

Менюготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Весна

Руководитель

Юрченко С.М

Возрастная категория: Ясли

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 1							
Завтрак	Суп молочный из ячневой крупой	150	4,8	5,8	15,7	138,7	94
	Омлет натуральный	60	14,2	16,5	3,3	223,6	
	Кофейный напиток	150	1,6	1,3	13,2	71,3	
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	9,8	47,0	175
Общий выход всех блюд на Завтрак		380	22,3	23,8	42,0	480,5	
Завтрак2	Сок "Малышам"	100	0,5	0,1	10,1	46,0	
Общий выход всех блюд на Завтрак2		100	0,5	0,1	10,1	46,0	
Обед	Борщ	150	2,9	3,6	14,6	99,9	
	Мясо тушеное с соусом	70/35	16,2	17,5	4,1	241,8	21/1
	Гречка отварная	62	3,2	2,8	15,1	97,4	
	Компот из плодов сушеных	150	0,5	0,0	14,6	60,8	376
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	9,8	47,0	175
	Хлеб ржаной	40	2,2	0,4	16,0	76,0	173
	Соль	3	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		530	26,6	24,5	74,3	622,9	
Полдник	Кефир	150	4,5	5,0	6,2	91,5	
	Сдоба обыкновенная	63	6,1	6,5	26,4	190,1	466
Общий выход всех блюд на Полдник		213	10,6	11,4	32,6	281,5	
Ужин	Огурцы соленые	30	0,2	0,0	0,5	3,9	
	Шницель рыбный натуральный	58	8,8	8,0	1,7	127,1	
	Картофельное пюре	106	3,0	3,1	20,5	125,1	321
	Чай с сахаром	150	0,0	0,0	10,0	39,9	
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	9,8	47,0	175
Общий выход всех блюд на Ужин		364	13,7	11,3	42,5	343,0	
Итого за 1 день:			73,8	71,1	201,5	1773,9	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖАЮ: _____

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Весна

Руководитель _____

Юрченко С.М

Возрастная категория: Ясли

подпись _____
расшифровка подписи _____

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 2							
Завтрак	Суп молочный, рисовый	150	5,3	6,4	17,6	153,5	94
	Пудинг из творога с повидлом	76	8,9	7,3	20,5	185,9	124
	Какао с молоком	150	1,7	1,4	12,5	70,5	
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	9,8	47,0	175
Общий выход всех блюд на Завтрак		396	17,6	15,3	60,4	456,9	
Завтрак2	Сок "Малышам"	100	0,5	0,1	10,1	46,0	
Общий выход всех блюд на Завтрак2		100	0,5	0,1	10,1	46,0	
Обед	Икра свекольная	65	1,2	3,5	7,9	70,3	
	Суп картофельный с клецками	150	8,1	9,2	22,9	209,7	
	Запеканка из печени с рисом	88	11,1	7,0	13,4	160,8	294
	Макароны отварные	62	3,1	1,8	17,6	99,5	205
	Кисель из яблок	150	0,1	0,1	16,7	69,0	155
	Хлеб ржаной	40	2,2	0,4	16,0	76,0	173
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	9,8	47,0	
	Соль	3	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		578	27,5	22,2	104,4	732,3	
Полдник	Кефир	150	4,5	5,0	6,2	91,5	
	Пряники суворовские	20	1,1	1,2	14,4	72,0	3-51
Общий выход всех блюд на Полдник		170	5,6	6,2	20,6	163,4	
Ужин	Рагу из овощей	210	4,9	6,5	24,0	179,5	137
	Чай с сахаром	150	0,0	0,0	10,0	39,9	
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	9,8	47,0	175
Общий выход всех блюд на Ужин		380	6,6	6,6	43,8	266,4	
Итого за 2 день:			57,8	50,4	239,4	1665,0	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Утверждаю: _____

