Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

МЕНЮ приготавливаемых блюд

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад «Теремок»

Возрастная категория от 3 до 6 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал	
неделя 1 день 1	***Завтрак***						
завтрак	***Каша "Дружба" молочная***	***200***	3,8	7,9	34,3	220	168
завтрак	***Кофейный напиток с молоком***	***180***	2,85	2,41	14,36	91	395
завтрак	***Бутерброд с маслом***	***30/10***	2,45	7,55	14,62	136	1
2-й завтрак	***Сок фруктовый***	***190***	0,9	0	18,18	76	399
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	***610***	10	17,86	81,46	523	963
	Обед						
Обед	***Капуста квашеная***	***60***	0,8	5	1,79	57	45
Обед	***Суп вермишелевый на курином бульоне***	***200***	2,26	2,29	17,41	103	82,1
Обед	***Плов из птицы***	***190***	24,47	19,69	35,69	406	304
Обед	***Компот из свежих плодов***	***180***	0,14	0,14	21,4	88	372
Обед	***Хлеб ржаной***	***38***	2	0,3	24	56	0,19
Обед	***Хлеб пшеничный***	***20***	2,04	0,4	12	60	0,19
	ИТОГО ЗА ОБЕД	***688***	31,71	27,82	112,29	770	803,48
	полдник						
Полдник	***Тефтели рыбные тушеные***	***70***	6,5	4,4	7,6	98	394
полдник	***Рагу из овощей (3 вариант)***	***100***	3,7	14,8	22,5	230	344
полдник	***Чай с сахаром***	***180***	0,06	0,02	9,99	40	392
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	***350***	10,26	19,22	40,09	368	1130
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	***1648***	**52,0**	**64,9**	**233,8**	**1661,0**	
	Цена за день	**146-60**					

Заведующий Д/С _____

Мед.работник _____

Организатор питания _____ *ИП Комарова А.А.*

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

МЕНЮ приготавливаемых блюд

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад «Теремок»

Возрастная категория от 3 до 6 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещест			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал	
неделя 1 день 2	***Завтрак***						
завтрак	***Каша геркулесовая молочная***	***200***	5,39	6,38	27,13	187	168
завтрак	***Какао с молоком***	***180***	3,67	3,19	15,82	107	397
завтрак	***Бутерброд с маслом и сыром***	***30/10/10***	5,52	6,98	19,67	163	3
2-й завтрак	***Компот из свежих фруктов***	***180***	0,14	0,14	21,4	88	372
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	***610***	14,72	16,69	84,02	545	
	Обед						
Обед	***Икра кабачковая***	***60***	1,86	0,12	3,9	24	50
Обед	***Борщ с курицей и сметаной***	***200***	1,8	4,9	12,72	109	57
Обед	***Оладьи из печени***	***100***	12,01	9,06	13	196	409
Обед	***Пюре картофельное***	***140***	3,06	4,8	20,4	136	321
Обед	***Компот из свежих фруктов***	***200***	0,14	0,14	21,4	88	372
Обед	***Хлеб ржаной***	***40***	2,04	0,4	12	60	0,19
Обед	***Хлеб пшеничный***	***20***	2	0,3	24	56	0,19
	ИТОГО ЗА ОБЕД	***760***	22,91	19,72	107,42	669	
	полдник						
Полдник	***Ватрушка с творогом***	***100***	6	13	26	392	460
полдник	***Кисломолочный напиток (кефир)***	***150***	4,5	1,5	6	60	401
полдник	***Кондитерское изделие***	***30***	6	13	26	392	460
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	***280***	16,5	27,5	58	844	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	***1650***	54,1	63,9	249,4	2058,0	
	Цена за день	**146-60**					

Заведующий Д/С _____

Мед.работник _____

Организатор питания _____ *ИП Комарова А.А.*

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

МЕНЮ приготавливаемых блюд

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад «Теремок»

Возрастная категория от 3 до 6 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	рецепту
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал	
неделя 1 день 3	***Завтрак***						
завтрак	***Каша манная молочная***	***200***	4,52	4,07	30,57	177	168
завтрак	***Чай с молоком***	***180***	0,06	0,02	9,99	40	394
завтрак	***Бутерброд с маслом***	***30/10***	2,45	7,55	14,62	136	1
2-й завтрак	***Фрукт***	***140***	1,5	0,5	21	96	368
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	***560***	8,53	12,14	76,18	449	
	Обед						
Обед	***Салат из свеклы отварной***	***60***	1,42	6,08	8,3	94	33
Обед	***Суп гороховый на мясном бульоне***	***200***	5,47	5,25	16,25	135	81
Обед	***Ленивые голубцы с отварным мясом***	***160***	16,2	8,2	19,4	225	298
Обед	***Компот из сухофруктов***	***200***	1	0	28	112	376
Обед	***Хлеб ржаной***	***40***	2	0,3	24	56	0,19
Обед	***Хлеб пшеничный***	***20***	2,04	0,4	12	60	0,19
	ИТОГО ЗА ОБЕД	***680***	28,13	20,23	107,95	682	
	полдник						
полдник	***Омлет натуральный с зеленым горошком конс.***	***145/5***	5,2	6,25	2,5	89	219
полдник	***Напиток из лимона***	***180***	0,14	0,14	21,4	88	372
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	***330***	5,34	6,39	23,9	177	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	***1570***	42,0	38,8	208,0	1308,0	
	Цена за день	**146-60**					

