0	0	
	*Суп геркулесовый	150	1,90	3,69	11,76	87,87	23/5
	Котлеты (биточки) куриные	60	10,05	9,95	3,91	145,20	13/3
	Рагу из овощей	110	3,73	3,38	19,14	121,82	14/1
	Компот лимонный	150	0,09	0,01	16,27	65,52	16/3
	Хлеб пшеничный	15	1,13	0,44	7,71	39,26	37/0
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	38/0
	ИТОГО ЗА ОБЕД	505	18	18	69	511	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Ряженка	150	4,35	3,75	6,30	76,35	
	Яблоко запеченное	80	0,40	0,00	11,80	48,78	21/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	230	5	4	18	125	
УЖИН			0	0	0	0	
	*Салат из тушеной моркови на молоке	40	0,74	0,46	4,31	24,25	39/1
	Зразы творожные с изюмом	120	22,56	7,14	26,19	259,18	12/3
	Подлив киселевый	30	0,04	0,00	1,54	6,29	11/1
	Чай не сладкий	150	0,00	0,00	0,02	0,06	6/3
	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,58	10,28	52,34	37/0
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	38/0
	ИТОГО ЗА УЖИН	380	26	9	52	394	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1546	64	41	205	1447	

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 4 ДЕНЬ 2		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша "Дружба"	150	5,41	4,90	22,86	157,28	2/1
	Кофейный напиток с молоком	150	3,17	3,25	15,96	105,77	10/1
	Батон с маслом и джемом	28	1,55	0,55	2,10	19,54	33/1
	Сок по 0,2л,	100	0,30	0,00	16,30	66,40	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	428	10	9	57	349	
ОБЕД			0	0	0	0	
	*Суп с мучными клецками	150	2,23	3,22	15,39	99,43	37/1
	Суфле куринное	80	11,02	12,82	2,08	167,80	25/3
	Гарнир свекольно-морковный	110	1,89	2,19	9,98	67,23	19/1
	Компот из брусники (клюквы) и яблок	150	0,14	0,00	18,82	75,82	18/3
	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,58	10,28	52,34	37/0
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	38/0
	ИТОГО ЗА ОБЕД	530	18	19	67	514	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	Мандарин	80	0,64	0,00	6,00	26,56	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	230	5	4	22	141	
УЖИН			0	0	0	0	
	-Икра морковная	40	0,67	2,04	3,31	34,33	55/9
	Оладьи из печени по-кунцевски	60	5,02	3,00	5,34	68,36	357/9
	Картофель отварной с луком	110	2,76	1,92	22,05	116,56	20/5
	Соус сметанный (сметана 10/15)	30	0,54	1,66	2,11	25,50	12/2
	Чай с шиповником	150	0,17	0,07	7,43	30,99	26/3
	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,58	10,28	52,34	37/0
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	38/0
	ИТОГО ЗА УЖИН	430	12	10	61	380	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1618	46	42	207	1384	

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 4 ДЕНЬ 3		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Бананы	60	0,90	0,00	11,52	49,68	
	Каша молочная гречневая жидкая	150	8,67	8,95	22,46	205,05	19/1/1
	-*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	483	14	13	58	403	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Помидоры порционные консервированн	40	0,88	0,08	2,80	15,44	51/0
	*Рыба в бульоне с гренками	150	1,28	3,37	8,50	69,29	41/3
	Ласточкино гнездо	60	1,31	12,02	2,91	124,98	29/1
	Пюре картофельное с морковью	120	2,42	1,19	15,96	84,17	20/0
	Соус сметанный (сметана 3/5)	30	0,30	0,60	1,53	12,70	13/3
	Компот из кураги и изюма	150	0,44	0,02	18,79	77,08	2/2
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	38/0
	ИТОГО ЗА ОБЕД	570	8	18	61	435	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	ЙОГУРТ	150	5,25	6,00	1,65	81,60	
	Пирог с повидлом или джемом открытый	60	2,38	2,56	28,21	145,25	10/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	210	8	9	30	227	
УЖИН			0	0	0	0	
	*Икра кабачковая (банки)	40	0,40	2,80	2,80	38,00	33/1
	Макароны с сыром	145	8,08	4,84	36,04	220,09	8/1
	Чай не сладкий	150	0,00	0,00	0,02	0,06	6/3
	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,58	10,28	52,34	37/0
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	38/0
	ИТОГО ЗА УЖИН	375	12	9	59	362	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1638	42	48	208	1427	

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 4 ДЕНЬ 4		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Апельсины	80	0,72	0,00	6,48	28,80	
	Каша ячневая с молоком	150	3,70	2,98	15,35	102,97	13/1
	Кофейный напиток с молоком	150	3,17	3,25	15,96	105,77	10/1
	Батон с маслом и джемом	28	1,55	0,55	2,10	19,54	33/1
	Сок по 0,2л,	100	0,30	0,00	16,30	66,40	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	508	9	7	56	323	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из томатов в с/с	40	1,87	5,52	2,82	68,39	31/1
	*Борщ	150	1,77	1,89	10,46	65,93	25/1
	Запеканка картофельная с отварным мя	150	3,58	11,21	23,11	207,62	12/3
	-Компот из сушеных фруктов	150	0,86	0,00	12,01	51,47	394/9
	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,58	10,28	52,34	37/0
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	38/0
	ИТОГО ЗА ОБЕД	530	11	20	69	497	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	
	Крендель в сахаре	50	2,05	2,42	19,23	106,74	5/3
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	200	6	7	25	191	
УЖИН			0	0	0	0	
	-Огурцы консервированные	40	2,00	2,80	1,20	38,00	78/0
	Сердце в соусе	60	5,20	5,37	5,16	89,80	362/0
	Рис припущенный с маслом	110	3,19	1,09	33,37	156,03	2/1
	Чай с лимоном	150	0,07	0,01	5,25	21,34	19/3
	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,58	10,28	52,34	37/0
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	38/0
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	14	10	65	409	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1638	40	44	215	1421	

