

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий МБДОУ

«Детский сад №221»

«*Июль*» 2024г

*Л.П. Потапова* Л.П. Потапова

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00E893FE5387768D1854EA843F6368727C  
Владелец: Потапова Париса Петровна  
Действителен: с 04.04.2024 до 28.09.2025

**Основное (организованное) меню  
МБДОУ «Детский сад №221»  
(возрастная категория 1.5-3года)**

Утверждаю:  
Руководитель \_\_\_\_\_

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Ясли МБДОУ детский сад 221

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша пшеничная на сухом молоке	150	4,10	3,04	19,71	122,65	91/1
	Чай сладкий	150			6,00	24,00	262/1
	Бутерброд с маслом	35	1,46	2,48	14,80	87,31	3/5
	Сок фруктовый на утро	100	0,50		12,12	50,48	701/5
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>435</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>53</b>	<b>284</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Свекла отварная	30	0,45	0,03	2,64	12,63	33/4
	Суп гречневый со сметаной и мясом птицы	150	5,59	10,90	17,40	190,02	80/4
	Бигус с мясом	180	10,34	14,09	6,95	196,00	200/1
	Компот из сухофруктов с витамином С	150	0,18		6,00	24,71	241/1
	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,80	0,80	20,76	97,44	1/4
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>550</b>	<b>18</b>	<b>26</b>	<b>54</b>	<b>521</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Сдоба обыкновенная	70	5,69	4,99	38,01	219,78	280/1
	Кисломолочный продукт -йогурт	180	5,40	4,61	6,30	88,27	698/5
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>250</b>	<b>11</b>	<b>10</b>	<b>44</b>	<b>308</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Сырники из творога со сладким соусом	160	13,48	7,62	28,35	235,89	129/1
	Яйцо вареное	40	3,05	2,76	0,17	37,70	306/2
	Кофейный напиток (на ужин)	180	0,17	0,03	6,82	28,27	тгк14/5
	Батон белый	20	0,96	0,20	9,82	44,92	1/5
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>400</b>	<b>18</b>	<b>11</b>	<b>45</b>	<b>347</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>	<b>1635</b>	<b>53</b>	<b>52</b>	<b>196</b>	<b>1460</b>	

Утверждаю:  
Руководитель \_\_\_\_\_

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Ясли МБДОУ детский сад 221

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,08	3,84	20,22	131,84	44/1
	Какао на молоке	150	1,98	2,07	10,79	69,72	248/1
	Батон белый с маслом	35	1,46	2,48	14,80	87,31	3/5
	Банан	110	1,65	0,11	21,12	92,07	13/4
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>445</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>67</b>	<b>381</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Огурец соленый	30	0,24	0,03	0,51	3,27	15/1
	Суп с фасолью и сметаной	150	3,45	6,64	17,30	142,74	138/5
	Гуляш мясной (сердце говяжье)	70	12,82	6,89	4,32	130,57	152/1
	Картофельное пюре	120	2,73	3,58	19,38	120,64	206/1
	Кисель из варенья с витамином С	150	0,09	0,05	19,44	78,51	234/1
	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,80	0,80	20,76	97,44	1/4
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>560</b>	<b>21</b>	<b>18</b>	<b>82</b>	<b>573</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Кондитерские изделия-печенье	30	1,35	2,12	13,48	78,44	/2
	Сок фруктовый	195	0,98		19,70	82,68	701/5
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>225</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>33</b>	<b>161</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Биточки рыбные	90	14,15	9,92	6,51	171,92	134/1
	Икра свекольная	110	1,67	2,56	9,71	68,52	536/5
	Чай с сахаром	180			6,00	24,00	ТТК12/5
	Батон белый	20	0,96	0,20	9,82	44,92	1/5
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>400</b>	<b>17</b>	<b>13</b>	<b>32</b>	<b>309</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ</b>	<b>1630</b>	<b>49</b>	<b>41</b>	<b>214</b>	<b>1425</b>	

