

СОГЛАСОВАНО:

Советом по питанию
протокол от 01.12.2020 № 2

УТВЕРЖДАЮ

приказом МБДОУ д/с № 2
от «1» декабря 2020 г. №172
И.О. Заведующего

В.И. Дубова

Меню приготавливаемых блюд**Сад 10,5часов****ДЕНЬ 1**

Наименование блюда	Выход		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
	Брутто	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	75		3,8	4,6	23,2	149,4	210
Макаронные изделия, весовые в/с, из твердых сортов пшеницы	35	35	3,8	0,6	23,2	113,1	
СЫР	18	18	0	0	0	0,0	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3	
БАТОН С МАСЛОМ	30/10		0,1	8,3	0,1	74,8	1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8	
Батон "Юбилейный" в/с 0,4 кг	30	30	0	0	0	0,0	
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,1		5,1	20,5	430
Чай черный	0,45	0,45	0,1	0	0,2	1,1	
Сахар песок, высший сорт	5	5	0	0	4,9	19,4	
Итого за завтрак			4,0	12,9	28,4	244,7	
II Завтрак							
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	102		0,4	0,4	10,3	49,2	18
Яблоки свежие 1 сорт	119	104,72	0,4	0,4	10,3	49,2	
Итого за II завтрак			0,4	0,4	10,3	49,2	
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С	200		1,7	4,2	12,2	92,7	99
Картофель свежий	90	63	1,3	0,3	10	47,0	
Горох, 1 сорт	16	16	0	0	0	0,0	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	18	15,12	0,2	0	1,2	6,0	
Морковь столовая, свежая	18	13,95	0,2	0	1	4,8	
Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, в/с	4	4	0	3,9	0	34,9	
Соль поваренная,	3,8	3,8	0	0	0	0,0	
ТЕФТЕЛЯ МЯСНАЯ	80		36,6	34,7	9,5	496,3	286
Мясо (говядина 1 категория)	80	60	10,9	9,3	0	126,9	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14	11,76	0,2	0	1	4,7	
Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, в/с	3	3	0	2,9	0	26,2	
Яйцо куриное столовое, 1-й категории	5 шт.	201,25	24,8	22,4	1,4	306,5	
Рис шлифованный, 1 сорт	10	9,9	0,7	0,1	7,1	32,0	
КАША ПШЕНИЧНАЯ	120		3,3	2,8	19,6	116,5	181
Крупа пшеничная, мягкая 1	30	29,7	3,3	0,4	19,6	94,8	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7	
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	80		1,1	2,9	3,3	44,4	19
Капуста белокачанная, свежая	55	44	0,8	0	2	11,9	
Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, в/с	3	3	0	2,9	0	26,2	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,88	0,1	0	0,5	2,3	
Морковь столовая, свежая	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0	

КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		180	0,1	0,1	8,3	35,2	к/к
Яблоки свежие 1 сорт	30	26,4	0,1	0,1	2,5	12,0	
Сахар песок, высший сорт	6	6	0	0	5,8	23,2	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0	17
Хлеб "Колос" из пшеничной муки 1 - сорта 0,51 кг	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
ХЛЕБ РИЖСКИЙ		375	2,5	0,3	15,9	76,5	16
Хлебушек "Рижский новый" 0,5 кг	37,5	37,5	2,5	0,3	15,9	76,5	
Итого за обед			47,6	45,2	83,9	932,6	
Полдник							
ОЛАДЬИ НА КЕФИРЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ		101/20	7,7	7,7	48,1	292,7	443
Мука пшеничная высший сорт	35	35	3,7	0,5	23,8	113,4	
Яйцо куриное столовое, 1-й категории	0,06 шт.	2,4	0,3	0,3	0	3,7	
молоко сгущенное	30	30	2,1	2,5	16,2	95,4	
Сахар песок, высший сорт	6	6	0	0	5,8	23,2	
КЕФИР	60	60	1,6	1,5	2,3	30,8	
Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, в/с	3	3	0	2,9	0	26,2	
КАКАО С МОЛОКОМ		190	5,4	4,8	12,7	116,3	397
КАКАО	0,45	0,45	0,1	0,1	0	1,3	
Сахар песок, высший сорт	4	4	0	0	3,9	15,5	
Молоко пастеризованное	190	190	5,3	4,7	8,8	99,5	
Итого за полдник			13,1	12,5	60,8	409,0	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			65,1	71,0	183,4	1 635,5	

СОГЛАСОВАНО:

