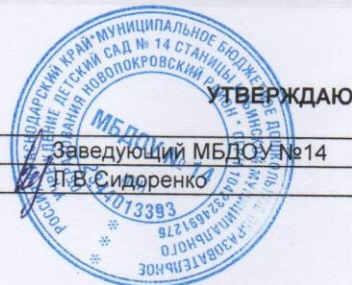


СОГЛАСОВАНО

М/с Гаврилова Т.В.

Т.В. Гаврилова

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
категория:

Дети 1-3 лет (летне-осенний)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углево- ды		
День 1 понедельник							
ЗАВТРАК	Запеканка из печени с рисом	60	7,07	2,92	7,43	84,79	294
	Чай с сахаром	150/6	0,01	0,01	6,87	27,66	392
	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	58,75	701.1
	Бутерброды с сыром	20	2,49	4,49	4,50	68,93	3
	Салат из свежих огурцов	40	0,32	1,64	1,05	20,21	13
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		295	11,87	9,31	31,92	260,34	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	170	0,17	0,17	19,38	85	399.4
	Вафли	10	0,32	0,28	8,11	34,21	704
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		180	0,49	0,45	27,49	119,21	
ОБЕД	Салат из свежих помидоров с луком	40	0,31	1,68	2,00	24,08	14
	Борщ с картофелем	180	1,73	2,61	11,38	76,48	58
	Гуляш из отварного мяса	60	11,29	10,30	2,30	147,12	277
	Каша рассыпчатая	70	2,61	1,38	13,52	79,69	165
	Компот из свежих плодов	150	0,27	0,27	15,45	66,93	372
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	700
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	47	701
ИТОГО ЗА ОБЕД		550	19,77	16,80	64,33	493,5	
ПОЛДНИК	Пирог открытый	50	2,93	1,45	19,10	102,97	459
	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка, йогурт	150	6,15	2,25	8,85	85,5	401.2
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		200	9,08	3,70	27,95	188,47	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1225	41,21	30,26	151,69	1061,52	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1225	41,21	30,26	151,69	1061,52	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1225	41,21	30,26	151,69	1061,52	

СОГЛАСОВАНО

М/с Т.В.Гаверилова

Т.В.Гаверилова

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ №14

Л.В.Сидоренко

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
категория:

Дети 1-3 лет (летне-осенний)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углево ды		
День 2 вторник							
ЗАВТРАК	Каша рисовая	150	5,09	5,45	21,33	155,75	185.1a
	Какао с молоком	160	4,22	4,53	11,30	103,98	397
	Бутерброды с маслом	20	1,26	3,10	7,42	62,89	1.1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		330	10,57	13,08	40,05	322,62	
ЗАВТРАК 2	Фрукты и ягоды свежие	75	0,30	0,30	7,35	35,25	368
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		75	0,30	0,30	7,35	35,25	
ОБЕД	Салат из свежих огурцов	40	0,32	1,64	1,05	20,21	13
	Суп картофельный с бобовыми	150	2,71	3,43	10,85	85,51	81
	Рыба, запеченная с картофелем	150	22,77	11,91	19,95	278,91	250
	Компот из сушеных фруктов	150	0,47	0,09	15,10	62,32	376
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	700
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	47	701
	ИТОГО ЗА ОБЕД		540	29,83	17,63	66,63	546,15
ПОЛДНИК	Макароны отварные с сыром	110	5,56	5,05	30,05	188,14	206
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	170	0,17	0,17	19,38	85	399.4
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		280	5,73	5,22	49,43	273,14	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1225	46,43	36,23	163,46	1177,16	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1225	46,43	36,23	163,46	1177,16	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1225	46,43	36,23	163,46	1177,16	

СОГЛАСОВАНО

М/с (должность)
for Gal Т.В.Гаврилова



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ № 14
 Т.В.Сидоренко

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
 категория:

Дети 1-3 лет (летне-осенний)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углево- ды		
День 3 среда							
ЗАВТРАК	Каша ячневая	150	4,56	4,49	18,42	133,05	185
	Какао с молоком	160	4,22	4,53	11,30	103,98	397
	Бутерброды с маслом	20	1,26	3,10	7,42	62,89	1.1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		330	10,04	12,12	37,14	299,92	
ЗАВТРАК 2	Флоды и ягоды свежие	75	0,30	0,30	7,35	35,25	368
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		75	0,30	0,30	7,35	35,25	
ОБЕД	Салат из свежих помидоров с луком	40	0,31	1,68	2,00	24,08	14
	Борщ с фасолью и картофелем	200	4,92	4,46	16,92	129,26	63
	Котлеты рыбные с капустой и морковью запеченные	150	19,62	7,83	7,41	180,93	248
	Компот из свежих плодов	150	0,27	0,27	15,45	66,93	372
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	700
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	47	701
	ИТОГО ЗА ОБЕД	590	28,68	14,80	61,46	500,4	
ПОЛДНИК	Сырники из творога	70/5	10,95	8,00	9,93	155,76	231
	Чай с сахаром	150/6	0,01	0,01	6,87	27,66	392
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		220	10,96	8,01	16,80	183,42	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1215	49,98	35,23	122,75	1018,99	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1215	49,98	35,23	122,75	1018,99	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1215	49,98	35,23	122,75	1018,99	

СОГЛАСОВАНО

М/с (должность)

Т.В.Гаврилова

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ №14

Л.В.Сидорнко

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория: Дети 1-3 лет (летне-осенний)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углево- ды		
День 4 четверг							
ЗАВТРАК	Каша геркулес	160	5,44	5,66	19,97	153,41	185.3а
	Чай с сахаром	150/6	0,01	0,01	6,87	27,66	392
	Бутерброды с маслом	20	1,26	3,10	7,42	62,89	1.1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		330	6,71	8,77	34,26	243,96	
ЗАВТРАК 2	Плоды и ягоды свежие	75	0,30	0,30	7,35	35,25	368
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		75	0,30	0,30	7,35	35,25	
ОБЕД	Салат из свежих огурцов	40	0,32	1,64	1,05	20,21	13
	Суп картофельный	150	1,82	1,82	13,59	78,28	77
	Фрикадельки из птицы или кролика	70	14,25	11,58	7,55	192,04	308
	Картофель в молоке	110	2,83	3,64	16,79	111,65	126
	Кисель из сока натурального	170	0,10	0,10	25,19	105,26	382
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	700
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	47	701
	ИТОГО ЗА ОБЕД		590	22,88	19,34	83,85	606,64
ПОЛДНИК	Оладьи	70	5,42	9,25	28,82	223,2	449
	Кофейный напиток с молоком	150	3,46	3,81	12,99	101,15	395
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		220	8,88	13,06	41,81	324,35	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1215	38,77	41,47	167,27	1210,2	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1215	38,77	41,47	167,27	1210,2	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1215	38,77	41,47	167,27	1210,2	

СОГЛАСОВАНО

М/с (должность)
 Т.В.Гаврилова (ФИО)



