



УТВЕРЖДАЮ

И. о. заведующего МБДОУ "Чайка"

Ратманова Н.В. (должность)

19.06.26 (ФИО)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День 1 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Макароны отварные с сыром | 130 | 5,76 | 6,10 | 22,74 | 171,87 | 206.1 |
| | Какао - напиток на сгущенном молоке | 180 | 2,93 | 2,39 | 2,29 | 43,25 | 397.1 |
| | Бутерброды с вареной сгущенкой | 40 | 3,13 | 0,34 | 20,00 | 95,92 | 6 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 350 | 11,82 | 8,83 | 45,03 | 311,04 | |
| ЗАВТРАК 2 | Соки фруктовые | 110 | 0,54 | 0,11 | 17,29 | 72,6 | 399 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2 | | 110 | 0,54 | 0,11 | 17,29 | 72,6 | |
| ОБЕД | Щи на м/к бульоне со сметаной | 150 | 6,23 | 6,55 | 11,55 | 130,95 | 67 |
| | Компот из сухофруктов | 150 | 0,12 | 0,00 | 12,91 | 49,27 | 376 |
| | морковь отварная | 30 | 0,39 | 0,03 | 2,07 | 10,5 | 130 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,34 | 0,36 | 12,90 | 65,4 | 700 |
| | Горошница | 110 | 8,60 | 2,19 | 20,72 | 137,02 | 318 |
| | Шницель мясной | 50 | 10,02 | 8,10 | 4,24 | 129,9 | 300 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 520 | 27,70 | 17,23 | 64,39 | 523,04 | |
| УПЛОТНЕНН | Суп Уха с сайрой (консерв.) | 180 | 7,47 | 11,74 | 18,07 | 208,35 | 87 |
| | Ватрушки | 55 | 8,11 | 9,43 | 34,73 | 254,43 | 466 |
| | Чай с сахаром | 180 | 1,80 | 0,00 | 7,54 | 44,48 | 392з |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,32 | 94 | 701 |
| ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | 455 | 20,54 | 21,57 | 79,66 | 601,26 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1435 | 60,60 | 47,74 | 206,37 | 1507,94 | |
| ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД: | | 1435 | 60,60 | 47,74 | 206,37 | 1507,94 | |
| СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД: | | 1435 | 60,60 | 47,74 | 206,37 | 1507,94 | |

УТВЕРЖДАЮ

И. о. заведующего МБДОУ "Чайка"

Ратманова Н. В. (должность)

15.06.2022 (ФИО)

(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детский сад

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День 1 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Макароны отварные с сыром | 150 | 17,39 | 7,76 | 97,40 | 528,13 | 206 |
| | Бутерброды с варенной сгущенкой | 50 | 3,91 | 0,42 | 25,00 | 119,9 | 6 |
| | Какао - напиток на сгущенном молоке | 200 | 3,26 | 2,66 | 2,54 | 48,06 | 397,1 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | | 400 | 24,56 | 10,84 | 124,94 | 696,09 | |
| ЗАВТРАК 2 | Соки фруктовые | 130 | 0,64 | 0,13 | 20,44 | 85,8 | 399 |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2 | | 130 | 0,64 | 0,13 | 20,44 | 85,8 | |
| ОБЕД | Щи на м/к бульоне со сметаной | 180 | 7,47 | 7,87 | 13,86 | 157,14 | 67 |
| | Компот из сухофруктов | 180 | 0,14 | 0,00 | 15,50 | 59,13 | 376 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 3,12 | 0,48 | 17,20 | 87,2 | 700 |
| | морковь отварная | 50 | 0,65 | 0,05 | 3,45 | 17,5 | 130 |
| | Горошница | 130 | 10,17 | 2,59 | 24,49 | 161,93 | 318 |
| | Шницель мясной | 70 | 14,02 | 11,35 | 5,94 | 181,87 | 300 |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | | 650 | 35,57 | 22,34 | 80,44 | 664,77 | |
| УПЛОТНЕНН | Суп Уха с сайрой (консерв,) | 200 | 8,30 | 13,04 | 20,08 | 231,5 | 87 |
| | Ватрушки | 65 | 9,58 | 11,15 | 41,04 | 300,69 | 466 |
| | Чай с сахаром | 200 | 2,00 | 0,00 | 8,38 | 49,42 | 392з |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,95 | 0,50 | 24,15 | 117,5 | 701 |
| ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | 515 | 23,83 | 24,69 | 93,65 | 699,11 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1695 | 84,60 | 58,00 | 319,47 | 2145,77 | |
| ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД: | | 1695 | 84,60 | 58,00 | 319,47 | 2145,77 | |
| СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД: | | 1695 | 84,60 | 58,00 | 319,47 | 2145,77 | |