Советом по питанию
протокол от 01.12.2020 № 2

УТВЕРЖДАЮ

приказом МБДОУ д/с № 2
от « 1 » декабря 2020 г. № 172
И.О. Заведующего

В.И. Дубова

Меню приготавливаемых блюд**Сад 10,5 часов****ДЕНЬ 2**

Наименование блюда	Выход		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200		6,9	6,1	24,1	179,3	к/к
Крупа гречневая, ядрица, 1 сорт	20	19,8	2,4	0,7	11	59,2	
Молоко пастеризованное	157	157	4,5	3,8	7,3	82,3	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6	
Сахар песок, высший сорт	6	6	0	0	5,8	23,2	
БАТОН С МАСЛОМ	30/10		0,1	8,3	0,1	74,8	1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8	
Батон "Юбилейный" в/с 0,4 кг	30	30	0	0	0	0,0	
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,1		5,1	20,5	430
Чай черный	0,45	0,45	0,1	0	0,2	1,1	
Сахар песок, высший сорт	5	5	0	0	4,9	19,4	
Итого за завтрак			7,1	14,4	29,3	274,6	
II Завтрак							
КЕФИР	200		5,8	5,0	8,0	106,0	435
КЕФИР	200	200	5,8	5	8	106,0	
Итого за II завтрак			5,8	5,0	8,0	106,0	
Обед							
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200		3,6	3,8	18,8	128,0	56
Свекла столовая свежая	17	13,18	0,2	0	1,2	5,3	
Капуста белокачанная, свежая	70	56	1	0,1	2,5	15,2	
Морковь столовая, свежая	17	13,18	0,2	0	0,9	4,5	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17	14,28	0,2	0	1,2	5,7	
Томат - паста (пюре) 25 %, в/с, с/б, 0,5	5	5	0,2	0	1	4,9	
Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, в/с	2	2	0	1,9	0	17,5	
СМЕТАНА	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0	
Картофель свежий	105	73,5	1,5	0,3	11,6	54,9	
Соль поваренная,	3,8	3,8	0	0	0	0,0	
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	102		53,4	39,1	7,6	616,9	290
Субпродукты (печень)	110	102,3	17,8	3,7	0	126,0	
Хлеб "Колос" из пшеничной муки 1 - сорта 0,51 кг	10	10	0,8	0,1	4,9	23,0	
Яйцо куриное столовое, 1-й категории	7 шт.	281,75	34,7	31,4	1,9	429,0	
Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, в/с	4	4	0	3,9	0	34,9	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12	10,08	0,1	0	0,8	4,0	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	153		3,8	5,5	24,3	161,8	335
Картофель свежий	205	143,5	2,8	0,6	22,7	107,2	
Молоко пастеризованное	35	35	1	0,9	1,6	18,3	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3	

ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ		40	0,3		0,7	5,2	28
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	40	40	0,3	0	0,7	5,2	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ		200			5,8	23,2	402
Компотная смесь	10	10	0	0	0	0,0	
Сахар песок, высший сорт	6	6	0	0	5,8	23,2	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0	17
Хлеб "Колос" из пшеничной муки 1 - сорта 0,51 кг	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
ХЛЕБ РИЖСКИЙ		375	2,5	0,3	15,9	76,5	16
Хлебушек "Рижский новый" 0,5 кг	37,5	37,5	2,5	0,3	15,9	76,5	
Итого за обед			65,9	48,9	88,2	1 082,6	
Полдник							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ. МОЛОКОМ		160	75,0	61,2	38,7	1 009,6	443
ТВОРОГ	119	119	20,8	10,4	3,5	195,1	
КРУПА МАННАЯ, 1 СОРТ	10	10	1	0,1	6,9	31,9	
Сахар песок, высший сорт	5	5	0	0	4,9	19,4	
Яйцо куриное столовое, 1-й категории	10 шт.	402,5	49,6	44,9	2,7	612,9	
Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, в/с	2	2	0	1,9	0	17,5	
молоко сгущенное	35	35	2,4	2,9	18,8	111,4	
Молоко пастеризованное	41	41	1,2	1	1,9	21,4	
КАКАО С МОЛОКОМ		190	5,8	5,0	15,2	129,7	397
КАКАО	0,64	0,64	0,2	0,1	0,1	1,7	
Сахар песок, высший сорт	6	6	0	0	5,8	23,2	
Молоко пастеризованное	200	200	5,6	4,9	9,3	104,8	
Итого за полдник			80,8	66,2	53,9	1 139,3	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			159,6	134,5	179,4	2 602,5	

СОГЛАСОВАНО:

Советом по питанию
протокол от 01.12.2020 № 2

УТВЕРЖДАЮ

приказом МБДОУ д/с № 2
от « 1 » декабря 2020 г № 172
И.О. Заведующего
В.И. Дубова**Меню приготавливаемых блюд****Сад 10,5часов****ДЕНЬ 3**

Наименование блюда	Выход		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200		7,0	6,7	24,0	185,3	189
Пшено шлифованное, 1 сорт	15	14,85	1,6	0,4	10,2	50,7	
Молоко пастеризованное	192	192	5,4	4,7	8,9	100,6	
Сахар песок, высший сорт	5	5	0	0	4,9	19,4	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6	
БАТОН С МАСЛОМ	30/10		0,1	8,3	0,1	74,8	1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8	
Батон "Юбилейный" в/с 0,4 кг	30	30	0	0	0	0,0	
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,1		5,1	20,5	430
Чай черный	0,45	0,45	0,1	0	0,2	1,1	
Сахар песок, высший сорт	5	5	0	0	4,9	19,4	
Итого за завтрак			7,2	15,0	29,2	280,6	
II Завтрак							
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	102		0,4	0,4	10,3	49,2	18
Яблоки свежие 1 сорт	119	104,72	0,4	0,4	10,3	49,2	
Итого за II завтрак			0,4	0,4	10,3	49,2	
Обед							
СУП РИСОВЫЙ	200		2,7	3,3	22,5	130,2	402
Рис шлифованный, 1 сорт	15	14,85	1	0,1	10,7	48,0	
Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, в/с	3	3	0	2,9	0	26,2	
Картофель свежий	90	63	1,3	0,3	10	47,0	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0	
Морковь столовая, свежая	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0	
Соль поваренная,	3,8	3,8	0	0	0	0,0	
РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	183		11,4	9,7	23,7	228,5	309
Мясо (говядина 1 категория)	54	40,5	7,3	6,3	0	85,7	
Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, в/с	3	3	0	2,9	0	26,2	
Картофель свежий	155	108,5	2,1	0,4	17,2	81,0	
Морковь столовая, свежая	17	13,18	0,2	0	0,9	4,5	
Томат - паста (пюре) 25 %, в/с, с/б, 0,5	8	8	0,4	0	1,5	8,0	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17	14,28	0,2	0	1,2	5,7	
Капуста белокачанная, свежая	80	64	1,2	0,1	2,9	17,4	
ПОМИДОР СОЛЕНЫЙ	40		0,4		1,0	5,6	30
Помидоры соленые	40	40	0,4	0	1	5,6	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180		0,1	0,1	8,3	35,2	к/к
Яблоки свежие 1 сорт	30	26,4	0,1	0,1	2,5	12,0	
Сахар песок, высший сорт	6	6	0	0	5,8	23,2	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0	17