Заведующий МБДОУ № 14 (должность)
 Л.В.Сидоренко (ФИО)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 1-3 лет (летне-осенний)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углево ды		
День 5 пятница							
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,41	4,08	22,28	144,19	93
	Какао с молоком	160	4,22	4,53	11,30	103,98	397
	Бутерброды с маслом	20	1,26	3,10	7,42	62,89	1.1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		330	9,89	11,71	41,00	311,06	
ЗАВТРАК 2	Плоды и ягоды свежие¹	75	0,30	0,30	7,35	35,25	368
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		75	0,30	0,30	7,35	35,25	
ОБЕД	Салат из свежих помидоров с луком	40	0,31	1,68	2,00	24,08	14
	Борщ с капустой и картофелем	180	2,65	4,34	11,97	99,11	57
	Суфле куриное	60	18,68	18,60	2,02	250,67	310
	Каша перловая с соусом	70	2,51	1,07	17,71	90,69	165.1a
	Компот из сушеных фруктов	150	0,47	0,09	15,10	62,32	376
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	700
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	47	701
ИТОГО ЗА ОБЕД		550	28,18	26,34	68,48	626,07	
ПОЛДНИК	Пудинг из творога с яблоками	100	11,01	8,46	9,28	157,5	240
	Чай с сахаром	150/6	0,01	0,01	6,87	27,66	392
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	11,02	8,47	16,15	185,16	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1205	49,39	46,82	132,98	1157,54	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1205	49,39	46,82	132,98	1157,54	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1205	49,39	46,82	132,98	1157,54	

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

М/с (должность)

Т.В.Гаврилова (ФИО)

Заведующий МБДОУ № 14 (должность)

Л.В.Сидоренко (ФИО)

Меню приготавливаемых блюд

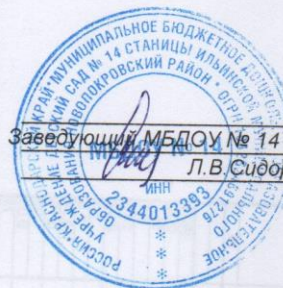
Возрастная

категория: Дети 1-3 лет (летне-осенний)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углево ды		
День 6 понедельник							
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	40	3,96	6,49	0,78	77,45	215
	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	58,75	701.1
	Чай с сахаром	150/6	0,01	0,01	6,87	27,66	392
	Бутерброды с сыром	20	2,49	4,49	4,50	68,93	3
	Салат из белокочанной капусты	40	0,71	1,64	4,00	34,04	20
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		275	9,15	12,88	28,22	266,83	
ЗАВТРАК 2	Фрукты и ягоды свежие	75	0,30	0,30	7,35	35,25	368
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		75	0,30	0,30	7,35	35,25	
ОБЕД	Салат из свежих помидоров с луком	40	0,31	1,68	2,00	24,08	14
	Суп картофельный с бобовыми	150	2,71	3,43	10,85	85,51	81
	Котлеты рубленые, запеченные с молочным соусом	70	13,08	15,10	9,65	227,31	281
	Картофель в молоке	110	2,83	3,64	16,79	111,65	126
	Компот из свежих плодов	150	0,27	0,27	15,45	66,93	372
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	47	701
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	700
	ИТОГО ЗА ОБЕД		570	22,76	24,68	74,42	614,68
ПОЛДНИК	Каша манная	160	5,01	5,10	20,96	150,83	185.4a
	Кофейный напиток с молоком	150	3,46	3,81	12,99	101,15	395
	Вафли	10	0,32	0,28	8,11	34,21	704
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		320	8,79	9,19	42,06	286,19	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1240	41,00	47,05	152,05	1202,95	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1240	41,00	47,05	152,05	1202,95	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1240	41,00	47,05	152,05	1202,95	

СОГЛАСОВАНО

М/с (должность)
Т.В.Гаврилова Т.В.Гаврилова (ФИО)



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ № 14 (должность)
Л.В.Сидоренко Л.В.Сидоренко (ФИО)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
категория:

Дети 1-3 лет (летне-осенний)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углево- ды		
День 7 вторник							
ЗАВТРАК	Каша ячневая	150	4,56	4,49	18,42	133,05	185
	Чай с молоком или сливками	150	2,62	2,89	11,11	81,72	394
	Бутерброды с маслом	20	1,26	3,10	7,42	62,89	1.1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		320	8,44	10,48	36,95	277,66	
ЗАВТРАК 2	Фрукты и ягоды свежие	75	0,30	0,30	7,35	35,25	368
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		75	0,30	0,30	7,35	35,25	
ОБЕД	Салат из свежих огурцов	40	0,32	1,64	1,05	20,21	13
	Борщ с картофелем	180	1,73	2,61	11,38	76,48	58
	Жаркое по-домашнему	150	14,85	12,87	18,41	249,2	276
	Кисель из повидла, джема, варенья	150	0,00	0,00	5,99	23,94	383
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	700
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	47	701
ИТОГО ЗА ОБЕД		570	20,46	17,68	56,51	469,03	
ПОЛДНИК	Сдоба обыкновенная	50	4,18	2,18	29,31	156,16	466
	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка, йогурт	150	6,15	2,25	8,85	85,5	401.2
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		200	10,33	4,43	38,16	241,66	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1165	39,53	32,89	138,97	1023,6	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1165	39,53	32,89	138,97	1023,6	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1165	39,53	32,89	138,97	1023,6	

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

М/с (должность)
 Т.В.Гаврилова (ФИО)



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 1-3 лет(летне-осенний)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углево- ды		
День 8 среда							
ЗАВТРАК	Каша геркулес	160	5,44	5,66	19,97	153,41	185.3a
	Кофейный напиток с молоком	150	3,46	3,81	12,99	101,15	395
	Бутерброды с маслом	20	1,26	3,10	7,42	62,89	1.1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		330	10,16	12,57	40,38	317,45	
ЗАВТРАК 2	Плоды и ягоды свежие	75	0,30	0,30	7,35	35,25	368
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		75	0,30	0,30	7,35	35,25	
ОБЕД	Салат из свежих помидоров с луком	40	0,31	1,68	2,00	24,08	14
	Борщ с капустой и картофелем	180	2,65	4,34	11,97	99,11	57
	Суфле из отварного мяса с рисом	60	14,51	13,45	2,89	190,33	279
	Картофель отварной	100	2,05	2,55	16,36	96,81	318
	Компот из свежих плодов	150	0,27	0,27	15,45	66,93	372
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	700
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	47	701
	ИТОГО ЗА ОБЕД		580	23,35	22,85	68,35	576,46
ПОЛДНИК	Рыба, запеченная в сметанном соусе	70	10,03	5,21	1,92	95,36	252
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	170	0,17	0,17	19,38	85	399.4
	Салат из белокочанной капусты	40	0,71	1,64	4,00	34,04	20
	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	58,75	701.1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		305	12,89	7,27	37,37	273,15
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1290	46,70	42,99	153,45	1202,31	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1290	46,70	42,99	153,45	1202,31	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1290	46,70	42,99	153,45	1202,31	

СОГЛАСОВАНО

М/с (должность)
 Т.В.Гаврилова (ФИО)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ № 14 (должность)
 Л.В.Сидоренко (ФИО)



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
категория:

Дети 1-3 лет (летне-осенний)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углево ды		
День 9 четверг							
ЗАВТРАК	Каша пшенная	160	6,05	6,11	23,15	172,9	185.11a
	Чай с молоком или сливками	150	2,62	2,89	11,11	81,72	394
	Бутерброды с маслом	20	1,26	3,10	7,42	62,89	1.1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		330	9,93	12,10	41,68	317,51	
ЗАВТРАК 2	Плоды и ягоды свежие	75	0,30	0,30	7,35	35,25	368
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		75	0,30	0,30	7,35	35,25	
ОБЕД	Салат из свежих огурцов	40	0,32	1,64	1,05	20,21	13
	Суп картофельный с крупой	160	1,63	1,92	11,38	69,89	80
	Котлеты, биточки, шницели рубленные	60	12,42	11,69	6,02	178,97	282
	Картофель в молоке	110	2,83	3,64	16,79	111,65	126
	Кисель из сока натурального	170	0,10	0,10	25,19	105,26	382
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	700
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	47	701
	ИТОГО ЗА ОБЕД	590	20,86	19,55	80,11	585,18	
ПОЛДНИК	Вареники ленивые (отварные)	130	18,36	13,44	18,95	269,91	230
	Молоко кипяченое	150	4,57	5,04	7,39	94,5	400
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		280	22,93	18,48	26,34	364,41	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1275	54,02	50,43	155,48	1302,35	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1275	54,02	50,43	155,48	1302,35	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1275	54,02	50,43	155,48	1302,35	

