

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00E893FE5387768D1B54EA843F6368727C  
Владелец: Потапова Лариса Петровна  
Действителен: с 04.04.2024 до 28.06.2025

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий МБДОУ  
«Детский сад №221»  
«18» 11/1 2024г.  
*Л.П.Потапова*  
Л.П.Потапова

**Основное (организованное) меню  
МБДОУ «Детский сад №221»  
(возрастная категория 1,5 – 3 года)**

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 1</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша пшеничная молочная с маслом	150	4,70	5,29	19,48	144,36	91/1
	Чай сладкий	150			6,00	24,00	262/1
	Бутерброд с маслом	35	2,44	3,93	14,80	104,27	3/5
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>335</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>40</b>	<b>273</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Суп гречневый со сметаной и мясом птицы	150	4,66	8,09	16,54	157,66	80/4
	Бигус с мясом	180	11,79	13,39	6,95	195,52	200/1
	Компот из сухофруктов с витамином С	150	0,18		6,00	24,71	241/1
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,00	0,80	20,76	102,24	1/4
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>520</b>	<b>20</b>	<b>22</b>	<b>50</b>	<b>480</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Сдоба обыкновенная	60	5,20	3,96	31,19	181,15	280/1
	Молоко кипяченое	150	4,35	4,80	7,05	88,80	255/1
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>210</b>	<b>10</b>	<b>9</b>	<b>38</b>	<b>270</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Сырники из творога со сладким соусом	140	15,75	13,34	27,46	292,87	129/1
	Кофейный напиток (на ужин)	180	0,17	0,03	5,82	24,28	ттк14/5
	Батон белый	20	1,60	0,20	9,82	47,48	1/5
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>340</b>	<b>18</b>	<b>14</b>	<b>43</b>	<b>365</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>	<b>1405</b>	<b>54</b>	<b>54</b>	<b>172</b>	<b>1387</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 2</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Суп молочный с макаронными изделиями	150	5,14	5,29	19,95	147,99	44/1
	Какао на молоке	150	2,85	3,03	10,32	79,96	248/1
	Батон белый с маслом	35	2,44	3,93	14,80	104,27	3/5
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>335</b>	<b>10</b>	<b>12</b>	<b>45</b>	<b>332</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Суп с фасолью и сметаной	150	3,72	5,49	16,48	130,17	138/5
	Гуляш мясной (сердце говяжье)	70	14,99	6,27	3,07	128,63	152/1
	Картофельное пюре	120	3,29	2,89	21,00	123,14	206/1
	Кисель из варенья с витамином С	150	0,09	0,05	19,44	78,51	234/1
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,00	0,80	20,76	102,24	1/4
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>530</b>	<b>25</b>	<b>16</b>	<b>81</b>	<b>563</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Кондитерские изделия-печенье	20	1,50	2,36	14,98	87,16	/2
	Сок фруктовый	180	0,90		18,18	76,32	701/5
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>200</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>33</b>	<b>163</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Биточки рыбные	80	19,24	8,90	5,48	178,99	134/1
	Икра свекольная	110	1,67	1,50	11,64	66,72	536/5
	Чай с сахаром	180			5,00	20,01	ттк12/5
	Батон белый	20	1,60	0,20	9,82	47,48	1/5
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>390</b>	<b>23</b>	<b>11</b>	<b>32</b>	<b>313</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ</b>	<b>1455</b>	<b>60</b>	<b>41</b>	<b>191</b>	<b>1372</b>	