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Весна

Руководитель _____

Юрченко С.М

Возрастная категория: Ясли

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 3							
Завтрак	Каша молочная, манная	150	5,6	6,2	18,9	158,1	94
	Омлет с сыром	70	15,7	17,6	1,7	230,5	
	Кофейный напиток	150	1,6	1,3	13,2	71,3	
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	9,8	47,0	175
Общий выход всех блюд на Завтрак		390	24,5	25,2	43,7	506,8	
Завтрак2	Сок "Малышам"	100	0,5	0,1	10,1	46,0	
Общий выход всех блюд на Завтрак2		100	0,5	0,1	10,1	46,0	
Обед	Салат из молодой капусты огурцом и зеленью	50	1,2	1,1	3,1	27,7	03
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	2,9	1,9	20,2	111,0	
	Плов рисовый с говядиной	109	12,3	15,2	29,4	312,1	
	Компот из плодов сушеных	150	0,5	0,0	14,6	60,8	376
	Хлеб ржаной	40	2,2	0,4	16,0	76,0	173
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	9,8	47,0	
	Соль	3	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		522	20,7	18,7	93,2	634,6	
Полдник	Кефир	150	4,5	5,0	6,2	91,5	
	Бананы	75	1,9	0,7	27,3	124,8	
	Булочка "Школьная"	20	1,6	1,9	11,1	67,8	455
Общий выход всех блюд на Полдник		245	8,0	7,5	44,6	284,1	
Ужин	Икра кабачковая	42	0,9	4,0	3,5	53,5	57
	Рыба, запеченная с картофелем	215	22,2	9,4	25,5	276,7	
	Чай с лимоном	150	0,1	0,0	10,2	42,4	
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	9,8	47,0	175
Общий выход всех блюд на Ужин		427	24,8	13,5	49,0	419,6	
Итого за 3 день:			78,6	65,0	240,5	1891,0	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Утверждаю: _____

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Весна

Руководитель _____

Юрченко С.М

Возрастная категория: Ясли

подпись _____
расшифровка подписи _____

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 4							
Завтрак	Суп молочный, пшеничный	150	5,6	6,5	16,7	151,3	94
	Пудинг из творога с повидлом	76	8,9	7,3	20,5	185,9	124
	Какао с молоком	150	1,7	1,4	12,5	70,5	
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	9,8	47,0	175
Общий выход всех блюд на Завтрак		396	17,9	15,4	59,5	454,8	
Завтрак2	Сок "Малышам"	100	0,5	0,1	10,1	46,0	
Общий выход всех блюд на Завтрак2		100	0,5	0,1	10,1	46,0	
Обед	Салат из квашеной капусты	45	0,8	1,1	1,7	20,7	106
	Суп гороховый с гречками	150	5,3	7,7	17,7	160,9	81
	Рагу из птицы	147	8,6	13,1	22,5	246,1	26
	Кисель из плодов шиповника (витаминный)	150	0,3	0,1	19,0	84,2	
	Хлеб ржаной	40	2,2	0,4	16,0	76,0	173
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	9,8	47,0	
	Соль	3	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		555	18,9	22,5	86,7	634,9	
Полдник	Кефир	150	4,5	5,0	6,2	91,5	
	Печенье	16	1,4	1,8	11,2	66,2	146
Общий выход всех блюд на Полдник		166	5,9	6,8	17,4	157,7	
Ужин	Овощи тушеные	180	4,4	6,3	19,9	159,9	137
	Чай с лимоном	150	0,1	0,0	10,2	42,4	
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	9,8	47,0	175
Общий выход всех блюд на Ужин		350	6,2	6,5	39,9	249,2	
Итого за 4 день:			49,3	51,3	213,6	1542,6	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ: _____