Сформировано 15:04 13.06.24

Страница 2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша геркулесовая молочная	150	2,73	4,28	19,79	128,62	302/5
	Кофейный напиток на молоке	150	1,91	1,95	11,52	71,31	395/4
	Бутерброд с маслом и сыром	45	5,07	6,59	14,80	138,73	3/5
	Яблоки	110	0,26		10,78	44,18	491п/2
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>455</b>	<b>10</b>	<b>13</b>	<b>57</b>	<b>383</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Огурец свежий	30	0,13	0,03	0,57	3,05	15/1
	Суп овощной со сметаной	150	1,55	4,11	9,64	81,72	56/1
	Котлета мясная	70	8,76	12,18	5,41	166,31	451/5
	Гороховое пюре	120	5,60	2,42	16,87	111,63	107/5
	Компот из изюма с витамином С	150	0,18	0,04	11,25	46,10	239/1
	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,80	0,80	20,76	97,44	1/4
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>560</b>	<b>18</b>	<b>20</b>	<b>65</b>	<b>506</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Сдоба домашняя	70	5,69	4,99	38,01	219,78	280/1
	Кисломолочный продукт -снежок	180	2,92	3,60	19,44	121,82	698/5
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>250</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>57</b>	<b>342</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Запеканка морковная со сгущенным молоком.	160	3,44	3,00	27,79	151,91	217/2
	Яйцо вареное	40	3,05	2,76	0,17	37,70	306/2
	Чай с лимоном	180	0,04		6,12	24,66	260/1
	Батон белый	20	0,96	0,20	9,82	44,92	1/5
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>400</b>	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>44</b>	<b>259</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ</b>	<b>1665</b>	<b>44</b>	<b>47</b>	<b>223</b>	<b>1490</b>	

Утверждаю:  
Руководитель \_\_\_\_\_

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Ясли МБДОУ детский сад 221

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша гречневая молочная	150	2,77	6,17	18,95	142,46	302/5
	Чай на молоке	150	1,74	1,92	10,70	67,04	262/1
	Бутерброд с маслом	35	1,46	2,48	14,80	87,31	3/5
	Банан	110	1,65	0,11	21,12	92,07	13/4
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>445</b>	<b>8</b>	<b>11</b>	<b>66</b>	<b>389</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Горошек зеленый консервированный	30	0,93	0,06	1,95	12,06	10/4
	Суп с лапшой на курином бульоне	150	1,57	4,61	18,06	120,03	140/5
	Куры отварные порционные	60	14,08	15,40		194,92	487/5
	Свекла тушеная со сметаной	120	1,90	5,82	10,82	103,24	536/5
	Компот из сухофруктов с витамином С	150	0,18		6,00	24,71	241/1
	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,80	0,80	20,76	97,44	1/4
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>550</b>	<b>20</b>	<b>27</b>	<b>58</b>	<b>552</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Бутерброд с повидлом (полдник)	55	1,76	0,35	30,19	130,93	4/5
	Кисломолочный продукт -ряженка	180	3,13	3,60	7,56	75,17	698/5
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>235</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>38</b>	<b>206</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Суфле рыбное	130	12,36	10,94	7,96	179,79	341п/2
	Соус томатно-сметанный (ужин)	40	0,75	2,26	4,32	40,71	453п/2
	Яйцо вареное	40	3,05	2,76	0,17	37,70	306/2
	Кофейный напиток (на ужин)	180	0,17	0,03	6,82	28,27	ттк14/5
	Батон белый	20	0,96	0,20	9,82	44,92	1/5
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>410</b>	<b>17</b>	<b>16</b>	<b>29</b>	<b>331</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ</b>	<b>1640</b>	<b>50</b>	<b>58</b>	<b>190</b>	<b>1479</b>	