Заведующий Д/С _____

Мед.работник _____

Организатор питания _____ *ИП Комарова А.А.*

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

МЕНЮ приготавливаемых блюд

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад «Теремок»

Возрастная категория от 3 до 6 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал	
неделя 1 день 4	***Завтрак***						
завтрак	***Каша пшенная молочная***	***200***	4,48	4,92	30,8	182	313
завтрак	***Кофейный напиток с молоком***	***180***	2,85	2,41	14,36	91	395
завтрак	***Бутерброд с маслом и сыром***	***30/10/10***	5,52	6,98	19,67	163	3
2-й завтрак	***Сок фруктовый***	***190***	0,9	0	18,18	76	399
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	***620***	13,75	14,31	83,01	512	
	Обед						
Обед	***Винегрет овощной***	***60***	2	9,2	12,6	142	45
Обед	***Щи с картофелем на мясном бульоне со сметаной***	***250***	1,72	4,87	8,47	110	66
Обед	***Гуляш из отварного мяса***	***50/50***	20,63	16,3	5,24	250	278
Обед	***Макароны отварные***	***180***	7,57	5,81	36,3	228	205
Обед	***Кисель из свежих плодов***	***180***	0,12	0,036	24,6	99	378
Обед	***Хлеб ржаной***	***38***	2	0,3	24	56	0,19
Обед	***Хлеб пшеничный***	***20***	2,04	0,4	12	60	0,19
	ИТОГО ЗА ОБЕД	***828***	36,08	36,916	123,21	945	
	полдник						
полдник	***Пудинг из творога со сгущ. молоком***	***110/10***	15,14	10,76	24,33	155	235
полдник	***Чай с сахаром***	***180***	0,06	0,02	9,99	40	392
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	***300***	15,2	10,78	34,32	195	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	***1748***	65,0	62,0	240,5	1652,0	
	Цена за день	**146-60**					

Заведующий Д/С _____

Мед.работник _____

Организатор питания _____ *ИП Комарова А.А.*

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

МЕНЮ при. отавливаемых блюд

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад «Теремок»

Возрастная категория от 3 до 6 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическ	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал	
неделя 1 день 5	***Завтрак***						
завтрак	***Каша гречневая молочная***	***200***	7,9	8,2	35	246	168
завтрак	***Какао с молоком***	***180***	3,67	3,19	15,82	107	397
завтрак	***Бутерброд с маслом***	***30/10***	2,45	7,55	14,62	136	1
2-й завтрак	***Чай с лимоном***	***180***	0,2	0,07	13,6	56	393
2-й завтрак	***Кондитерское изделие***	***30***	6	13	26	392	460
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	***630***	20,22	32,01	105,04	937	
	Обед						
Обед	***Капуста квашеная***	***60***	0,8	5	1,79	57	45
Обед	***Суп рыбный с консервами рыбными***	***200***	2,4	3,17	19,7	120	87
Обед	***Тефтели мясные***	***70***	5,4	6,02	6,86	104	287
Обед	***Пюре картофельное***	***140***	3,06	4,8	20,4	136	321
Обед	***Компот из сухофруктов***	***180***	1	0	28	112	376
Обед	***Хлеб ржаной***	***38***	2	0,3	24	56	0,19
Обед	***Хлеб пшеничный***	***20***	2,04	0,4	12	60	0,19
	ИТОГО ЗА ОБЕД	***708***	16,7	19,69	112,75	645	
	полдник						
Полдник	***Булочка домашняя***	***100***	6	13	26	392	460
полдник	***Фруктовый салат***	***100***	0,9	1,89	10,6	82	43
полдник	***Кисломолочный напиток***	***150***	4,5	1,5	6	60	401
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	***350***	11,4	16,39	42,6	534	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	***1688***	48,3	68,1	260,4	2116,0	
	Цена за де.ь	**146-60**					

Заведующий Д/С _____

Мед.работник _____

Организатор питания _____ *ИП Комарова А.А.*

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

МЕНЮ приготавливаемых блюд

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад «Теремок»

