

Согласовано

Заведующий МДОУ

"15" января 2024 г. сдл № 240"



Меню приготавливаемых блюд Возрастная категория: от 1 года До 3 лет

Утверждаю

Генеральный директор ООО "АГРОИНВЕСТ"

Демьянченко Д.А.

15 января 2024 г



Приём пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
1 неделя День первый								
Завтрак 1	Масло сливочное	8	0,08	5,84	0,08	59,2	№ 6 2011г	
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ту	
	Каша пшениная молочная с маслом сливочным	150	7,51	8,34	30,44	227	№177 2011г	
	Кофейный напиток	150	1,86	1,75	20,8	99	№692 2004г	
	Итого за завтрак		333	11,35	16,09	63,62	444,3	
	Сок	150	150	0,75	0	15,15	63,3	№399 2011г
Завтрак 2	Суп картофельный с крутой и рыбой	150	13,86	1,49	7,42	109,2	№84 2011г	
	Овощи тушеные	110	3,29	6,14	15,82	241,1	2002г	
	Котлета мясная	70	13,7	13,1	12,4	221,3	№2/2 2011г	
	Компот из ягод с/м	150	0,08	0,08	22,66	73,91	№394 2004г	
	Хлеб ржаной	35	2,56	0,38	12,98	74,35	ту	
	Итого за обед		515	33,49	21,19	71,28	719,86	
Углеотнённый полдник	Омлет натуральный	130	15,68	26,69	2,08	232,67	№216 2011	
	Сыр порционный	10	2,32	2,95	0	36	№ 7 2011г	
	Чай с сахаром	150	0,05	0,016	7,88	31,57	№392 2011г	
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ту	
	Итого за полдник		315	19,95	29,816	22,26	359,34	
Итого за первый день:		1313	65,54	67,096	172,31	1586,8		

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
1 неделя День второй							
Завтрак 1	Масло сливочное	8	0,08	5,84	0,08	59,2	№ 6 2011г
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ту
	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	7,51	8,34	30,44	227	№177 2011г
	Чай с сахаром и молоком	150	2,22	1,95	11,92	74,16	№394 2011г
	Итого за завтрак	333	11,71	16,29	54,74	419,46	
Завтрак 2	Кисломолочный продукт	150	4,35	3,75	6	79,5	№401 2011г
Обед	Щи с картофелем на мясном бульоне со сметаной	150	6,93	16,52	59,17	87	№61 2011
	Запеканка картофельная с отварным мясом	170	10,61	13,65	21,73	252,33	№69 2003г
	Овощи натуральные соленые	20	0,32	0,04	1	5,6	№70 2005
	Напиток из изюма	150	0,28	0,06	13,62	56,65	№401 2008г
	Хлеб ржаной	35	2,56	0,38	12,98	74,35	ту
	Итого за обед	525	20,7	30,65	108,5	475,93	
	Углепнённый полдник	Запеканка творожная со сгущенным молоком	100/20	13,15	12,38	12,86	250,87
Чай с сахаром		150	0,05	0,016	7,88	31,57	№392 2011г
Хлеб пшеничный		25	1,9	0,16	12,3	59,1	ту
Итого за полдник		295	15,1	12,556	33,04	341,54	
Итого за второй день:		1303	51,86	63,246	202,28	1316,43	

Приём пищи	Наименование Блюда	Выход блюда	Пищевые вещества				Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
	1 неделя День третий							
	Масло сливочное порционное	8	0,08	5,84	0,08	59,2	№ 6 2011г	
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ту	
Завтрак 1	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,52	4,2	13,67	110,78	№ 93 2011г	
	Какао с молоком	150	3,05	2,65	13,18	129	№397 2011г	
	Итого за завтрак	333	9,55	12,85	39,23	358,08		
Завтрак 2	Фрукт	130	0,4	0,4	9,8	44		
	Суп картофельный со свиной	150	1,75	2,25	10	127,5	№89 2007г	
	Печень тушеная в сметане	60	11,94	3,58	4,47	126,6	2003г	
Обед	Каша гречневая рассыпчатая	110	5,78	4,89	27,87	183,1	№168 2011г	
	Напиток из сухофруктов	150	0,37	0	15,85	64,95	№639 2004	
	Хлеб ржаной	35	2,56	0,38	12,98	74,35	ту	
	Итого за обед	505	22,4	11,1	71,17	576,5		
	Котлета рыбная	70	10,59	6,47	4,17	117	№248 2011г	
Уплотнённый полдник	Рис отварной	100	3,6	4,6	40,2	213	№168 2011г	
	Чай с сахаром	150	0,05	0,016	7,88	31,57	№392 2011г	
	Булочка домашняя	50	3,64	6,26	26,96	178	№469 2011г	
	Итого за полдник	370	17,88	17,346	79,21	539,57		
	Итого за третий день:		1338	50,23	41,696	199,41	1518,15	