Утверждаю:  
Руководитель \_\_\_\_\_

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Ясли МБДОУ детский сад 221

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша "Дружба" на молоке	150	3,10	4,00	21,32	133,65	84/1
	Какао на молоке	150	1,98	2,07	10,79	69,72	248/1
	Бутерброд с маслом и сыром	45	5,07	6,59	14,80	138,73	3/5
	Напиток из плодов шиповника	90	0,20	0,08	4,90	21,14	398/4
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>435</b>	<b>10</b>	<b>13</b>	<b>52</b>	<b>363</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Морковь отварная	30	0,39	0,03	2,07	10,11	16/5
	Свекольник со сметаной и яйцом	150	2,96	7,30	17,28	146,70	58/4
	Картофель тушеный с мясом	180	10,39	14,73	19,25	251,11	216/5
	Компот из изюма с витамином С	150	0,18	0,04	11,25	46,10	239/1
	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,80	0,80	20,76	97,44	1/4
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>550</b>	<b>16</b>	<b>23</b>	<b>71</b>	<b>551</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Кондитерские изделия -вафли	30	0,96	0,84	24,33	108,72	12
	Сок фруктовый	195	0,98		19,70	82,68	701/5
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>225</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>44</b>	<b>191</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Пудинг из творога с повидлом	195	10,84	9,47	29,05	244,81	235/4
	Кисломолочный продукт -варенец	185	2,44	2,80	5,74	57,90	698/5
	Батон белый	20	0,96	0,20	9,82	44,92	1/5
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>400</b>	<b>14</b>	<b>12</b>	<b>45</b>	<b>348</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ</b>	<b>1610</b>	<b>42</b>	<b>49</b>	<b>211</b>	<b>1454</b>	

Утверждаю:  
Руководитель \_\_\_\_\_

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Ясли МБДОУ детский сад 221

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша ячневая на сухом молоке	150	4,67	3,91	19,27	130,98	99/1
	Чай сладкий	150			6,00	24,00	262/1
	Бутерброд с маслом	35	1,46	2,48	14,80	87,31	3/5
	Сок фруктовый на утро	100	0,50		12,12	50,48	701/5
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>435</b>	<b>7</b>	<b>6</b>	<b>52</b>	<b>293</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Свекла отварная	30	0,45	0,03	2,64	12,63	33/4
	Суп пшенный со сметаной и мясом птицы	150	6,04	10,46	18,01	190,31	80/4
	Биточки мясные	70	8,80	13,47	5,40	178,06	451/5
	Капуста тушеная	120	2,33	3,43	6,73	67,09	534/5
	Компот из сухофруктов с витамином С	150	0,18		6,00	24,71	241/1
	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,80	0,80	20,76	97,44	1/4
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>560</b>	<b>20</b>	<b>28</b>	<b>60</b>	<b>570</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Сдоба домашняя	70	5,69	4,99	38,01	219,78	280/1
	Кисломолочный продукт -йогурт	180	5,40	4,61	6,30	88,27	698/5
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>250</b>	<b>11</b>	<b>10</b>	<b>44</b>	<b>308</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Макароньы отварные с маслом	120	3,86	3,36	14,86	105,08	194/1
	Икра кабачковая	50	0,95	4,45	3,85	59,25	120п/2
	Яйцо вареное	40	3,05	2,76	0,17	37,70	306/2
	Кофейный напиток (на ужин)	180	0,17	0,03	6,82	28,27	ТТК14/5
	Батон белый	20	0,96	0,20	9,82	44,92	1/5
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>410</b>	<b>9</b>	<b>11</b>	<b>36</b>	<b>275</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>	<b>1655</b>	<b>46</b>	<b>55</b>	<b>192</b>	<b>1446</b>	