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 4 ДЕНЬ 5		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Яблоки	80	0,32	0,00	7,84	32,64	
	Каша манная молочная	150	5,34	4,69	20,73	146,53	7/1
	Какао с молоком	150	3,14	3,35	12,78	93,87	7/3
	Батон с маслом и джемом	28	1,55	0,55	2,10	19,54	33/1
	Сок по 0,2л,	100	0,30	0,00	16,30	66,40	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	508	11	9	60	359	
ОБЕД			0	0	0	0	
	-Огурцы консервированные	40	2,00	2,80	1,20	38,00	78/0
	*Суп из овощей	150	1,79	3,39	9,88	77,25	35/3
	Запеканка из печени с рисом	150	17,62	6,55	14,62	187,89	355/2
	Соус белый основной	30	0,22	0,15	1,42	7,91	1/3
	Кисель из клюквы (брусники)	150	0,14	0,00	20,73	83,46	27/3
	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,58	10,28	52,34	37/0
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	38/0
	ИТОГО ЗА ОБЕД	560	25	14	68	498	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Кефир	180	5,22	5,76	7,20	101,52	
	Печенье вечернее	20	1,54	6,14	10,78	104,54	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	200	7	12	18	206	
УЖИН			0	0	0	0	
	Яйцо отварное	1	0,68	4,60	0,28	45,24	5/1
	-Говядина тушеная с овощами	170	2,94	16,95	14,74	223,21	290/9
	Чай с шиповником	150	0,17	0,07	7,43	30,99	26/3
	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,58	10,28	52,34	37/0
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	38/0
	ИТОГО ЗА УЖИН	361	7	23	43	403	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1629	49	57	189	1467	

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 5 ДЕНЬ 1		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Мандарин	90	0,72	0,00	6,75	29,88	
	Каша "Дружба"	150	5,41	4,90	22,86	157,28	2/1
	Кофейный напиток с молоком	150	3,17	3,25	15,96	105,77	10/1
	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	513	11	9	62	372	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из свеклы	40	0,56	2,04	3,26	33,56	57/1
	Суп картофельный с мясными фрикадел	150	1,33	5,68	8,52	90,44	39/1
	Гуляш мясной	60	0,87	9,30	2,68	97,86	16/3
	Картофельное пюре	110	2,81	1,59	18,92	101,26	9/1
	Компот из клюквы (брусники)	150	0,10	0,00	16,71	67,23	22/3
	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,58	10,28	52,34	37/0
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	38/0
	ИТОГО ЗА ОБЕД	550	9	20	70	494	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Ряженка	150	4,35	3,75	6,30	76,35	
	Ватрушка с курагой	55	2,41	2,43	21,60	117,71	7/3
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	205	7	6	28	194	
УЖИН			0	0	0	0	
	*Салат из кукурузы	40	0,88	3,16	4,48	49,85	6/4
	Пудинг творожный	120	21,36	8,72	10,94	207,62	10/3
	Подлив киселевый	30	0,04	0,00	1,54	6,29	11/1
	Чай полусладкий	150	0,00	0,00	2,02	8,04	6/3
	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,58	10,28	52,34	37/0
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	38/0
	ИТОГО ЗА УЖИН	380	25	13	39	376	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1648	52	48	200	1436	

Утверждаю:

И.о.заведующий Гаинуллина И.Р.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБДОУ № 61 "ЛЕЛЕЬ"

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	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Бананы	90	1,35	0,00	17,28	74,52	
	Каша пшенная молочная	150	4,21	3,12	20,39	126,50	10/1
	-*Какао с молоком	150	2,91	3,09	7,41	69,17	416/9
	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	521	12	9	62	377	
ОБЕД			0	0	0	0	
	*Суп картофельный с вермишелью	150	1,62	2,39	12,92	79,65	38/1
	Слоёные голубцы с мясом	150	4,43	18,30	14,82	241,64	31/9
	Компот лимонный	150	0,09	0,01	16,27	65,52	16/3
	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,58	10,28	52,34	37/0
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	38/0
	ИТОГО ЗА ОБЕД	490	9	22	64	491	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	Шанежка с картофелем	70	2,42	2,85	16,76	102,26	16/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	220	6	7	33	217	
УЖИН			0	0	0	0	
	*Икра кабачковая (банки)	40	0,40	2,80	2,80	38,00	33/1
	Рыба под омлетом	150	2,45	9,69	8,12	129,36	18/3
	Чай не сладкий	150	0,00	0,00	0,02	0,06	6/3
	Мармелад	20	0,06	0,02	17,20	69,22	
	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,58	10,28	52,34	37/0
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	38/0
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	6	14	48	341	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1631	34	51	208	1425	
			0	0	0	0	
	ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	36031	1088	1109	4360	31763	
			0	0	0	0	
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	1638	49	50	198	1444	
			0	0	0	0	
	Содержание БЖУ в % от калорийности		14	31	55	0	

Перечень технологических сборников, используемых при составлении данного меню:

- 0
- 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
- 4 К.С. Ладодо, Л.В. Дружинина "Питание здорового и больного ребёнка"

- 5 "Питание детей по гипоаллергенной диете" г. Екатеринбург
- 8 "Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений" Уральский региональный центр питания, 2004г.
- 9 Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий. Пермь 2018