УТВЕРЖДАЮ

М/с	(должность)
В.Гаврилова	(ФИО)

Заведующий МБДОУ № 14 (должность)
МБДОУ Л.В. Сидоренко (ФИО)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 1-3 лет (летне-осенний)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углево- ды		
День 10 пятница							
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,41	4,08	22,28	144,19	93
	Какао с молоком	160	4,22	4,53	11,30	103,98	397
	Бутерброды с маслом	20	1,26	3,10	7,42	62,89	1.1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		330	9,89	11,71	41,00	311,06	
ЗАВТРАК 2	Плоды и ягоды свежие	75	0,30	0,30	7,35	35,25	368
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		75	0,30	0,30	7,35	35,25	
ОБЕД	Салат из свежих помидоров с луком	40	0,31	1,68	2,00	24,08	14
	Борщ с фасолью и картофелем	200	4,92	4,46	16,92	129,26	63
	Тефтели мясные (2-й вариант)	70	10,54	10,33	4,04	151,31	287
	Картофель, запеченный в сметанном соусе	95	2,27	2,60	13,26	86,15	151
	Компот из сушеных фруктов	150	0,47	0,09	15,10	62,32	376
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	700
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	47	701
ИТОГО ЗА ОБЕД		605	22,07	19,72	71,00	552,32	
ПОЛДНИК	Пудинг рисовый	80	4,31	5,63	25,85	171,2	196
	Кофейный напиток с молоком	150	3,46	3,81	12,99	101,15	395
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		230	7,77	9,44	38,84	272,35	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1240	40,03	41,17	158,19	1170,98	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1240	40,03	41,17	158,19	1170,98	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1240	40,03	41,17	158,19	1170,98	

СОГЛАСОВАНО

М/с (должность)
Т.В.Гаврилова (ФИО)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ № 14 (должность)
Л.В.Сидоренко (ФИО)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория: Дети 3-7 лет (летне-осенний)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углево- ды		
День 1 понедельник							
ЗАВТРАК	Запеканка из печени с рисом	80	9,42	3,89	9,91	113,06	294
	Чай с сахаром	180/8	0,02	0,02	8,24	33,19	392
	Хлеб пшеничный	35	2,77	0,35	16,90	82,25	701.1
	Бутерброды с сыром	25	3,11	5,61	5,63	86,17	3
	Салат из свежих огурцов	60	0,48	2,46	1,58	30,32	13
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		380	15,80	12,33	42,26	344,99	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	0,18	0,18	20,52	90	399.4
	Вафли	20	0,64	0,56	16,22	68,42	704
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		200	0,82	0,74	36,74	158,42	
ОБЕД	Салат из свежих помидоров с луком	60	0,46	2,51	3,01	36,13	14
	Борщ с картофелем	250	2,40	3,63	15,80	106,23	58
	Гуляш из отварного мяса	70	13,17	12,01	2,69	171,64	277
	Каша рассыпчатая	130	4,85	2,56	25,10	147,99	165
	Компот из свежих плодов	180	0,32	0,32	18,54	80,32	372
	Хлеб ржаной	38	2,51	0,46	12,69	66,12	700
	Хлеб пшеничный	35	2,77	0,35	16,90	82,25	701.1
ИТОГО ЗА ОБЕД		763	26,48	21,84	94,73	690,68	
ПОЛДНИК	Пирог открытый	70	4,11	2,03	26,74	144,16	459
	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка, йогурт	180	7,38	2,70	10,62	102,6	401.2
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	11,49	4,73	37,36	246,76	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1593	54,59	39,64	211,09	1440,85	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1593	54,59	39,64	211,09	1440,85	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1593	54,59	39,64	211,09	1440,85	