Возрастная категория от 3 до 6 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическ	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал	
неделя 2 день 1	***Завтрак***						
завтрак	***Каша гречневая молочная***	***200***	7,9	8,2	35	246	168
завтрак	***Чай с молоком***	***180***	0,06	0,02	9,99	40	394
завтрак	***Бутерброд с маслом***	***30/10***	2,45	7,55	14,62	136	1
2-й завтрак	***Сок фруктовый***	***190***	0,9	0	18,18	76	399
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	***610***	11,31	15,77	77,79	498	
	Обед						
Обед	***Салат из свеклы с яблоками***	***60***	1,42	6,08	8,3	94	33
Обед	***Суп картофельный с курицей***	***200***	6,2	5,6	22,3	167	139
Обед	***Котлета мясная***	***70***	11,82	8,8	11,64	173	282
Обед	***Капуста тушеная***	***200***	3,13	5,56	14,38	120	132
Обед	***Компот из свежих плодов***	***180***	0,14	0,14	21,4	88	372
Обед	***Хлеб ржаной***	***38***	2	0,3	24	56	0,19
Обед	***Хлеб пшеничный***	***20***	2,04	0,4	12	60	0,19
	ИТОГО ЗА ОБЕД	***768***	26,75	26,88	114,02	758	
	полдник						
Полдник	***Пудинг рыбный***	***100***	7,3	10,6	1,15	130	249
полдник	***Чай с лимоном***	***180***	0,2	0,07	13,6	56	393
полдник	***Кондитерское изделие***	***30***	6	13	26	392	460
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	***310***	13,5	23,67	40,75	578	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	***1688***	51,6	66,3	232,6	1834,0	
	Цена за день	**146-60**					

Заведующий Д/С _____

Мед.работник _____

Организатор питания _____ *ИП Комарова А.А.*

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

МЕНЮ приготавливаемых блюд

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад «Теремок»

Возрастная категория: от 3 до 6 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал	
неделя 2 день 2	***Завтрак***						
завтрак	***Вермишель молочная***	*200*	7,57	5,81	36,3	228	205
завтрак	***Кофейный напиток с молоком***	*180*	2,85	2,41	14,36	91	395
завтрак	***Бутерброд с маслом и сыром***	*30/10/10*	5,52	6,98	19,67	163	3
2-й завтрак	***Чай с сахаром***	*180*	0,06	0,02	9,99	40	392
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	*610*	16	15,22	80,32	522	
	Обед						
Обед	***Икра кабачковая***	*60*	1,86	0,12	3,9	24	50
Обед	***Свекольник со сметаной на курином бульоне***	*195/5*	3,74	3,54	10,18	118	22
Обед	***Фрикадельки из птицы***	*80*	3,7	3	0,5	60	121
Обед	***Соус томатно-сметанный***	*30*	2,67	9,2	9,87	13	352
Обед	***Рис отварной***	*100*	3,64	5,37	36,7	208	315
Обед	***Компот из сухофруктов***	*180*	1	0	28	112	376
Обед	***Хлеб ржаной***	*38*	2	0,3	24	56	0,19
Обед	***Хлеб пшеничный***	*28*	2,04	0,4	12	60	0,19
	ИТОГО ЗА ОБЕД	*716*	20,65	21,93	125,15	651	
	полдник						
Полдник	***Запеканка из творога с морковью***	*150*	15,28	16,58	25,08	311	154
полдник	***Соус сметанный***	*20*	2,67	9,2	9,87	13	352
полдник	***Кисломолочный напиток***	*150*	4,5	1,5	6	60	401
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	*320*	22,45	27,28	40,95	384	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	*1646*	59,1	64,4	246,4	1557,0	
	Цена за день	**146-60**					

Заведующий Д/С _____

Мед.работник _____

Организатор питания _____ *ИП Комарова А.А.*

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

МЕНЮ приготавливаемых блюд

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад «Теремок»

Возрастная категория от 3 до 6 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическ	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал	
неделя 2 день 3	***Завтрак***						
завтрак	***Каша геркулесовая молочная***	***200***	5,39	6,38	27,13	187	168
завтрак	***Какао с молоком***	***180***	3,67	3,19	15,82	107	397
завтрак	***Бутерброд с маслом***	***30/10***	2,45	7,55	14,62	136	1
2-й завтрак	***Фрукт***	***140***	1,5	0,5	21	96	368
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	***560***	13,01	17,62	78,57	526	
	Обед						
Обед	***Капуста квашеная***	***60***	0,8	5	1,79	57	45
Обед	***Суп овощной со сметаной на мясном бульоне***	***195/5***	2	4,3	10	88	135
Обед	***Бефстроганов из отв. мяса***	***50***	13	15	5	202	278
Обед	***Пюре картофельное***	***100***	3,06	4,8	20,4	136	321
Обед	***Компот из свежих фруктов***	***180***	0,14	0,14	21,4	88	372
Обед	***Хлеб ржаной***	***40***	2	0,3	24	56	0,19
	Хлеб пшеничный	***20***	2,04	0,4	12	60	0,19
	ИТОГО ЗА ОБЕД	***650***	23,04	29,94	94,59	687	
	полдник						
полдник	***Ватрушка с повидлом***	***100***	6	13	26	392	460
полдник	***Кисель из свежих плодов***	***180***	0,12	0,036	24,6	99	378
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	***280***	6,12	13,036	50,6	491	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	***1490***	42,2	60,6	223,8	1704,0	
	Цена за день	**146-60**					