Хлеб "Колос" из пшеничной муки 1 - сорта 0,51 кг	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
Итого за обед			16,9	13,3	70,6	470,5	
Полдник							
ЯЙЦО ОТВАРНОЕ		40	4,9	4,5	0,3	61,3	44
Яйцо куриное столовое, 1-й категории	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3	
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ		60	2,5	2,1	10,3	72,6	45
Картофель свежий	40	28	0,6	0,1	4,5	21,0	
Свекла столовая свежая	41	31,78	0,5	0	2,7	12,9	
Морковь столовая, свежая	10	7,75	0,1	0	0,5	2,6	
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	12	12	0,1	0	0,2	1,6	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,71	9	0,1	0	0,7	3,6	
Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, в/с	2	2	0	1,9	0	17,5	
Капуста квашенная	60	60	1,1	0,1	1,7	13,4	
ХЛЕБ РИЖСКИЙ		375	2,5	0,3	15,9	76,5	16
Хлебушек "Рижский новый" 0,5 кг	37,5	37,5	2,5	0,3	15,9	76,5	
Итого за полдник			9,9	6,9	26,5	210,4	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			34,4	35,6	136,6	1 010,7	

СОГЛАСОВАНО:

Советом по питанию
протокол от 01.12.2020 № 2

УТВЕРЖДАЮ

приказом МБДОУ д/с № 2
от « 1 » декабря 2020 г. № 172
И.О. Заведующего
_____ В.И. Дубова**Меню приготавливаемых блюд****Сад 10,5часов****ДЕНЬ 4**

Наименование блюда	Выход		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200		6,3	6,3	26,5	187,3	189
КРУПА МАННАЯ, 1 СОРТ	20	20	2	0,2	13,7	63,8	
Молоко пастеризованное	150	150	4,3	3,7	7	78,6	
Сахар песок, высший сорт	6	6	0	0	5,8	23,2	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7	
БАТОН С СЫРОМ	30/10						3
СЫР	10	10	0	0	0	0,0	
Батон "Юбилейный" в/с 0,4 кг	30	30	0	0	0	0,0	
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,1		5,1	20,5	430
Чай черный	0,45	0,45	0,1	0	0,2	1,1	
Сахар песок, высший сорт	5	5	0	0	4,9	19,4	
Итого за завтрак			6,4	6,3	31,6	207,8	
II Завтрак							
ВАФЛИ	20		0,6	0,7	15,5	70,8	117
Вафли весовые	20	20	0,6	0,7	15,5	70,8	
СОК ФРУКТОВЫЙ	190						399
сок фруктовый, в/с, с/б, 3 л.	190	190	0	0	0	0,0	
Итого за II завтрак			0,6	0,7	15,5	70,8	
Обед							
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200		3,2	4,7	16,3	124,8	56
Свекла столовая свежая	15	11,63	0,2	0	1	4,8	
Капуста белокачанная, свежая	50	40	0,7	0	1,8	10,9	
Морковь столовая, свежая	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0	
Томат - паста (пюре) 25 %, в/с, с/б, 0,5	7	7	0,3	0	1,3	6,9	
Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, в/с	3	3	0	2,9	0	26,2	
Картофель свежий	90	63	1,3	0,3	10	47,0	
СМЕТАНА	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0	
Соль поваренная,	3,8	3,8	0	0	0	0,0	
КУРЫ ОТВАРНЫЕ В ТОМАТ.	80		17,9	17,5	4,8	249,5	300
Птица (куры 1 категории)	130	93,6	17	14,6	0	199,7	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0	
Морковь столовая, свежая	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0	
Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, в/с	3	3	0	2,9	0	26,2	
Мука пшеничная высший сорт	3	3	0,3	0	2	9,7	
Томат - паста (пюре) 25 %, в/с, с/б, 0,5	5	5	0,2	0	1	4,9	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	153		3,0	5,1	20,5	139,9	335
Картофель свежий	174	121,8	2,3	0,5	19,3	91,0	
Молоко пастеризованное	24	24	0,7	0,6	1,2	12,6	