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Весна

Руководитель _____

Юрченко С.М

Возрастная категория: Ясли

подпись _____
расшифровка подписи _____

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 5							
Завтрак	Макароны отварные с сыром	52,5	6,0	6,9	14,8	146,8	220
	Кофейный напиток	150	1,6	1,3	13,2	71,3	
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	9,8	47,0	175
	Икра кабачковая	42	0,9	4,0	3,5	53,5	57
Общий выход всех блюд на Завтрак		264	10,1	12,3	41,3	318,6	
Завтрак2	Сок "Малышам"	100	0,5	0,1	10,1	46,0	
Общий выход всех блюд на Завтрак2		100	0,5	0,1	10,1	46,0	
Обед	Салат из редьки	40	1,0	1,1	3,4	27,4	
	Бульон мясной прозрачный	150	2,0	0,7	7,5	44,3	107
	Омлет с мясом	80	21,6	22,8	3,1	308,6	238
	Компот из свежих плодов	150	0,1	0,1	12,9	54,0	
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	9,8	47,0	175
	Хлеб ржаной	40	2,2	0,4	16,0	76,0	173
	Соль	3	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		483	28,5	25,3	52,8	557,3	
Полдник	Кефир	150	4,5	5,0	6,2	91,5	
	Яблоки	85	0,4	0,4	9,7	46,5	
	Булочка "Веснушка"	70	5,2	6,9	31,0	209,4	473
Общий выход всех блюд на Полдник		305	10,1	12,2	46,9	347,4	
Ужин	Масло (порциями)	5	0,0	3,6	0,0	37,4	
	Каша молочная, манная	150	5,6	6,2	18,9	158,1	94
	Чай с сахаром	150	0,0	0,0	10,0	39,9	
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	9,8	47,0	175
Общий выход всех блюд на Ужин		325	7,3	10,0	38,8	282,4	
Итого за 5 день:			56,5	59,9	189,9	1551,6	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖАЮ: _____

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Весна

Руководитель _____

Юрченко С.М

Возрастная категория: Ясли

подпись _____
расшифровка подписи _____

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 6							
Завтрак	Суп молочный, геркулесовый	150	5,8	7,5	17,8	167,3	94
	Запеканка из творога	87	13,9	9,6	13,2	198,0	125
	Кофейный напиток	150	1,6	1,3	13,2	71,3	
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	9,8	47,0	175
Общий выход всех блюд на Завтрак		407	22,9	18,6	54,0	483,6	
Завтрак2	Сок "Малышам"	100	0,5	0,1	10,1	46,0	
Общий выход всех блюд на Завтрак2		100	0,5	0,1	10,1	46,0	
Обед	Салат картофельный с огурцами	50	0,9	1,2	6,3	39,7	
	Борщ с фасолью	150	4,0	4,8	15,5	120,3	
	Гречка отварная	62	3,2	2,8	15,1	97,4	
	Гуляш	65	10,1	8,1	4,3	130,3	
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,0	0,0	10,2	40,7	
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	9,8	47,0	175
	Хлеб ржаной	40	2,2	0,4	16,0	76,0	173
	Соль	3	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		540	22,0	17,3	77,3	551,6	
Полдник	Кефир	150	4,5	5,0	6,2	91,5	
	Сдоба обыкновенная	63	6,1	6,5	26,4	190,1	466
	Яблоки	85	0,4	0,4	9,7	46,5	
Общий выход всех блюд на Полдник		298	11,0	11,8	42,3	328,0	
Ужин	Икра кабачковая	42	0,9	4,0	3,5	53,5	57
	Рыба, тушенная в томате с овощами	75	8,2	8,2	3,3	136,0	53
	Картофель отварной	103	2,8	4,2	22,9	145,2	
	Чай с лимоном	150	0,1	0,0	10,2	42,4	
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	9,8	47,0	175
Общий выход всех блюд на Ужин		390	13,6	16,6	49,6	424,1	
Итого за 6 день:			70,0	64,4	233,3	1833,3	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ: _____

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Весна
Возрастная категория: Ясли