Сформировано 16:03 18.11.24

Страница 2



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 3</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша геркулесовая молочная с маслом	150	2,91	6,18	18,38	140,72	302/5
	Кофейный напиток на молоке	150	2,78	2,91	11,05	81,55	395/4
	Бутерброд с маслом	35	2,44	3,93	14,80	104,27	3/5
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>335</b>	<b>8</b>	<b>13</b>	<b>44</b>	<b>327</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Суп овощной со сметаной	150	1,45	3,88	11,87	88,19	56/1
	Котлета мясная	60	10,51	12,09	5,41	172,53	451/5
	Гороховое пюре	120	4,19	2,13	16,86	103,36	107/5
	Компот из изюма с витамином С	150	0,18	0,04	11,25	46,10	239/1
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,00	0,80	20,76	102,24	1/4
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>520</b>	<b>19</b>	<b>19</b>	<b>66</b>	<b>512</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Сдоба домашняя	60	5,20	3,96	31,19	181,15	280/1
	Кисломолочный продукт -ряженка	180	5,22	4,50	7,56	91,62	698/5
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>240</b>	<b>10</b>	<b>8</b>	<b>39</b>	<b>273</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Запеканка морковная со сгущенным молоком.	150	3,81	4,46	28,05	167,63	217/2
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,84	306/2
	Чай сладкий	180			5,00	20,01	262/1
	Батон белый	20	1,60	0,20	9,82	47,48	1/5
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>390</b>	<b>10</b>	<b>9</b>	<b>43</b>	<b>298</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ</b>	<b>1485</b>	<b>48</b>	<b>50</b>	<b>192</b>	<b>1410</b>	

Сформировано 16:03 18.11.24

Страница 3

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 4</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша гречневая молочная с маслом	150	4,91	5,65	20,19	151,25	302/5
	Чай на молоке	150	2,61	2,88	10,23	77,28	262/1
	Бутерброд с маслом	35	2,44	3,93	14,80	104,27	3/5
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>335</b>	<b>10</b>	<b>12</b>	<b>45</b>	<b>333</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Суп с лапшой на курином бульоне	150	2,10	4,24	14,79	105,72	140/5
	Куры отварные порционные	60	20,16	14,70		212,94	487/5
	Свекла тушеная со сметаной	120	1,95	4,57	10,77	91,96	536/5
	Компот из сухофруктов с витамином С	150	0,18		6,00	24,71	241/1
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,00	0,80	20,76	102,24	1/4
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>520</b>	<b>27</b>	<b>24</b>	<b>52</b>	<b>538</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Бутерброд с повидлом	50	2,48	0,30	33,28	145,72	4/5
	Молоко кипяченое	150	4,35	4,80	7,05	88,80	255/1
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>200</b>	<b>7</b>	<b>5</b>	<b>40</b>	<b>235</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Суфле рыбное	130	18,16	10,24	7,93	196,52	341п/2
	Соус томатно-сметанный (ужин)	40	0,59	2,04	2,87	32,24	453п/2
	Кофейный напиток (на ужин)	180	0,17	0,03	5,82	24,28	тТК14/5
	Батон белый	20	1,60	0,20	9,82	47,48	1/5
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>370</b>	<b>21</b>	<b>13</b>	<b>26</b>	<b>301</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ</b>	<b>1425</b>	<b>65</b>	<b>54</b>	<b>164</b>	<b>1405</b>	

Сформировано 16:03 18.11.24

Страница 4



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 5</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша манная молочная с маслом	150	4,48	5,24	19,97	144,96	90/1
	Какао на молоке	150	2,85	3,03	10,32	79,96	248/1
	Батон белый с маслом	35	2,44	3,93	14,80	104,27	3/5
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>335</b>	<b>10</b>	<b>12</b>	<b>45</b>	<b>329</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Свекольник со сметаной и яйцом	150	3,39	5,87	13,99	122,33	58/4
	Картофель тушеный с мясом	180	14,73	14,35	20,75	271,05	216/5
	Компот из изюма с витамином С	150	0,18	0,04	11,25	46,10	239/1
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,00	0,80	20,76	102,24	1/4
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>520</b>	<b>21</b>	<b>21</b>	<b>67</b>	<b>542</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Кондитерские изделия -пряники	20	0,96	0,56	15,54	71,04	308п/2
	Сок фруктовый	180	0,90		18,18	76,32	701/5
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>200</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>34</b>	<b>147</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Пудинг из творога с повидлом	150	21,96	12,47	27,86	311,49	235/4
	Чай с сахаром	180			5,00	20,01	тТК12/5
	Батон белый	20	1,60	0,20	9,82	47,48	1/5
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>350</b>	<b>24</b>	<b>13</b>	<b>43</b>	<b>379</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ</b>	<b>1405</b>	<b>56</b>	<b>46</b>	<b>188</b>	<b>1397</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 2 ДЕНЬ 1</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша ячневая молочная с маслом	150	4,43	5,29	19,03	141,48	99/1
	Чай сладкий	150			6,00	24,00	262/1
	Бутерброд с маслом	35	2,44	3,93	14,80	104,27	3/5
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>335</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>40</b>	<b>270</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Суп пшеничный со сметаной и мясом птицы	150	7,07	8,43	15,76	167,19	80/4
	Биточки мясные	60	12,97	11,51	5,40	177,10	451/5
	Капуста тушеная	120	2,31	2,70	6,60	59,92	534/5
	Компот из сухофруктов с витамином С	150	0,18		6,00	24,71	241/1
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,00	0,80	20,76	102,24	1/4
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>520</b>	<b>26</b>	<b>23</b>	<b>55</b>	<b>531</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Сдоба домашняя	60	5,20	3,96	31,19	181,15	280/1
	Молоко кипяченое	150	4,35	4,80	7,05	88,80	255/1
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>210</b>	<b>10</b>	<b>9</b>	<b>38</b>	<b>270</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Макароны отварные с маслом	120	3,88	2,64	29,65	157,79	194/1
	Икра кабачковая	40	0,76	4,27	3,70	56,27	120п/2
	Кофейный напиток (на ужин)	180	0,17	0,03	5,82	24,28	тпк14/5
	Батон белый	20	1,60	0,20	9,82	47,48	1/5
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>360</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>49</b>	<b>286</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>	<b>1425</b>	<b>48</b>	<b>49</b>	<b>182</b>	<b>1357</b>	