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3	
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ		50	0,8	2,5	1,6	33,9	40
Капуста квашенная	58	40,5	0,7	0	1,2	9,3	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5	0,1	0	0,4	2,1	
Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное, в/с	2,5	2,5	0	2,5	0	22,5	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ		200			5,8	23,2	402
Компотная смесь	8	8	0	0	0	0,0	
Сахар песок, высший сорт	6	6	0	0	5,8	23,2	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0	17
Хлеб "Колос" из пшеничной муки 1 - сорта 0,51 кг	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
ХЛЕБ РИЖСКИЙ		375	2,5	0,3	15,9	76,5	16
Хлебушек "Рижский новый" 0,5 кг	37,5	37,5	2,5	0,3	15,9	76,5	
Итого за обед			29,7	30,3	80,0	718,8	
Полдник							
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ) СО СМЕТАНОЙ		160	19,2	9,9	30,8	294,1	199
ТВОРОГ	82	82	14,4	7,2	2,4	134,4	
Мука пшеничная высший сорт	34	34	3,6	0,4	23,1	110,2	
Сахар песок, высший сорт	5	5	0	0	4,9	19,4	
Яйцо куриное столовое, 1-й категории	0,2 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12,2	
СМЕТАНА	9	9	0,2	1,4	0,3	17,9	
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	5,6	4,9	9,3	104,8	434
Молоко пастеризованное	200	200	5,6	4,9	9,3	104,8	
Итого за полдник			24,8	14,8	40,1	398,9	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			61,5	52,1	167,2	1 396,3	

СОГЛАСОВАНО:

Советом по питанию
протокол от 01.12.2020 № 2УТВЕРЖДАЮ
приказом МБДОУ д/с № 2
от « 1 » декабря 2020 г
И.О. Заведующего
В.И. Дубова**Меню приготавливаемых блюд****Сад 10,5часов****ДЕНЬ 5**

Наименование блюда	Выход		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200		7,0	7,0	27,2	201,2	112
Молоко пастеризованное	175	175	4,9	4,3	8,1	91,7	
Макаронные изделия, весовые в/с, из твердых сортов пшеницы	20	20	2,1	0,3	13,3	64,6	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7	
Сахар песок, высший сорт	6	6	0	0	5,8	23,2	
БАТОН С СЫРОМ	30/10						3
СЫР	10	10	0	0	0	0,0	
Батон "Юбилейный" в/с 0,4 кг	30	30	0	0	0	0,0	
КАКАО С МОЛОКОМ	190		5,4	4,8	13,7	120,0	397
КАКАО	0,38	0,38	0,1	0,1	0	1,1	
Сахар песок, высший сорт	5	5	0	0	4,9	19,4	
Молоко пастеризованное	190	190	5,3	4,7	8,8	99,5	
Итого за завтрак			12,4	11,8	40,9	321,2	
II Завтрак							
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	102		0,4	0,4	10,3	49,2	18
Яблоки свежие 1 сорт	119	104,72	0,4	0,4	10,3	49,2	
Итого за II завтрак			0,4	0,4	10,3	49,2	
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С	200		1,5	4,2	11,4	88,5	81
Картофель свежий	90	63	1,3	0,3	10	47,0	
Фасоль ж/б	16	16	0	0	0	0,0	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,52	8	0,1	0	0,7	3,2	
Морковь столовая, свежая	12,9	10	0,1	0	0,7	3,4	
Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное,	4	4	0	3,9	0	34,9	
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200		12,0	12,8	19,6	242,8	258
Птица (куры 1 категории)	72	51,84	9,4	8,1	0	110,6	
Картофель свежий	155	108,5	2,1	0,4	17,2	81,0	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0	
Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное,	2	2	0	1,9	0	17,5	
Томат - паста (пюре) 25 %, в/с, с/б,	3	3	0,1	0	0,6	3,0	
Морковь столовая, свежая	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7	
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО	60		1,1	3,0	3,2	44,7	431
горошек зеленый мозговых сортов,	20	20	0	0	0	0,0	
Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное,	3	3	0	2,9	0	26,2	

Капуста белокачанная, свежая	70	56	1	0,1	2,5	15,2	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		180	0,1	0,1	8,3	35,2	к/к
Яблоки свежие 1 сорт	30	26,4	0,1	0,1	2,5	12,0	
Сахар песок, высший сорт	6	6	0	0	5,8	23,2	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0	17
Хлеб "Колос" из пшеничной муки 1 - сорта 0,51 кг	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
Итого за обед			17,0	20,3	57,6	482,2	
Полдник							
РЫБА, ТУШЕННАЯ С		80	8,9	4,4	7,7	105,7	267
Рыба свежемороженная (Минтай)	96	48	7,4	0,4	0	33,6	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13	10,92	0,2	0	0,9	4,4	
Морковь столовая, свежая	16	12,4	0,2	0	0,9	4,2	
Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное,	4	4	0	3,9	0	34,9	
Мука пшеничная высший сорт	7	7	0,8	0,1	4,8	22,7	
Томат - паста (пюре) 25 %, в/с, с/б,	6	6	0,3	0	1,1	5,9	
ХЛЕБ РИЖСКИЙ		375	2,5	0,3	15,9	76,5	16
Хлебушек "Рижский новый" 0,5 кг	37,5	37,5	2,5	0,3	15,9	76,5	
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,1		5,1	20,5	430
Чай черный	0,45	0,45	0,1	0	0,2	1,1	
Сахар песок, высший сорт	5	5	0	0	4,9	19,4	
Итого за полдник			11,5	4,7	28,7	202,7	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			41,3	37,2	137,5	1 055,3	

СОГЛАСОВАНО:

Советом по питанию
протокол от 01.12.2020 № 2УТВЕРЖДАЮ
приказом МБДОУ д/с № 2
от « 1 » декабря 2020 г
И.О. Заведующего
В.И. Дубова**Меню приготавливаемых блюд****Сад 10,5 часов****ДЕНЬ 6**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность	№ рецептуры
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	75		3,8	4,6	23,2	149,4	210
Макаронные изделия, весовые в/с, из твердых сортов пшеницы	35	35	3,8	0,6	23,2	113,1	
СЫР	18	18	0	0	0	0,0	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3	
БАТОН С ПОВИДЛОМ	30/20		0,1		12,8	51,5	2
Повидло (яблочное, грушевое и т.д.)	20	20	0,1	0	12,8	51,5	
Батон "Юбилейный" в/с 0,4 кг	30	30	0	0	0	0,0	
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,1		5,1	20,5	430
Чай черный	0,45	0,45	0,1	0	0,2	1,1	
Сахар песок, высший сорт	5	5	0	0	4,9	19,4	
Итого за завтрак			4,0	4,6	41,1	221,4	
II Завтрак							
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	102		0,4	0,4	10,3	49,2	18
Яблоки свежие 1 сорт	119	104,72	0,4	0,4	10,3	49,2	
Итого за II завтрак			0,4	0,4	10,3	49,2	
Обед							
СУП ПОЛЕВОЙ	200		3,3	3,6	22,4	134,4	84
Картофель свежий	90	63	1,3	0,3	10	47,0	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16	13,44	0,2	0	1,1	5,3	
Морковь столовая, свежая	20	15,5	0,2	0	1,1	5,2	
Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное,	3	3	0	2,9	0	26,2	
Пшено шлифованное, 1 сорт	15	14,85	1,6	0,4	10,2	50,7	
Соль поваренная,	3,8	3,8	0	0	0	0,0	
КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА	65		12,9	14,2	5,9	201,4	286
Мясо (говядина 1 категория)	80	60	10,9	9,3	0	126,9	
Хлеб "Колос" из пшеничной муки 1 - сорта 0,51 кг	10	10	0,8	0,1	4,9	23,0	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	13	10,92	0,2	0	0,9	4,4	
Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное,	4	4	0	3,9	0	34,9	
Яйцо куриное столовое, 1-й	0,2 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12,2	
КАША ПШЕНИЧНАЯ	120		3,3	2,8	19,6	116,5	181
Крупа пшеничная, мягкая 1	30	29,7	3,3	0,4	19,6	94,8	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7	
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	80		1,1	2,9	3,3	44,4	19
Капуста белокачанная, свежая	55	44	0,8	0	2	11,9	
Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное,	3	3	0	2,9	0	26,2	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,88	0,1	0	0,5	2,3	

Морковь столовая, свежая	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ		200			9,7	38,7	402
Компотная смесь	8	8	0	0	0	0,0	
Сахар песок, высший сорт	10	10	0	0	9,7	38,7	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	10,0	47,4	17
Хлеб "Колос" из пшеничной муки 1 - сорта 0,51 кг	20	20	1,5	0,1	10	47,4	
ХЛЕБ РИЖСКИЙ		375	2,5	0,3	15,9	76,5	16
Хлебушек "Рижский новый" 0,5 кг	37,5	37,5	2,5	0,3	15,9	76,5	
Итого за обед			24,6	23,9	86,8	659,3	
Полдник							
СЕЛЬДЬ СОЛЕНАЯ		90	10,9	10,7		140,4	60
Сельдь слабосоленая	110	62,7	10,9	10,7	0	140,4	
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		155	2,1	3,6	17,2	110,0	333
Картофель свежий	155	108,5	2,1	0,4	17,2	81,0	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0	
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,1		5,1	20,5	430
Чай черный	0,45	0,45	0,1	0	0,2	1,1	
Сахар песок, высший сорт	5	5	0	0	4,9	19,4	
Итого за полдник			13,1	14,3	22,3	270,9	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,1	43,2	160,5	1 200,8	

СОГЛАСОВАНО:

Советом по питанию
протокол от 01.12.2020 № 2УТВЕРЖДАЮ
приказом МБДОУ д/с № 2
от « 1 » декабря 2020 г. № 172
И.О. Заведующего
В.И. Дубова**Меню приготавливаемых блюд****Сад 10,5 часов****ДЕНЬ 7**