Руководитель _____ Юрченко С.М.
подпись _____ расшифровка подписи _____

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 7							
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	5,1	5,8	20,1	156,9	93
	Омлет натуральный	60	14,2	16,5	3,3	223,6	
	Какао с молоком	150	1,7	1,4	12,5	70,5	
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	9,8	47,0	175
Общий выход всех блюд на Завтрак		380	22,7	23,9	45,8	498,0	
Завтрак2	Сок "Малышам"	100	0,5	0,1	10,1	46,0	
Общий выход всех блюд на Завтрак2		100	0,5	0,1	10,1	46,0	
Обед	Салат из зеленого горошка	35	2,3	1,1	3,8	33,9	10
	Суп с крупой и томатом	150	1,6	3,2	13,0	87,6	80
	Картофельное пюре	106	3,0	3,1	20,5	125,1	321
	Котлеты мясные	61	11,8	12,4	6,3	187,6	33
	Кисель из яблок	150	0,1	0,1	16,7	69,0	155
	Хлеб ржаной	40	2,2	0,4	16,0	76,0	173
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	9,8	47,0	
	Соль	3	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		565	22,6	20,5	86,1	626,3	
Полдник	Ряженка	150	4,5	3,9	6,5	83,7	167
	Зефир	20	0,2	0,0	16,0	65,2	1
Общий выход всех блюд на Полдник		170	4,7	3,9	22,5	148,9	
Ужин	Масло (порциями)	5	0,0	3,6	0,0	37,4	
	Овощи тушеные	180	4,4	6,3	19,9	159,9	137
	Чай с сахаром	150	0,0	0,0	10,0	39,9	
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	9,8	47,0	175
Общий выход всех блюд на Ужин		355	6,2	10,1	39,7	284,2	
Итого за 7 день:			56,6	58,6	204,2	1603,3	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖАЮ: _____

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Весна

Руководитель _____

Юрченко С.М

Возрастная категория: Ясли

подпись _____
расшифровка подписи _____

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 8							
Завтрак	Сыр (порциями)	7	2,1	2,4	0,0	29,1	
	Суп молочный с крупой	150	5,2	5,5	19,3	150,6	101
	Кофейный напиток	150	1,6	1,3	13,2	71,3	
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	9,8	47,0	175
Общий выход всех блюд на Завтрак		327	10,6	9,3	42,4	298,0	
Завтрак2	Сок "Малышам"	100	0,5	0,1	10,1	46,0	
Общий выход всех блюд на Завтрак2		100	0,5	0,1	10,1	46,0	
Обед	Салат из консервированной кукурузы	53	0,5	2,2	4,5	42,6	12
	Суп с фасолью	150	2,2	4,2	9,8	85,7	
	Печень по-строгановски	70	23,9	8,1	13,2	217,4	
	Каша пшеничная	68	3,9	2,9	17,3	113,6	
	Компот из свежих плодов	150	0,1	0,1	12,9	54,0	
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	9,8	47,0	175
	Хлеб ржаной	40	2,2	0,4	16,0	76,0	173
	Соль	3	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		554	34,5	18,1	83,6	636,3	
Полдник	Кефир	150	4,5	5,0	6,2	91,5	
	Апельсины	90	0,9	0,2	8,5	45,1	
	Ватрушка	85	9,5	7,6	26,7	216,2	453
Общий выход всех блюд на Полдник		325	14,9	12,8	41,4	352,8	
Ужин	Запеканка из тыквы	200	7,7	10,5	32,1	256,4	
	Чай с лимоном	150	0,1	0,0	10,2	42,4	
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	9,8	47,0	175
Общий выход всех блюд на Ужин		370	9,5	10,7	52,1	345,8	
Итого за 8 день:			70,0	50,9	229,6	1678,8	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖАЮ: _____