Сформировано 16:03 18.11.24

Страница 6



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 2</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша гречневая молочная с маслом	150	4,91	5,65	20,19	151,25	302/5
	Какао на молоке	150	2,85	3,03	10,32	79,96	248/1
	Бутерброд с маслом	35	2,44	3,93	14,80	104,27	3/5
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>335</b>	<b>10</b>	<b>13</b>	<b>45</b>	<b>335</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Суп с горохом, сметаной и мясом птицы	150	6,97	8,33	13,36	156,29	138/5
	Котлета мясная	60	10,51	12,09	5,41	172,53	451/5
	Картофельное пюре	120	3,29	2,89	21,00	123,14	206/1
	Компот из изюма с витамином С	150	0,18	0,04	11,25	46,10	239/1
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,00	0,80	20,76	102,24	1/4
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>520</b>	<b>24</b>	<b>24</b>	<b>72</b>	<b>600</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Кондитерские изделия-печенье	20	1,50	2,36	14,98	87,16	/2
	Сок фруктовый	180	0,90		18,18	76,32	701/5
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>200</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>33</b>	<b>163</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Запеканка рыбная	140	16,19	10,54	7,93	191,27	208/5
	Соус томатно-сметанный (ужин)	40	0,56	2,04	2,75	31,63	453п/2
	Чай с сахаром	180			5,00	20,01	ттк12/5
	Батон белый	20	1,60	0,20	9,82	47,48	1/5
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>380</b>	<b>18</b>	<b>13</b>	<b>26</b>	<b>290</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ</b>	<b>1435</b>	<b>55</b>	<b>52</b>	<b>176</b>	<b>1390</b>	

Сформировано 16:03 18.11.24

Страница 7



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 2 ДЕНЬ 3</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша манная молочная с маслом	150	4,48	5,24	19,97	144,96	90/1
	Кофейный напиток на молоке	150	2,78	2,91	11,05	81,55	395/4
	Батон белый с маслом	35	2,44	3,93	14,80	104,27	3/5
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>335</b>	<b>10</b>	<b>12</b>	<b>46</b>	<b>331</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Щи со сметаной на мясном бульоне (с сердцем говяжьим)	150	5,76	6,09	11,87	125,30	66/4
	Азу из говядины	70	15,19	14,92	3,10	207,41	152/1
	Каша перловая рассыпчатая	120	2,80	1,06	20,08	101,02	297/5
	Компот из сухофруктов с витамином С	150	0,18		6,00	24,71	241/1
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,00	0,80	20,76	102,24	1/4
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>530</b>	<b>27</b>	<b>23</b>	<b>62</b>	<b>561</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Сдоба обыкновенная	60	5,20	3,96	31,19	181,15	280/1
	Кисломолочный продукт -ряженка	180	5,22	4,50	7,56	91,62	698/5
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>240</b>	<b>10</b>	<b>8</b>	<b>39</b>	<b>273</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Солянка овощная	160	2,80	5,31	7,90	90,60	336/4
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,84	306/2
	Чай сладкий	180			5,00	20,01	262/1
	Батон белый	20	1,60	0,20	9,82	47,48	1/5
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>400</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>23</b>	<b>221</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ</b>	<b>1505</b>	<b>57</b>	<b>54</b>	<b>169</b>	<b>1385</b>	