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
1 неделя День четвёртый							
Завтрак 1	Масло сливочное порционное	8	0,08	5,84	0,08	59,2	№ 6 2011г
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ту
	Сыр порционный	8	1,85	2,36	0	28,8	№ 7 2011г
	Каша манная молочная с маслом сливочным	150	5,17	6,22	20,9	160	№179 2011г
	Чай с сахаром и молоком	150	2,22	1,95	11,92	74,16	№394 2011г
	Итого за завтрак	341	11,22	16,53	45,2	381,26	
	Сок	150	0,75	0	15,15	63,3	№399 2011г
Завтрак 2	Суп лапша домашняя с курицей	150	1,65	3,45	8,25	114,15	№86 2011г
Обед	Терфетли с соусом	50/50	8,6	8,8	8,1	196,2	№286 2012г
	Картофельное пюре	110	2,87	45,14	17,36	129,03	№321 2011г
	Компот из ягод с/м	150	0,08	0,08	22,66	73,91	№394 2004г
	Хлеб ржаной	35	2,56	0,38	12,98	74,35	ту
	Итого за обед	545	15,76	57,85	69,35	587,64	
	Запеканка творожная со сгущенным молоком	100/20	13,15	12,38	12,86	250,87	№237 2011 г
Углотнённый полдник	Чай с лимоном	150/4	0,1	0,01	8,5	34,16	№393 2011г
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ту
	Итого за полдник	299	15,15	12,55	33,66	344,13	
Итого за четвёртый день:		1335	42,88	86,93	163,36	1376,33	

Приём пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
1 неделя День пятый							
Завтрак 1	Масло сливочное	8	0,08	5,84	0,08	59,2	№ 6 2011г
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ТУ
	Кофейный напиток	150	1,86	1,75	20,8	99	№692 2004г
	Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным	150	5,02	7,35	20,32	167,25	№84 2004г
	Итого за завтрак	333	8,86	15,1	53,5	384,55	
Завтрак 2	Сок	150	0,75	0	15,15	63,3	№399 2011г
	Борщ с картофелем и сметаной	150	3,52	4,57	7,57	85,66	№57 2011 г
Обед	Гуляш из отварного мяса	60	7,7	6,19	1,98	112,2	№277 2011г
	Макаронные изделия отварные	110	4,69	8,69	29,5	205,19	№204 2011г
	Напиток из смеси сухофруктов	150	0,37	0	15,85	64,95	№639 2004
	Хлеб ржаной	35	2,56	0,38	12,98	74,35	ТУ
	Итого за обед	505	18,84	19,83	67,88	542,35	
Употреблённый полдник	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150	7,51	8,34	30,44	227	№177 2011г
	Манник	50	3,6	7,04	20,62	133,5	№274 2004г
	Чай с сахаром	150	0,05	0,016	7,88	31,57	№392 2011г
Итого за полдник		350	11,16	15,396	58,94	392,07	
Итого за пятый день:		1338	39,61	50,326	195,47	1382,27	
Итого среднее за первую неделю:		1325,40	50,02	61,86	186,57	1436,00	

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
2 недели День первый								
Завтрак 1	Масло сливочное	8	0,08	5,84	0,08	59,2	№ 6 2011г	
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ту	
	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	7,51	8,34	30,44	227	№177 2011г	
	Чай с сахаром и молоком	150	2,22	1,95	11,92	74,16	№394 2011г	
	Итого за завтрак	333	11,71	16,29	54,74	419,46		
	Завтрак 2	Сок	150	0,75	0	15,15	№399 2011г	
		Суп картофельный с яйцом	150	6,9	3,36	10,68	111,75	№140 2004г
		Жаркое по домашнему	170	9,29	12,75	17,77	297,07	№66 2003г
		Овощи соленые	20	0,32	0,04	1	5,6	№70 2005
		Компот из ягод с/м	150	0,08	0,08	22,66	73,91	№394 2004г
	Хлеб ржаной	35	2,56	0,38	12,98	74,35	ту	
	Итого за обед	525	19,15	16,61	65,09	562,68		
	Омлет натуральный	130	15,68	26,69	2,08	232,67	№216 2011	
Углотнённый полдник	Сыр порционный	10	2,32	2,95	0	36	№ 7 2011г	
	Чай с сахаром	150	0,05	0,016	7,88	31,57	№392 2011г	
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ту	
	Итого за полдник	315	19,95	29,816	22,26	359,34		
	Итого за первый день:	1323	51,56	62,716	157,24	1404,78		

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
2 недели День второй							
	Масло сливочное	8	0,08	5,84	0,08	59,2	№ 6 2011г
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ту
Завтрак 1	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	150	5,58	3,48	12,15	202,85	№182 2007г
	Какао с молоком	150	3,05	2,65	13,18	129	№397 2011г
	Итого за завтрак	333	10,61	12,13	37,71	450,15	
Завтрак 2	Кисломолочный продукт	150	4,35	3,75	6	79,5	№401 2011г
	Суп картофельный с горохом	150	4,56	1,26	12,67	93,11	№66 2003г
	Ежики мясные с соусом	100/50	12,61	13,85	28,32	250,58	№450 1996г
	Икра свекольная	20	0,18	0,94	1,18	13,92	№54 2011г
	Напиток из смеси сухофруктов	150	0,37	0	15,85	64,95	№639 2004
	Хлеб ржаной	35	2,56	0,38	12,98	74,35	ту
	Итого за обед	505	175,61	200,008	484,36	4725,53	
	Запеканка творожная со стуженным молоком	100/20	13,15	12,38	12,86	250,87	№237 2011 г
Углотнённый полдник	Чай с сахаром	150	0,05	0,016	7,88	31,57	№392 2011г
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ту
	Итого за полдник	295	15,1	12,556	33,04	341,54	
	Итого за второй день:	1283	205,67	228,444	561,11	5596,72	