Наименование блюда	Выход		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200		5,8	6,7	23,6	178,1	189
Рис шлифованный, 1 сорт	15	14,85	1	0,1	10,7	48,0	
Молоко пастеризованное	170	170	4,8	4,2	8	89,0	
Сахар песок, высший сорт	5	5	0	0	4,9	19,4	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7	
БАТОН С МАСЛОМ	30/10		0,1	8,3	0,1	74,8	1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8	
Батон "Юбилейный" в/с 0,4 кг	30	30	0	0	0	0,0	
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,1		5,1	20,5	430
Чай черный	0,45	0,45	0,1	0	0,2	1,1	
Сахар песок, высший сорт	5	5	0	0	4,9	19,4	
Итого за завтрак			6,0	15,0	28,8	273,4	
II Завтрак							
КЕФИР	200		5,8	5,0	8,0	106,0	435
КЕФИР	200	200	5,8	5	8	106,0	
ПЕЧЕНЬЕ	24		1,8	2,3	17,5	97,7	к/к
Печенье весовое	24	24	1,8	2,3	17,5	97,7	
Итого за II завтрак			7,6	7,3	25,5	203,7	
Обед							
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200		3,5	3,7	17,2	120,0	56
Свекла столовая свежая	16	12,4	0,2	0	1,1	5,0	
Капуста белокачанная, свежая	60	48	0,9	0	2,2	13,0	
Морковь столовая, свежая	16	12,4	0,2	0	0,9	4,2	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16	13,44	0,2	0	1,1	5,3	
Томат - паста (пюре) 25 %, в/с, с/б,	8	8	0,4	0	1,5	8,0	
Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное,	2	2	0	1,9	0	17,5	
Картофель свежий	90	63	1,3	0,3	10	47,0	
СМЕТАНА	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0	
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА	70		12,0	13,3	6,5	192,9	375
Мука пшеничная высший сорт	5	5	0,5	0,1	3,4	16,2	
Соль поваренная,	3,8	3,8	0	0	0	0,0	
Мясо (говядина 1 категория)	80	60	10,9	9,3	0	126,9	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17	14,28	0,2	0	1,2	5,7	
Морковь столовая, свежая	20	15,5	0,2	0	1,1	5,2	
Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное,	4	4	0	3,9	0	34,9	
Томат - паста (пюре) 25 %, в/с, с/б,	4	4	0,2	0	0,8	4,0	
КАША ЯЧНЕВАЯ	120		2,9	2,8	18,8	111,9	418
КРУПА ЯЧНЕВАЯ, 1 сорт	30	29,7	2,9	0,4	18,8	90,2	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7	

САЛАТ "СВЕКОЛКА"		40	0,7	2,0	3,7	35,7	50
Свекла столовая свежая	51	39,53	0,6	0	3,4	16,1	
Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное,	2	2	0	2	0	18,0	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5	4,2	0,1	0	0,3	1,6	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		180	0,1	0,1	8,3	35,2	к/к
Яблоки свежие 1 сорт	30	26,4	0,1	0,1	2,5	12,0	
Сахар песок, высший сорт	6	6	0	0	5,8	23,2	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0	17
Хлеб "Колос" из пшеничной муки 1 - сорта 0,51 кг	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
ХЛЕБ РИЖСКИЙ		375	2,5	0,3	15,9	76,5	16
Хлебушек "Рижский новый" 0,5 кг	37,5	37,5	2,5	0,3	15,9	76,5	
Итого за обед			24,0	22,4	85,5	643,2	
Полдник							
ПЕЧЕНЬЕ ТВОРОЖНОЕ		100	21,3	17,1	38,8	399,5	237
ТВОРОГ	87,5	87,5	15,3	7,7	2,5	143,5	
Сахар песок, высший сорт	6	6	0	0	5,8	23,2	
Яйцо куриное столовое, 1-й	0,2 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12,2	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	8	8	0	6,4	0,1	58,0	
СМЕТАНА	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0	
Мука пшеничная высший сорт	44	44	4,7	0,6	29,9	142,6	
СОК ФРУКТОВЫЙ		190					399
сок фруктовый , в/с, с/б, 3 л.	190	190	0	0	0	0,0	
Итого за полдник			21,3	17,1	38,8	399,5	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			58,9	61,8	178,6	1 519,8	

СОГЛАСОВАНО:
Советом по питанию
протокол от 01.12.2020 № 2

УТВЕРЖДАЮ
приказом МБДОУ д/с № 2
от « 1 » декабря 2020 г. № 172
И.О. Заведующего
В.И. Дубова

Меню приготавливаемых блюд

Сад 10,5 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углероды, г		
Завтрак							
КАША ПШЕНИЧНАЯ	200		6,5	6,4	24,9	182,8	189
Крупа пшеничная, мягкая 1	20	19,8	2,2	0,3	13	63,1	
Молоко пастеризованное	150	150	4,3	3,7	7	78,6	
Сахар песок, высший сорт	5	5	0	0	4,9	19,4	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	3	3	0	2,4	0	21,7	
БАТОН С СЫРОМ	30/10						3
СЫР	10	10	0	0	0	0,0	
Батон "Юбилейный" в/с 0,4 кг	30	30	0	0	0	0,0	
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,1		6,0	24,3	430
Чай черный	0,45	0,45	0,1	0	0,2	1,1	
Сахар песок, высший сорт	6	6	0	0	5,8	23,2	
Итого за завтрак			6,6	6,4	30,9	207,1	
II Завтрак							
ВАФЛИ	20		0,6	0,7	15,5	70,8	117
Вафли весовые	20	20	0,6	0,7	15,5	70,8	
Итого за II завтрак			0,6	0,7	15,5	70,8	
Обед							
СВЕКОЛЬНИК	200		3,1	5,8	18,1	139,9	169
Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное,	4	4	0	3,9	0	34,9	
СМЕТАНА	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0	
Картофель свежий	90	63	1,3	0,3	10	47,0	
Свекла столовая свежая	74	57,35	0,9	0,1	4,9	23,4	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0	
Морковь столовая, свежая	14	10,85	0,1	0	0,7	3,7	
Соль поваренная,	3,8	3,8	0	0	0	0,0	
Томат - паста (пюре) 25 %, в/с, с/б,	6	6	0,3	0	1,1	5,9	
ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	80		12,3	11,3	7,8	181,8	259
Мясо (говядина 1 категория)	80	60	10,9	9,3	0	126,9	
Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное,	2	2	0	1,9	0	17,5	
Мука пшеничная высший сорт	7	7	0,8	0,1	4,8	22,7	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0	
Морковь столовая, свежая	18	13,95	0,2	0	1	4,8	
Томат - паста (пюре) 25 %, в/с, с/б,	5	5	0,2	0	1	4,9	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ	120		3,6	4,2	16,5	117,8	181
Крупа гречневая, ядрица, 1 сорт	30	29,7	3,6	1	16,5	88,8	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0	
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ	50		1,6	2,1	3,0	39,3	40
Капуста квашенная	82	82	1,5	0,1	2,5	18,9	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,88	0,1	0	0,5	2,4	

Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное,	2	2	0	2	0	18,0	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ		200			5,8	23,2	402
Компотная смесь	8	8	0	0	0	0,0	
Сахар песок, высший сорт	6	6	0	0	5,8	23,2	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0	17
Хлеб "Колос" из пшеничной муки 1 - сорта 0,51 кг	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
ХЛЕБ РИЖСКИЙ		375	2,5	0,3	15,9	76,5	16
Хлебушек "Рижский новый" 0,5 кг	37,5	37,5	2,5	0,3	15,9	76,5	
Итого за обед			25,4	23,9	82,2	649,5	
Полдник							
БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"		75	6,2	5,4	31,6	198,4	к/к
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0	
Молоко пастеризованное	30	30	0,9	0,8	1,4	15,7	
Яйцо куриное столовое, 1-й	0,2 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12,2	
Мука пшеничная высший сорт	40	40	4,2	0,5	27,2	129,6	
Сахар песок, высший сорт	3	3	0	0	2,9	11,6	
ДРОЖЖИ сухие	0,417	0,417	0,1	0	0	0,3	
КАКАО С МОЛОКОМ		190	5,4	4,8	11,7	112,3	397
КАКАО	0,417	0,417	0,1	0,1	0	1,2	
Сахар песок, высший сорт	3	3	0	0	2,9	11,6	
Молоко пастеризованное	190	190	5,3	4,7	8,8	99,5	
Итого за полдник			11,6	10,2	43,3	310,7	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			44,2	41,2	171,9	1 238,1	

СОГЛАСОВАНО:
Советом по питанию
протокол от 01.12.2020 № 2

УТВЕРЖДАЮ
приказом МБДОУ д/с № 2
от « 1 » декабря 2020 г
И.О. Заведующего
В.И. Дубова

Меню приготавливаемых блюд

Сад 10,5 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200		6,0	5,7	21,8	162,9	189
КРУПА ЯЧНЕВАЯ, 1 сорт	15	14,85	1,5	0,2	9,4	45,1	
Молоко пастеризованное	160	160	4,5	3,9	7,5	83,8	
Сахар песок, высший сорт	5	5	0	0	4,9	19,4	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6	
БАТОН С МАСЛОМ	30/10		0,1	8,3	0,1	74,8	1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	10	0,1	8,3	0,1	74,8	
Батон "Юбилейный" в/с 0,4 кг	30	30	0	0	0	0,0	
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,1		5,1	20,5	430
Чай черный	0,45	0,45	0,1	0	0,2	1,1	
Сахар песок, высший сорт	5	5	0	0	4,9	19,4	
Итого за завтрак			6,2	14,0	27,0	258,2	
II Завтрак							
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	102		0,4	0,4	10,3	49,2	18
Яблоки свежие 1 сорт	119	104,72	0,4	0,4	10,3	49,2	
Итого за II Завтрак			0,4	0,4	10,3	49,2	
Обед							
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200		3,4	4,7	16,7	126,9	56
Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное,	3	3	0	2,9	0	26,2	
Картофель свежий	90	63	1,3	0,3	10	47,0	
Капуста белокачанная, свежая	60	48	0,9	0	2,2	13,0	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0	
Свекла столовая свежая	15	11,63	0,2	0	1	4,8	
Морковь столовая, свежая	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0	
Томат - паста (пюре) 25 %, в/с,	7	7	0,3	0	1,3	6,9	
СМЕТАНА	10	10	0,3	1,5	0,4	20,0	
Соль поваренная,	3,8	3,8	0	0	0	0,0	
ПЛОВ ИЗ МЯСА	130		13,3	17,5	23,2	303,5	311
Мясо (говядина 1 категория)	80	60	10,9	9,3	0	126,9	
Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное,	4	4	0	3,9	0	34,9	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6	0,2	0	1	5,0	
Морковь столовая, свежая	17	13,18	0,2	0	0,9	4,5	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3	
Рис шлифованный, 1 сорт	30	29,7	2	0,3	21,3	95,9	
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60		0,5	0,1	1,0	7,8	28
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	60	60	0,5	0,1	1	7,8	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180		0,1	0,1	9,3	39,1	к/к
Яблоки свежие 1 сорт	30	26,4	0,1	0,1	2,5	12,0	
Сахар песок, высший сорт	7	7	0	0	6,8	27,1	

