

СОГЛАСОВАНО

 (должность)

 (ФИО)

 (дата)



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
 категория: Дети 1,5-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,98	5,61	18,78	146,4	171
	Кофейный напиток с молоком (1-й вариант)	150	3,74	3,87	9,95	89,18	513
	Бутерброды с маслом (1-й вариант)	35	2,46	3,38	14,82	99,7	99
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		335	11,18	12,86	43,55	335,28	
ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие	95	0,76	0,19	7,12	36,1	118
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		95	0,76	0,19	7,12	36,1	
ОБЕД	Салат из свеклы отварной	45	0,68	2,48	3,78	40,05	51
	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	150	5,67	1,59	18,51	108,78	149
	Плов из отварной говядины	110	9,50	5,19	23,09	177,35	375
	Компот из плодов или ягод сушеных	150	0,03	0,03	6,72	26,42	531
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	115
ИТОГО ЗА ОБЕД		495	18,52	9,77	65,46	422,2	
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	150	4,50	4,80	7,05	90	534
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	114
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		180	6,78	5,04	21,81	160,5	
УЖИН	Оладьи с маслом	100	7,90	9,75	44,15	295,07	555
	Молоко гущенное	20	1,44	1,70	11,10	65,6	490
	Чай с сахаром, вареньем, медом (1-й вариант)	150	0,00	0,00	5,82	22,12	502
ИТОГО ЗА УЖИН		270	9,34	11,45	61,07	382,79	

ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1375	46,58	39,31	199,01	1336,87
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:	1375	46,58	39,31	199,01	1336,87
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1375	46,58	39,31	199,01	1336,87

СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий отделом А.С. Савиных

(должность)
В.И. Савиных

(ФИО)
24.08.11

(дата)



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
категория: Дети 1,5-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 2							
ЗАВТРАК	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	150	4,59	6,12	17,31	142,25	272
	Какао с молоком (1-й вариант)	150	3,38	3,54	9,30	82,23	508
	Бутерброды с сыром (1-й вариант)	43	4,39	5,86	14,58	129,6	96
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		343	12,36	15,52	41,19	354,08	
ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие	95	0,38	0,38	9,31	44,65	118
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		95	0,38	0,38	9,31	44,65	
ОБЕД	Зеленый горошек консервированный	45	2,25	0,09	3,74	24,75	329
	Щи из свежей капусты	150	3,23	5,19	4,34	77,48	145
	Картофельное пюре	110	2,41	4,02	16,02	110,09	434
	Гуляш из говядины	60	7,87	4,69	2,21	82,59	373
	Компот из яблок с лимоном	150	0,19	0,15	13,72	56,85	528
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	115
ИТОГО ЗА ОБЕД		555	18,59	14,62	53,39	421,36	
ПОЛДНИК	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка	100	5,60	5,70	14,80	138	535
	Печенье	20	1,48	1,88	14,62	81,4	609
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		120	7,08	7,58	29,42	219,4	
УЖИН	Рыба, запеченная в омлете	70	13,01	6,28	4,79	127,47	343
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50	0,10	10,10	46	537
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	114
ИТОГО ЗА УЖИН		200	15,79	6,62	29,65	243,97	

Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	114
ИТОГО ЗА УЖИН	330	6,52	7,10	29,94	211,06	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1555	60,49	53,33	194,43	1585,27	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:	1555	60,49	53,33	194,43	1585,27	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1555	60,49	53,33	194,43	1585,27	

СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

(должность)

(ФИО)

(дата)