Заведующий Д/С _____

Мед.работник _____

Организатор питания _____ *ИП Комарова А.А.*

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

МЕНЮ приготавливаемых блюд

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад «Теремок»

Возрастная категория от 3 до 6 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическ	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал	
неделя 2 день 4	***Завтрак***						
завтрак	***Каша рисовая молочная***	***200***	3,09	4,07	35,4	197	168
завтрак	***Чай с сахаром***	***180***	0,06	0,02	9,99	40	392
завтрак	***Бутерброд с маслом и сыром***	***30/10/10***	5,52	6,98	19,67	163	3
2-й завтрак	***Сок фруктовый***	***190***	0,9	0	18,18	76	399
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	***620***	9,57	11,07	83,24	476	
	Обед						
Обед	***Салат из свеклы отварной***	***60***	1,42	6,08	8,3	94	33
Обед	***Рассольник со сметаной на курином бульоне***	***195/5***	2	5,11	16,93	122	76
Обед	***Гуляш из птицы с соусом белым основным***	***50/50***	20,63	16,3	5,24	250	278
Обед	***Гречка отварная***	***100***	5,72	4,06	25,76	162	313
Обед	***Компот из свежих плодов***	***180***	0,14	0,14	21,4	88	372
Обед	***Хлеб ржаной***	***38***	2	0,3	24	56	0,19
Обед	***Хлеб пшеничный***	***20***	2,04	0,4	12	60	0,19
	ИТОГО ЗА ОБЕД	***698***	33,95	32,39	113,63	832	
	полдник						
Полдник	***Запеканка из творога со сгущ. молоком***	***100/20***	15,14	10,76	24,33	155	366
полдник	***Кисломолочный напиток (кефир)***	***150***	4,5	1,5	6	60	401
полдник	***Кондитерское изделие***	***30***	6	13	26	392	460
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	***300***	25,64	25,26	56,33	607	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	***1618***	**69,2**	**68,7**	**253,2**	**1915,0**	
	Цена за день	**146-60**					

Заведующий Д/С _____

Мед.работник _____

Организатор питания _____ *ИП Комарова А.А.*

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

МЕНЮ приготавливаемых блюд

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад «Теремок»

Возрастная категория от 3 до 6 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическ	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы	ККал	
неделя 2 день 5	***Завтрак***						
завтрак	***Каша пшенная молочная***	***200***	4,48	4,92	30,8	182	313
завтрак	***Кофейный напиток с молоком***	***180***	2,85	2,41	14,36	91	395
завтрак	***Бутерброд с маслом***	***30/10***	2,45	7,55	14,62	136	1
2-й завтрак	***Фрукт***	***140***	1,5	0,5	21	96	368
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	***560***	11,28	15,38	80,78	505	
	Обед						
Обед	***Огурец соленый***	***60***	1	0,4	2,3	21	70
Обед	***Суп с вермишелью и яйцом на мясном бульоне***	***200***	2,8	5,8	13,9	120	147
Обед	***Жаркое по-домашнему с отварным мясом***	***200***	27,53	7,47	21,95	265	276
Обед	***Компот из сухофруктов***	***180***	1	0	28	112	376
Обед	***Хлеб ржаной***	***38***	2	0,3	24	56	0,19
Обед	***Хлеб пшеничный***	***20***	2,04	0,4	12	60	0,19
	ИТОГО ЗА ОБЕД	***698***	36,37	14,37	102,15	634	
	Полдник						
Полдник	***Рыба запеченая под омлетом***	***100***	7,3	10,6	1,15	130	249
полдник	***Чай с лимоном***	***180***	6	13	26	392	460
полдник	***Кондитерское изделие***	***30***	0,2	0,07	13,6	56	393
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	***310***	13,5	23,67	40,75	578	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	***1568***	61,2	53,4	223,7	1717,0	
	Цена за день	**146-60**					

Заведующий ДОУ _____

Мед.работник _____

Организатор питания _____ *ИП Комарова А.А.*