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0	17
Хлеб "Колос" из пшеничной муки 1 - сорта 0,51 кг	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
Итого за обед			19,6	22,6	65,3	548,3	
Полдник							
КОТЛета РЫБНАЯ		80	7,8	4,2	0,5	70,8	239
Рыба свежемороженная (Минтай)	87	43,5	6,7	0,4	0	30,4	
Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное,	3	3	0	2,9	0	26,2	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6	5,04	0,1	0	0,4	2,0	
Яйцо куриное столовое, 1-й	0,2 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12,2	
ХЛЕБ РИЖСКИЙ		375	2,5	0,3	15,9	76,5	16
Хлебушек "Рижский новый" 0,5 кг	37,5	37,5	2,5	0,3	15,9	76,5	
ИКРА КАБАЧКОВАЯ		30	0,6	2,7	2,3	35,7	6
Икра кабачковая для детского	31,6	30	0,6	2,7	2,3	35,7	
ЧАЙ С САХАРОМ		200	0,1		5,1	20,5	430
Чай черный	0,45	0,45	0,1	0	0,2	1,1	
Сахар песок, высший сорт	5	5	0	0	4,9	19,4	
Итого за полдник			11,0	7,2	23,8	203,5	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			37,2	44,2	126,4	1 059,2	

СОГЛАСОВАНО:

Советом по питанию
протокол от 01.12.2020 № 2

УТВЕРЖДАЮ

приказом МБДОУ д/с № 2
от « 1 » декабря 2020 г. № 172
И.О. Заведующего
В.И. Дубова**Меню приготавливаемых блюд****Сад 10,5 часов****ДЕНЬ 10**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность	№ рецептуры
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200		6,7	5,9	28,1	193,7	189
Хлопья овсяные "Геркулес"	30,6	30,6	3,7	1,8	18,3	104,5	
Молоко пастеризованное	105,3	105,3	3	2,5	4,9	55,2	
Сахар песок, высший сорт	5	5	0	0	4,9	19,4	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	2	2	0	1,6	0	14,6	
БАТОН С СЫРОМ	30/10						3
СЫР	10	10	0	0	0	0,0	
Батон "Юбилейный" в/с 0,4 кг	30	30	0	0	0	0,0	
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,1		5,1	20,5	430
Чай черный	0,45	0,45	0,1	0	0,2	1,1	
Сахар песок, высший сорт	5	5	0	0	4,9	19,4	
Итого за завтрак			6,8	5,9	33,2	214,2	
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ	190						399
сок фруктовый, в/с, с/б, 3 л.	190	190	0	0	0	0,0	
ЗЕФИР	30		0,2		23,9	97,8	47
Зефир весовой	30	30	0,2	0	23,9	97,8	
Итого за II Завтрак			0,2		23,9	97,8	
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С	200		5,8	8,5	32,5	228,4	85
Мука пшеничная высший сорт	30	30	3,1	0,4	20,4	97,2	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	5	0	4	0	36,3	
Яйцо куриное столовое, 1-й	0,2 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12,2	
Соль поваренная,	3,8	3,8	0	0	0	0,0	
Картофель свежий	90	63	1,3	0,3	10	47,0	
Морковь столовая, свежая	16	12,4	0,2	0	0,9	4,2	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	16	13,44	0,2	0	1,1	5,3	
Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное,	3	3	0	2,9	0	26,2	
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	102		19,6	8,5	4,7	195,9	290
Субпродукты (печень)	111	103,23	17,9	3,7	0	127,2	
Яйцо куриное столовое, 1-й	0,2 шт.	8,05	1	0,9	0,1	12,2	
Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное,	4	4	0	3,9	0	34,9	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10	8,4	0,1	0	0,7	3,3	
Хлеб "Колос" из пшеничной муки 1 - сорта 0,51 кг	8	8	0,6	0	3,9	18,3	
КАША ПШЕННАЯ	120		3,3	4,0	20,3	130,4	417
Пшено шлифованное, 1 сорт	30	29,7	3,3	0,8	20,3	101,4	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	4	4	0	3,2	0	29,0	

САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ		80	1,2	1,9	3,5	36,8	19
Капуста белокачанная, свежая	60	48	0,9	0	2,2	13,0	
Масло подсолнечное рафинированное дезодорированное,	2	2	0	1,9	0	17,5	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7	5,88	0,1	0	0,5	2,3	
Морковь столовая, свежая	15	11,63	0,2	0	0,8	4,0	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ		200			7,8	30,9	402
Компотная смесь	10	10	0	0	0	0,0	
Сахар песок, высший сорт	8	8	0	0	7,8	30,9	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		30	2,3	0,2	15,1	71,0	17
Хлеб "Колос" из пшеничной муки 1 - сорта 0,51 кг	30	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
ХЛЕБ РЖАНОЙ		375	2,5	0,3	15,9	76,5	16
Хлебушек "Рижский новый" 0,5 кг	37,5	37,5	2,5	0,3	15,9	76,5	
Итого за обед			34,7	23,4	99,8	769,9	
Полдник							
ЯЙЦО ОТВАРНОЕ		40	4,9	4,5	0,3	61,3	44
Яйцо куриное столовое, 1-й	1 шт.	40,25	4,9	4,5	0,3	61,3	
ИКРА КАБАЧКОВАЯ		20	0,4	1,7	1,5	22,6	
Икра кабачковая для детского	20	19	0,4	1,7	1,5	22,6	
СОК ФРУКТОВЫЙ		190					399
сок фруктовый , в/с, с/б, 3 л.	190	190	0	0	0	0,0	
Итого за полдник			5,3	6,2	1,8	83,9	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			47,0	35,5	158,7	1 165,8	

МБДОУ Д/С № 2, Суровцева Зоя Ивановна, Заведующий
21.05.2021 10:09 (MSK), Сертификат № 01318C8C0075ABA4AA41BB6215DFD61832