Сформировано 16:03 18.11.24

Страница 8

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 2 ДЕНЬ 4</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша геркулесовая молочная с маслом	150	2,91	6,18	18,38	140,72	302/5
	Чай на молоке	150	2,61	2,88	10,23	77,28	262/1
	Бутерброд с маслом	35	2,44	3,93	14,80	104,27	3/5
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>335</b>	<b>8</b>	<b>13</b>	<b>43</b>	<b>322</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Рассольник со сметаной	150	2,18	4,77	15,02	111,73	138/2
	Котлета мясная	60	12,93	11,49	5,41	176,80	451/5
	Свекла тушеная со сметаной	120	1,95	3,57	10,77	82,97	536/5
	Кисель из варенья с витамином С	150	0,09	0,05	19,44	78,51	234/1
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,00	0,80	20,76	102,24	1/4
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>520</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>71</b>	<b>552</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Сдоба домашняя	60	5,20	3,96	31,19	181,15	280/1
	Молоко кипяченое	150	4,35	4,80	7,05	88,80	255/1
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>210</b>	<b>10</b>	<b>9</b>	<b>38</b>	<b>270</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Суп рыбный из консервы	200	7,43	8,98	14,55	168,78	181/5
	Кофейный напиток (на ужин)	180	0,17	0,03	5,82	24,28	ТТК14/5
	Батон белый	20	1,60	0,20	9,82	47,48	1/5
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>400</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>30</b>	<b>241</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ</b>	<b>1465</b>	<b>47</b>	<b>52</b>	<b>183</b>	<b>1385</b>	

Сформировано 16:03 18.11.24



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 2 ДЕНЬ 5</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Суп молочный с макаронными изделиями	150	5,14	5,29	19,95	147,99	44/1
	Какао на молоке	150	2,85	3,03	10,32	79,96	248/1
	Батон белый с маслом	35	2,44	3,93	14,80	104,27	3/5
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>335</b>	<b>10</b>	<b>12</b>	<b>45</b>	<b>332</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Борщ со сметаной	150	2,69	4,79	14,92	113,53	56/4
	Суфле из сердца	100	17,05	6,04	5,92	146,23	476/5
	Соус томатно-сметанный	30	0,56	2,04	2,75	31,63	453п/2
	Картофельное пюре (2)	80	2,89	2,81	17,74	107,78	206/1
	Компот из изюма с витамином С	150	0,18	0,04	11,25	46,10	239/1
	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,00	0,80	20,76	102,24	1/4
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>550</b>	<b>26</b>	<b>17</b>	<b>73</b>	<b>548</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Кондитерские изделия -пряники	20	0,96	0,56	15,54	71,04	308п/2
	Сок фруктовый	180	0,90		18,18	76,32	701/5
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>200</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>34</b>	<b>147</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Запеканка из творога с повидлом	150	21,96	12,47	27,86	311,49	117/1
	Чай с сахаром	180			5,00	20,01	ткк12/5
	Батон белый	20	1,60	0,20	9,82	47,48	1/5
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>350</b>	<b>24</b>	<b>13</b>	<b>43</b>	<b>379</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1435</b>	<b>62</b>	<b>42</b>	<b>195</b>	<b>1406</b>	
	<b>ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД</b>	<b>14440</b>	<b>553</b>	<b>493</b>	<b>1812</b>	<b>13894</b>	
	<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД</b>	<b>1444</b>	<b>55</b>	<b>49</b>	<b>181</b>	<b>1389</b>	
	<b>Содержание БЖУ в % от калорийности</b>		<b>16</b>	<b>32</b>	<b>52</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, рецептур 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 рецептур 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, рецептур блюд кулинарных изделий для детского питания - издат. ООО "Партнер" г.Уфа 2015г.