СОГЛАСОВАНО

Т.В. Гаврилова М/с (должность)
Т.В. Гаврилова (ФИО)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ № 14 (должность)
Л.В. Сидоренко (ФИО)

Меню приготавливаемых блюд

категория: Дети 3-7 лет (летне-осенний)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 2 вторник							
ЗАВТРАК	Каша рисовая	200	6,78	7,26	28,44	207,66	185.1а
	Какао с молоком	180	4,75	5,09	12,71	116,98	397
	Бутерброды с маслом	20	1,26	3,10	7,42	62,89	1.1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	12,79	15,45	48,57	387,53	
ЗАВТРАК 2	Фрукты и ягоды свежие	80	0,32	0,32	7,84	37,6	368
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		80	0,32	0,32	7,84	37,6	
ОБЕД	Салат из свежих огурцов	60	0,48	2,46	1,58	30,32	13
	Суп картофельный с бобовыми	220	3,98	5,04	15,91	125,42	81
	Рыба, запеченная с картофелем	200	30,36	15,88	26,60	371,88	250
	Компот из сушеных фруктов	180	0,56	0,11	18,13	74,79	376
	Хлеб ржаной	38	2,51	0,46	12,69	66,12	700
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,5	701
ИТОГО ЗА ОБЕД		728	40,26	24,25	89,40	739,03	
ПОЛДНИК	Макароны отварные с сыром	180	9,09	8,26	49,18	307,87	206
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	0,18	0,18	20,52	90	399.4
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		360	9,27	8,44	69,70	397,87	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1568	62,64	48,46	215,51	1562,03	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1568	62,64	48,46	215,51	1562,03	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1568	62,64	48,46	215,51	1562,03	

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

М/С (должность)
Т.В.Гаврилова (ФИО)

Заведующий МБДОУ № 14 (должность)
Л.В.Сидоренко (ФИО)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория: Дети 3-7 лет (летне-осенний)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углево ды		
День 3 среда							
ЗАВТРАК	Каша ячневая	200	6,08	5,98	24,56	177,4	185
	Какао с молоком	180	4,75	5,09	12,71	116,98	397
	Бутерброды с маслом	20	1,26	3,10	7,42	62,89	1.1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	12,09	14,17	44,69	357,27	
ЗАВТРАК 2	Фрукты и ягоды свежие	80	0,32	0,32	7,84	37,6	368
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		80	0,32	0,32	7,84	37,6	
ОБЕД	Салат из свежих помидоров с луком	60	0,46	2,51	3,01	36,13	14
	Борщ с фасолью и картофелем	250	6,15	5,58	21,15	161,57	63
	Котлеты рыбные с капустой и морковью запеченные	180	23,54	9,40	8,89	217,12	248
	Компот из свежих плодов	180	0,32	0,32	18,54	80,32	372
	Хлеб ржаной	38	2,51	0,46	12,69	66,12	700
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,5	701
ИТОГО ЗА ОБЕД		738	35,35	18,57	78,77	631,76	
ПОЛДНИК	Сырники из творога	110/9	17,21	12,57	15,60	244,77	231
	Чай с сахаром	180/8	0,02	0,02	8,24	33,19	392
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		290	17,23	12,59	23,84	277,96	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1508	64,99	45,65	155,14	1304,59	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1508	64,99	45,65	155,14	1304,59	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1508	64,99	45,65	155,14	1304,59	

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

М/с (должность)

Т.В.Гаврилова (ФИО)

Заведующий МБДОУ № 14 (должность)