Сформировано 15.04 13.06.24

Страница 6

Утверждаю:  
Руководитель \_\_\_\_\_

**Менюготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Ясли МБДОУ детский сад 221

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша рисовая молочная	150	2,16	3,72	17,60	112,46	98/1
	Какао на молоке	150	1,98	2,07	10,79	69,72	248/1
	Бутерброд с маслом и сыром	45	5,07	6,59	14,80	138,73	3/5
	Банан	110	1,65	0,11	21,12	92,07	13/4
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>455</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>64</b>	<b>413</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Огурец соленый	30	0,24	0,03	0,51	3,27	15/1
	Суп с горохом, сметаной и мясом птицы	150	3,27	6,63	15,80	135,88	138/5
	Котлета мясная	70	8,76	12,18	5,41	166,31	451/5
	Картофельное пюре	120	2,73	3,58	19,38	120,64	206/1
	Компот из изюма с витамином С	150	0,18	0,04	11,25	46,10	239/1
	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,80	0,80	20,76	97,44	1/4
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>560</b>	<b>17</b>	<b>23</b>	<b>73</b>	<b>570</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Кондитерские изделия-печенье	30	2,25	3,54	22,47	130,74	/2
	Сок фруктовый	195	0,98		19,70	82,68	701/5
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>225</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>42</b>	<b>213</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Запеканка рыбная	130	8,23	5,90	6,78	113,14	208/5
	Соус томатно-сметанный (ужин)	40	0,72	2,62	4,32	43,82	453п/2
	Яйцо вареное	40	3,05	2,76	0,17	37,70	306/2
	Чай с сахаром	180			6,01	24,02	ТТК12/5
	Батон белый	20	0,96	0,20	9,82	44,92	1/5
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>410</b>	<b>13</b>	<b>11</b>	<b>27</b>	<b>264</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ</b>	<b>1650</b>	<b>44</b>	<b>51</b>	<b>207</b>	<b>1460</b>	



Утверждаю:  
Руководитель \_\_\_\_\_

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Ясли МБДОУ детский сад 221

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша манная молочная	150	2,14	4,95	20,79	136,30	90/1
	Кофейный напиток на молоке	150	1,91	1,95	11,52	71,31	395/4
	Батон белый с маслом	35	1,46	2,48	14,80	87,31	3/5
	Яблоки	110	0,44		10,78	44,88	491п/2
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>445</b>	<b>6</b>	<b>9</b>	<b>58</b>	<b>340</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Огурец свежий	30	0,21	0,03	0,57	3,39	15/1
	Щи со сметаной на мясном бульоне( с сердцем говяжьим)	150	4,50	6,10	15,14	133,47	66/4
	Азу из говядины	80	9,02	16,68	4,50	204,21	152/1
	Каша гречневая рассыпчатая	110	2,66	2,61	20,02	114,10	186/1
	Компот из сухофруктов с витамином С	150	0,18		6,00	24,71	241/1
	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,80	0,80	20,76	97,44	1/4
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>560</b>	<b>18</b>	<b>26</b>	<b>67</b>	<b>577</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Сдоба обыкновенная	70	5,69	4,99	38,01	219,78	280/1
	Кисломолочный продукт -снежок	180	2,92	3,60	19,44	121,82	698/5
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>250</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>57</b>	<b>342</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Солянка овощная	160	3,15	5,64	8,85	98,78	336/4
	Яйцо вареное	40	3,05	2,76	0,17	37,70	306/2
	Чай с лимоном	180	0,04		6,13	24,68	260/1
	Батон белый	20	0,96	0,20	9,82	44,92	1/5
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>400</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>25</b>	<b>206</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ</b>	<b>1655</b>	<b>40</b>	<b>53</b>	<b>207</b>	<b>1465</b>	