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Весна

Руководитель _____

Юрченко С.М

Возрастная категория: Ясли

подпись _____
расшифровка подписи _____

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 9							
Завтрак	Суп молочный, пшеничный	150	5,6	6,5	16,7	151,3	94
	Омлет натуральный	60	14,2	16,5	3,3	223,6	
	Какао с молоком	150	1,7	1,4	12,5	70,5	
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	9,8	47,0	175
Общий выход всех блюд на Завтрак		380	23,2	24,6	42,3	492,4	
Завтрак2	Сок "Малышам"	100	0,5	0,1	10,1	46,0	
Общий выход всех блюд на Завтрак2		100	0,5	0,1	10,1	46,0	
Обед	Винигрет овощной	45	1,6	3,8	8,1	73,2	45
	Бульон из кур с гренками	150	2,3	2,1	8,3	57,3	109
	Плов из курицы	110	11,8	13,7	25,2	274,5	304
	Кисель из кураги	150	1,1	0,1	24,2	102,4	398
	Хлеб ржаной	40	2,2	0,4	16,0	76,0	173
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	9,8	47,0	
	Соль	3	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		518	20,6	20,2	91,7	630,4	
Полдник	Кефир	150	4,5	5,0	6,2	91,5	
	Пряники	14	0,8	0,7	10,5	51,2	
Общий выход всех блюд на Полдник		164	5,3	5,6	16,7	142,7	
Ужин	Огурцы соленые	30	0,2	0,0	0,5	3,9	
	Шницель рыбный натуральный	58	8,8	8,0	1,7	127,1	
	Картофель отварной	103	2,8	4,2	22,9	145,2	
	Чай с сахаром	150	0,0	0,0	10,0	39,9	
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	9,8	47,0	
Общий выход всех блюд на Ужин		361	13,6	12,4	44,9	363,1	
Итого за 9 день:			63,2	62,8	205,7	1674,5	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖАЮ: _____

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Весна

Руководитель _____

Юрченко С.М

Возрастная категория: Ясли

подпись _____
расшифровка подписи _____

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 10							
Завтрак	Масло (порциями)	5	0,0	3,6	0,0	37,4	
	Суп молочный, геркулесовый	150	5,8	7,5	17,8	167,3	94
	Кофейный напиток	150	1,6	1,3	13,2	71,3	
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	9,8	47,0	175
Общий выход всех блюд на Завтрак		325	9,0	12,6	40,9	322,9	
Завтрак2	Сок "Малышам"	100	0,5	0,1	10,1	46,0	
Общий выход всех блюд на Завтрак2		100	0,5	0,1	10,1	46,0	
Обед	Салат из свеклы	45	0,8	1,1	4,8	32,1	04,05
	Суп с рыбными консервами	150	15,6	15,0	19,1	287,6	
	Тефтели	85	14,2	12,0	14,2	220,8	289
	Макароны отварные	62	3,1	1,8	17,6	99,5	205
	Напиток лимонный	150	0,1	0,0	10,3	43,5	
	Хлеб ржаной	40	2,2	0,4	16,0	76,0	173
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	9,8	47,0	
	Соль	3	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		555	37,7	30,4	91,9	806,4	
Полдник	Кефир	150	4,5	5,0	6,2	91,5	
	Бананы	75	1,9	0,7	27,3	124,8	
	Булочка "Школьная"	20	1,6	1,9	11,1	67,8	455
Общий выход всех блюд на Полдник		245	8,0	7,5	44,6	284,1	
Ужин	Сыр (порциями)	7	2,1	2,4	0,0	29,1	
	Запеканка рисовая с творогом	89	9,3	11,3	43,1	318,8	
	Чай с сахаром	150	0,0	0,0	10,0	39,9	
	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,2	9,8	47,0	175
Общий выход всех блюд на Ужин		266	13,1	13,9	62,9	434,9	
Итого за 10 день:			68,3	64,4	250,5	1894,2	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Утверждено: _____

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Весна

Руководитель _____

Юрченко С.М

Возрастная категория: Ясли

подпись _____ расшифровка подписи _____

Итого за весь период:	644,1	598,8	2208,2	17108,2	
Среднее значение за период:	64,4	59,9	220,8	1710,8	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности:	3,8	3,5	12,9		