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
2 недели День третий							
Завтрак 1	Масло сливочное	8	0,08	5,84	0,08	59,2	№ 6 2011г
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ту
	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	5,7	9,06	28,9	220	№172 2011г
	Чай с сахаром	150	0,05	0,016	7,88	31,57	№392 2011г
	Итого за завтрак	333	7,73	15,076	49,16	369,87	
	Фрукт	130	0,4	0,4	9,8	44	
Завтрак 2	Рассольник Ленинградский со сметаной	150	1,19	3,06	10,14	96,6	№76 2011г
	Запеканка из печени с рисом	120	18	7,84	15,44	238,4	ТТК
	Супс молочный	20	0,54	1,39	0,01	31,36	№350 2011
	Напиток из изюма	150	0,28	0,06	13,62	56,65	№401 2008г
	Хлеб ржаной	35	2,56	0,38	12,98	74,35	ту
	Итого за обед	475	22,57	12,73	52,19	497,36	
Углеотнённый полдник	Рагу из овощей со свинойной	170	1,6	5,07	13,4	190,57	№331 2011г
	Чай с сахаром	150	0,05	0,016	7,88	31,57	№392 2011г
	Булочка домашняя	50	3,64	6,26	26,96	178	№469 2011г
	Итого за полдник	370	5,29	11,346	48,24	400,14	
Итого за третий день:		1308	35,99	39,552	159,39	1311,37	

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
2 недели День четвертый							
Завтрак 1	Масло сливочное	8	0,08	5,84	0,08	59,2	№ 6 2011г
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ту
	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	5,7	9,06	28,9	220	№172 2011г
	Кофейный напиток	150	1,86	1,75	20,8	99	№692 2004г
	Итого за завтрак	333	9,54	16,81	62,08	437,3	
Завтрак 2	Сок	150	0,75	0	15,15	63,3	№399 2011г
	Суп овощной на курином бульоне	150	4,14	3,27	8,12	78,48	№202 2005г
Обед	Курица тушеная с овощами	170	16,32	15,21	16,74	273,7	№496 2004г
	Компот из ягод с/м	150	0,08	0,08	22,66	73,91	№394 2004г
	Хлеб ржаной	35	2,56	0,38	12,98	74,35	ту
	Итого за обед	505	23,1	18,94	60,5	500,44	
		Котлета рыбная	70	10,59	6,47	4,17	117
Углебнённый подник	Рис отварной	100	3,6	4,6	40,2	213	№168 2011г
	Чай с лимоном	150/4	0,1	0,01	8,5	34,16	№393 2011г
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ту
Итого за подник		349	16,19	11,24	65,17	423,26	
Итого за четвертый день:		1337	49,58	46,99	202,9	1424,3	

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества				Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
2 недели День пятый								
	Масло сливочное	8	0,08	5,84	0,08	59,2	№ 6 2011г	
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ту	
	Сыр порционный	8	1,85	2,36	0	28,8	№ 7 2011г	
Завтрак 1	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	150	7,51	8,34	30,44	227	№177 2011г	
	Чай с сахаром и молоком	150	2,22	1,95	11,92	74,16	№394 2011г	
	Итого за завтрак	341	13,56	18,65	54,74	448,26		
Завтрак 2	Сок	150	0,75	0	15,15	63,3	№399 2011г	
	Щи с картофелем на мясном бульоне со сметаной	150	6,93	16,52	59,17	87	№61 2011	
	Гуляш из отварного мяса	60	7,7	6,19	1,98	112,2	№277 2011г	
Обед	Макаронные изделия отварные	110	4,69	8,69	29,5	205,19	№204 2011г	
	Напиток из смеси сухофруктов	150	0,37	0	15,85	64,95	№639 2004	
	Хлеб ржаной	35	2,56	0,38	12,98	74,35	ту	
	Итого за обед	505	22,25	31,78	119,48	543,69		
	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	7,51	8,34	30,44	227	№177 2011г	
Уплотнённый полдник	Чай с сахаром	150	0,05	0,016	7,88	31,57	№392 2011г	
	Манник	50	3,6	7,04	20,62	133,5	№274 2004г	
	Итого за полдник	350	11,16	15,396	58,94	392,07		
	Итого за пятый день:	1346	47,72	65,826	248,31	1447,32		
	Итого среднее за вторую неделю:	1319,40	78,10	88,71	265,79	2236,90		
	Итого за весь период:	1322,40	64,06	75,28	226,18	1836,45		