Утверждаю:  
Руководитель \_\_\_\_\_

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Ясли МБДОУ детский сад 221

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша пшенная молочная	150	2,64	4,20	20,64	130,97	96/1
	Чай на молоке	150	1,74	1,92	10,70	67,04	262/1
	Бутерброд с маслом	35	1,46	2,48	14,80	87,31	3/5
	Банан	110	1,65	0,11	21,12	92,07	13/4
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>445</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>67</b>	<b>377</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Горошек зеленый консервированный	30	0,93	0,06	1,95	12,06	10/4
	Рассольник со сметаной	150	1,64	4,74	17,22	118,09	138/2
	Котлета мясная	70	8,76	11,18	5,41	157,32	451/5
	Свекла тушеная со сметаной	120	1,90	3,62	10,82	83,46	536/5
	Кисель из варенья с витамином С	150	0,09	0,05	19,44	78,51	234/1
	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,80	0,80	20,76	97,44	1/4
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>560</b>	<b>15</b>	<b>20</b>	<b>76</b>	<b>547</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Сдоба домашняя	70	5,69	4,99	38,01	219,78	280/1
	Кисломолочный продукт -ряженка	180	3,13	3,60	7,56	75,17	698/5
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>250</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>46</b>	<b>295</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Суп рыбный из сайры консервированной	200	3,52	7,27	17,82	150,90	181/5
	Яйцо вареное	40	3,05	2,76	0,17	37,70	306/2
	Кофейный напиток (на ужин)	180	0,17	0,03	6,82	28,27	ТТК14/5
	Батон белый	20	0,96	0,20	9,82	44,92	1/5
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>440</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>35</b>	<b>262</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ</b>	<b>1695</b>	<b>39</b>	<b>48</b>	<b>223</b>	<b>1481</b>	

Сформировано 15:04 13.06.24

Страница 9

Утверждаю:  
Руководитель \_\_\_\_\_

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Ясли МБДОУ детский сад 221

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Суп молочный с макаронными изделиями	150	3,29	3,84	21,36	133,21	44/1
	Какао на молоке	150	1,98	2,07	10,79	69,72	248/1
	Бутерброд с маслом и сыром	45	5,07	6,59	14,80	138,73	3/5
	Напиток из плодов шиповника	90	0,20	0,08	4,90	21,14	398/4
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>435</b>	<b>11</b>	<b>13</b>	<b>52</b>	<b>363</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Борщ со сметаной	150	2,44	5,36	18,19	130,77	56/4
	Суфле из печени	110	9,68	5,75	10,39	132,07	476/5
	Соус томатно-сметанный	30	0,75	1,78	4,32	36,39	453п/2
	Картофельное пюре(с печенью)	80	2,36	2,29	17,75	100,96	206/1
	Компот из изюма с витамином С	150	0,18	0,04	11,25	46,10	239/1
	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,80	0,80	20,76	97,44	1/4
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>560</b>	<b>17</b>	<b>16</b>	<b>83</b>	<b>544</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Кондитерские изделия -вафли	30	0,96	0,84	24,33	108,72	/2
	Сок фруктовый	195	0,98		19,70	82,68	701/5
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>225</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>44</b>	<b>191</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Запеканка из творога с повидлом	195	10,84	9,47	29,05	244,81	117/1
	Кисломолочный продукт -варенец	185	2,44	2,80	5,74	57,90	698/5
	Батон белый	20	0,96	0,20	9,82	44,92	1/5
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>400</b>	<b>14</b>	<b>12</b>	<b>45</b>	<b>348</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1620</b>	<b>44</b>	<b>42</b>	<b>223</b>	<b>1446</b>	
	<b>ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД</b>	<b>16455</b>	<b>453</b>	<b>495</b>	<b>2085</b>	<b>14604</b>	
	<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД</b>	<b>1646</b>	<b>45</b>	<b>49</b>	<b>209</b>	<b>1460</b>	
	<b>Содержание БЖУ в % от калорийности</b>		<b>12</b>	<b>31</b>	<b>57</b>		

**Перечень технологических сборников, используемых при составлении данного меню:**

- 1 Министерство образования и науки Челябинской области "Организация питания детей в дошкольном образовательном учреждении" 2005г. под редакцией В.В. Садырина, составитель Г.Н. Панкратова;
- 2 Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений (г.Пермь) Уральский региональный центр питания, 2013 год. Под редакцией А.Я.Перевалова.
- 4 Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. - М.: ДеЛи принт, 2011
- 5 Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания - издат. ООО "Партнер" г.Уфа 2015г.