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 1,5-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 3							
ЗАВТРАК	Пудинг из творога с рисом	120	19,09	14,04	19,24	365,68	324
	Соус молочный сладкий	30	0,82	1,66	4,86	37,12	449
	Кофейный напиток с молоком (1-й вариант)	150	3,74	3,87	9,95	89,18	513
	Бутерброды с маслом (1-й вариант)	35	2,46	3,38	14,82	99,7	99
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		335	26,11	22,95	48,87	591,68	
ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие	95	0,38	0,29	9,79	44,65	118
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		95	0,38	0,29	9,79	44,65	
ОБЕД	Салат из свежих огурцов	45	0,32	3,78	1,01	39,37	36
	Суп картофельный с клецками	150	3,12	3,91	8,54	82,06	151
	Котлеты, биточки, шницели	60	12,26	7,26	10,91	156,88	386
	Капуста тушеная	130	2,70	3,85	7,50	77,1	428
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,03	0,00	6,58	25,05	527
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	115
ИТОГО ЗА ОБЕД		575	21,07	19,28	47,90	450,06	
ПОЛДНИК	Напиток из шиповника	150	0,24	0,11	14,17	57,39	538
	Булочка "Веснушка"	70	6,17	3,60	43,76	230,43	578
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		220	6,41	3,71	57,93	287,82	
УЖИН	Винегрет овощной	130	1,66	4,56	9,89	88,43	82
	Яйца вареные	20	2,54	2,30	0,14	31,4	306
	Чай с лимоном (1-й вариант)	150	0,04	0,00	5,15	20,73	504

ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1313	54,20	44,72	162,96	1283,46
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:	1313	54,20	44,72	162,96	1283,46
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1313	54,20	44,72	162,96	1283,46

СОГЛАСОВАНО

 (Должность)

 (ФИО)

 (Дата)

УТВЕРЖДАЮ

*Заведующий МОБДОУ "С.С.Солн-
 нецкое" № 15*

 (Должность)
В.А. Шибринец

 (ФИО)

 (Дата)



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
 категория: Дети 1,5-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 4							
ЗАВТРАК	Каша гречневая молочная	150	5,19	6,86	18,28	155,76	32
	Какао с молоком (1-й вариант)	150	3,38	3,54	9,30	82,23	508
	Бутерброды с сыром (1-й вариант)	43	4,39	5,86	14,58	129,6	96
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		343	12,96	16,26	42,16	367,59	
ЗАВТРАК 2	Плоды свежие	95	1,42	0,48	19,95	91,2	118
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		95	1,42	0,48	19,95	91,2	
ОБЕД	Салат из свежих помидоров и огурцов	45	0,33	2,31	1,51	27,98	31
	Борщ из свежей капусты	150	7,55	5,68	5,73	104,46	131
	Жаркое по-домашнему	140	9,11	5,74	13,09	140,71	374
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,03	0,00	6,58	25,05	527
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	115
ИТОГО ЗА ОБЕД		525	19,66	14,21	40,27	367,8	
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	150	4,50	4,80	7,05	90	534
	Вафли	30	0,84	0,99	23,19	105	607
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		180	5,34	5,79	30,24	195	
УЖИН	Котлеты или биточки рыбные	70	10,95	1,80	6,96	87,68	351
	Кукуруза консервированная	45	4,64	3,70	30,38	165,75	181
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50	0,00	12,70	55	537
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	114
ИТОГО ЗА УЖИН		245	18,37	5,74	64,80	378,93	

ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1388	57,75	42,48	197,42	1400,52
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:	1388	57,75	42,48	197,42	1400,52
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1388	57,75	42,48	197,42	1400,52

СОГЛАСОВАНО

 (Должность)

 (ФИО)

 (Дата)

УТВЕРЖДАЮ

 (Должность)

 (ФИО)

 (Дата)



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
 категория: Дети 1,5-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 5							
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная жидкая	150	5,15	5,94	19,05	150	273
	Кофейный напиток с молоком (1-й вариант)	150	3,74	3,87	9,95	89,18	513
	Бутерброды с маслом (1-й вариант)	35	2,46	3,38	14,82	99,7	99
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		335	11,35	13,19	43,82	338,88	
ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие	95	1,42	0,48	19,95	91,2	118
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		95	1,42	0,48	19,95	91,2	
ОБЕД	Салат витаминный	45	0,48	3,78	3,92	51,47	5
	Суп с макаронными изделиями	150	1,20	3,12	7,80	64,92	163
	Суфле из кур	60	19,75	23,43	2,14	298,07	413
	Каша гречневая рассыпчатая	110	5,82	4,63	26,18	169,5	243
	Компот из свежих плодов или ягод	150	0,12	0,12	13,76	55,14	526
ИТОГО ЗА ОБЕД		515	27,37	35,08	53,80	639,1	
ПОЛДНИК	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка	100	5,60	5,70	14,80	138	535
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	114
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		130	7,88	5,94	29,56	208,5	
УЖИН	Вареники ленивые	90	12,73	9,68	12,30	187,29	331
	Чай с сахаром, вареньем, медом (1-й вариант)	150	0,00	0,00	5,82	22,12	502
ИТОГО ЗА УЖИН		240	12,73	9,68	18,12	209,41	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1315	60,75	64,37	165,25	1487,09	

ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:	1315	60,75	64,37	165,25	1487,09
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1315	60,75	64,37	165,25	1487,09

СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой
кафедры диетологии
И.А. Пупов

(ФИО)

(дата)



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
 категория: Дети 1,5-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 6							
ЗАВТРАК	Каша манная молочная жидкая	150	4,96	6,06	20,43	155,73	268
	Какао с молоком (1-й вариант)	150	3,38	3,54	9,30	82,23	508
	Бутерброды с сыром (1-й вариант)	43	4,39	5,86	14,58	129,6	96
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		343	12,73	15,46	44,31	367,56	
ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие	95	0,76	0,19	7,12	36,1	118
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		95	0,76	0,19	7,12	36,1	
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с морковью	45	0,74	3,79	4,37	54,56	2
	Суп с крупой	150	3,95	5,79	9,38	105,5	161
	Котлеты, биточки, шницели	60	12,26	7,26	10,91	156,88	386
	Макаронные изделия отварные	110	3,94	3,53	26,04	154,24	297
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,03	0,00	6,58	25,05	527
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	115
ИТОГО ЗА ОБЕД		555	23,56	20,85	70,64	565,83	
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	150	4,50	4,80	7,05	90	534
	Булочка домашняя	70	5,10	6,08	38,69	228,11	583
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		220	9,60	10,88	45,74	318,11	
УЖИН	Рагу из овощей с кабачками	110	1,99	6,41	10,18	107,46	202
	Чай с лимоном (1-й вариант)	150	0,04	0,00	5,15	20,73	504
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	114
ИТОГО ЗА УЖИН		290	4,31	6,65	30,09	198,69	

ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1503	50,96	54,03	197,90	1486,29
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:	1503	50,96	54,03	197,90	1486,29
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1503	50,96	54,03	197,90	1486,29

СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий отделением № 5904, А.В. Каш

(должность)

(ФИО)

(дата)



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
 категория: Дети 1,5-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7							
ЗАВТРАК	Каша "Дружба"	150	4,82	6,69	20,40	160,65	266
	Кофейный напиток с молоком (1-й вариант)	150	3,74	3,87	9,95	89,18	513
	Бутерброды с маслом (1-й вариант)	35	2,46	3,38	14,82	99,7	99
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		335	11,02	13,94	45,17	349,53	
ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие	95	0,38	0,38	9,31	44,65	118
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		95	0,38	0,38	9,31	44,65	
ОБЕД	Овощи натуральные соленые	45	0,36	0,05	0,77	5,85	113
	суп овощной с мясом, сметаной	150	1,62	2,89	4,08	49,6	31
	Картофельная запеканка с мясом	110	8,48	6,72	16,81	161,48	382
	Соус белый основной	30	0,82	1,55	1,40	22,78	457
	Компот из плодов или ягод сушеных	150	0,03	0,03	6,72	26,42	531
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	115
ИТОГО ЗА ОБЕД		525	13,95	11,72	43,14	335,73	
ПОЛДНИК	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка	100	5,60	5,70	14,80	138	535
	Печенье	20	1,48	1,88	14,62	81,4	609
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		120	7,08	7,58	29,42	219,4	
УЖИН	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,50	5,14	4,50	102,14	349
	Напиток из шиповника	150	0,24	0,11	14,17	57,39	538
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	114
ИТОГО ЗА УЖИН		280	12,02	5,49	33,43	230,03	

ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1355	44,45	39,11	160,47	1179,34	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:	1355	44,45	39,11	160,47	1179,34	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1355	44,45	39,11	160,47	1179,34	

СОГЛАСОВАНО

 (подпись)

 (ФИО)

 (дата)



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
 категория: Дети 1,5-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 9							
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая	150	4,15	6,46	24,30	172,05	274
	Кофейный напиток с молоком (1-й вариант)	150	3,74	3,87	9,95	89,18	513
	Бутерброды с маслом (1-й вариант)	35	2,46	3,38	14,82	99,7	99
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		335	10,35	13,71	49,07	360,93	
ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие	95	1,42	0,48	19,95	91,2	118
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		95	1,42	0,48	19,95	91,2	
ОБЕД	Салат из свежих огурцов	45	0,32	3,78	1,01	39,37	36
	Свекольник	150	1,31	2,67	7,21	58,2	136
	Сметана	10	0,26	1,50	0,36	16,2	488
	Оладьи из печени по-кунцевски	55	9,51	6,43	6,49	122,1	404
	Картофельное пюре	110	2,41	4,02	16,02	110,09	434
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,03	0,00	6,58	25,05	527
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	115
ИТОГО ЗА ОБЕД		560	16,48	18,88	51,03	440,61	
ПОЛДНИК	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка	100	5,60	5,70	14,80	138	535
	Пряники	25	1,48	1,17	18,75	91,5	608
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		125	7,08	6,87	33,55	229,5	
УЖИН	Кукуруза отварная (початок)	40	2,40	1,51	16,63	89,74	181
	Омлет натуральный	65	5,83	7,36	1,48	95,52	307
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50	0,00	12,70	55	537

Чай с сахаром, вареньем, медом (1-й вариант)	150	0,00	0,00	5,82	22,12	502
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	114
ИТОГО ЗА УЖИН	290	8,60	8,30	43,66	284,98	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1533	66,24	61,10	164,14	1474,6	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:	1533	66,24	61,10	164,14	1474,6	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1533	66,24	61,10	164,14	1474,6	

Хлеб пшеничный						
ИТОГО ЗА УЖИН	30	2,28	0,24	14,76	70,5	114
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	235	11,01	9,11	45,57	310,76	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:	1350	46,34	49,05	199,17	1433	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1350	46,34	49,05	199,17	1433	

СОГЛАСОВАНО

(подпись)

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
категория: Дети 1,5-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 10							
ЗАВТРАК	Каша молочная кукурузная жидкая	150	4,65	5,60	27,75	180	271
	Какао с молоком (1-й вариант)	150	3,38	3,54	9,30	82,23	508
	Бутерброды с сыром (1-й вариант)	43	4,39	5,86	14,58	129,6	96
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		343	12,42	15,00	51,63	391,83	
ЗАВТРАК 2	Плоды свежие	95	0,38	0,29	9,79	44,65	118
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		95	0,38	0,29	9,79	44,65	
ОБЕД	Салат из свеклы с зеленым горошком	45	0,72	2,74	2,90	39,15	54
	Суп с рыбными консервами	150	5,54	4,34	9,63	99,75	159
	Голубцы ленивые	120	10,20	9,96	4,80	150	377
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,03	0,00	6,58	25,05	527
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	115
ИТОГО ЗА ОБЕД		505	19,13	17,52	37,27	383,55	
ПОЛДНИК	Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	1,05	0,00	21,75	91,5	516
	Вафли	30	0,84	0,99	23,19	105	607
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		180	1,89	0,99	44,94	196,5
УЖИН	Сырники из творога	100	16,94	10,70	21,18	246,27	326
	Чай с сахаром, вареньем, медом (1-й вариант)	150	0,00	0,00	5,82	22,12	502
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	114

ИТОГО ЗА УЖИН	280	19,22	10,94	41,76	338,89
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1403	53,04	44,74	185,39	1355,42
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:	1403	53,04	44,74	185,39	1355,42
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1403	53,04	44,74	185,39	1355,42