Л.В.Сидоренко (ФИО)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория: Дети 3-7 лет Летне-осенний)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углево ды		
День 4 четверг							
ЗАВТРАК	Каша геркулес	200	6,80	7,08	24,96	191,76	185.3a
	Чай с сахаром	180/8	0,02	0,02	8,24	33,19	392
	Бутерброды с маслом	20	1,26	3,10	7,42	62,89	1.1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	8,08	10,20	40,62	287,84	
ЗАВТРАК 2	Плоды и ягоды свежие	80	0,32	0,32	7,84	37,6	368
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		80	0,32	0,32	7,84	37,6	
ОБЕД	Салат из свежих огурцов	60	0,48	2,46	1,58	30,32	13
	Суп картофельный	230	2,78	2,78	20,84	120,04	77
	Фрикадельки из птицы или кролика	80	16,29	13,24	8,63	219,47	308
	Картофель в молоке	110	2,83	3,64	16,79	111,65	126
	Кисель из сока натурального	180	0,11	0,11	26,68	111,46	382
	Хлеб ржаной	38	2,51	0,46	12,69	66,12	700
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,5	701
ИТОГО ЗА ОБЕД		728	27,37	22,99	101,70	729,56	
ПОЛДНИК	Оладьи	80	6,20	10,57	32,94	255,08	449
	Кофейный напиток с молоком	180	4,16	4,57	15,59	121,37	395
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		260	10,36	15,14	48,53	376,45	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1468	46,13	48,65	198,69	1431,45	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1468	46,13	48,65	198,69	1431,45	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1468	46,13	48,65	198,69	1431,45	

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

М/с (должность)
Т.В.Гаврилова (ФИО)

Заведующий МБДОУ № 14 (должность)
Л.В.Сидоренко (ФИО)

Меню приготавливаемых блюд

Возрас

тная

категор

ия:

Дети 3-7 лет (летне-осенний)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 5 пятница							
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,88	5,44	29,70	192,26	93
	Какао с молоком	180	4,75	5,09	12,71	116,98	397
	Бутерброды с маслом	20	1,26	3,10	7,42	62,89	1.1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	11,89	13,63	49,83	372,13	
ЗАВТРАК	Плоды и ягоды свежие	80	0,32	0,32	7,84	37,6	368
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		80	0,32	0,32	7,84	37,6	
ОБЕД	Салат из свежих помидоров с луком	60	0,46	2,51	3,01	36,13	14
	Борщ с капустой и картофелем	250	3,68	6,03	16,63	137,65	57
	Суфле куриное	70	21,79	21,70	2,35	292,45	310
	Каша перловая с соусом	130	4,65	1,99	32,89	168,43	165.1a
	Компот из сушеных фруктов	180	0,56	0,11	18,13	74,79	376
	Хлеб ржаной	38	2,51	0,46	12,69	66,12	700
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,5	701
ИТОГО ЗА ОБЕД		758	36,02	33,10	100,19	846,07	
ПОЛДНИК	Пудинг из творога с яблоками	130	14,31	11,00	12,06	204,75	240
	Чай с сахаром	180/8	0,02	0,02	8,24	33,19	392
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		310	14,33	11,02	20,30	237,94	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1548	62,56	58,07	178,16	1493,74	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1548	62,56	58,07	178,16	1493,74	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1548	62,56	58,07	178,16	1493,74	

Список составляющих

от " " 30 " 1998
 Приложение № 3 к Конвенции

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

М/с (должность)
Т.В.Гаврилова (ФИО)

Заведующий МБДОУ № 14 (должность)
Л.В.Сидоренко (ФИО)



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
категория:

Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углево- ды		
День 6 понедельник							
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	80	7,92	12,98	1,57	154,9	215
	Хлеб пшеничный	35	2,77	0,35	16,90	82,25	701.1
	Чай с сахаром	180/8	0,02	0,02	8,24	33,19	392
	Бутерброды с сыром	25	3,11	5,61	5,63	86,17	3
	Салат из белокочанной капусты	60	1,07	2,46	5,99	51,05	20
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		380	14,89	21,42	38,33	407,56	
ЗАВТРАК 2	Плоды и ягоды свежие	80	0,32	0,32	7,84	37,6	368
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		80	0,32	0,32	7,84	37,6	
ОБЕД	Салат из свежих помидоров с луком	60	0,46	2,51	3,01	36,13	14
	Суп картофельный с бобовыми	220	3,98	5,04	15,91	125,42	81
	Котлеты рубленые, запеченные с молочным соусом	80	14,94	17,26	11,02	259,78	281
	Картофель в молоке	110	2,83	3,64	16,79	111,65	126
	Компот из свежих плодов	180	0,32	0,32	18,54	80,32	372
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,5	701
	Хлеб ржаной	38	2,51	0,46	12,69	66,12	700
ИТОГО ЗА ОБЕД		718	27,41	29,53	92,45	749,92	
ПОЛДНИК	Каша манная	200	6,26	6,38	26,20	188,54	185.4a
	Кофейный напиток с молоком	180	4,16	4,57	15,59	121,37	395
	Вафли	20	0,64	0,56	16,22	68,42	704
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		400	11,06	11,51	58,01	378,33	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1578	53,68	62,78	196,63	1573,41	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1578	53,68	62,78	196,63	1573,41	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1578	53,68	62,78	196,63	1573,41	

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

М/с (должность)

Т.В.Гаверилова (ФИО)

Заведующий МБДОУ № 14 (должность)

Л.В.Сидоренко (ФИО)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
категория:

Дети 3-7 лет (летне-осенний)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углево ды		
День 7 вторник							
ЗАВТРАК	Каша ячневая	200	6,08	5,98	24,56	177,4	185
	Чай с молоком или сливками	180	3,15	3,47	13,34	98,06	394
	Бутерброды с маслом	20	1,26	3,10	7,42	62,89	1.1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	10,49	12,55	45,32	338,35	
ЗАВТРАК 2	Плоды и ягоды свежие	80	0,32	0,32	7,84	37,6	368
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		80	0,32	0,32	7,84	37,6	
ОБЕД	Салат из свежих огурцов	60	0,48	2,46	1,58	30,32	13
	Борщ с картофелем	250	2,40	3,63	15,80	106,23	58
	Жаркое по-домашнему	200	19,80	17,16	24,54	332,26	276
	Кисель из повидла, джема, варенья	180	0,00	0,00	7,18	28,73	383
	Хлеб ржаной	38	2,51	0,46	12,69	66,12	700
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,5	701
ИТОГО ЗА ОБЕД		758	27,56	24,01	76,28	634,16	
ПОЛДНИК	Сдоба обыкновенная	50	4,18	2,18	29,31	156,16	466
	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка, йогурт	180	7,38	2,70	10,62	102,6	401.2
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		230	11,56	4,88	39,93	258,76	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1468	49,93	41,76	169,37	1268,87	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1468	49,93	41,76	169,37	1268,87	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1468	49,93	41,76	169,37	1268,87	

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

М/с (должность)
Т.В.Гаврилова (ФИО)

Заведующий МБДОУ № 14 (должность)
Л.В.Сидоренко (ФИО)



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория: Дети 3-7 лет (летне-осенний)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углево ды		
День 8 среда							
ЗАВТРАК	Каша геркулес	200	6,80	7,08	24,96	191,76	185.3a
	Кофейный напиток с молоком	180	4,16	4,57	15,59	121,37	395
	Бутерброды с маслом	20	1,26	3,10	7,42	62,89	1.1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	12,22	14,75	47,97	376,02	
ЗАВТРАК 2	Флоды и ягоды свежие	80	0,32	0,32	7,84	37,6	368
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		80	0,32	0,32	7,84	37,6	
ОБЕД	Салат из свежих помидоров с луком	60	0,46	2,51	3,01	36,13	14
	Борщ с капустой и картофелем	250	3,68	6,03	16,63	137,65	57
	Суфле из отварного мяса с рисом	70	16,93	15,69	3,37	222,05	279
	Картофель отварной	110	2,25	2,80	18,00	106,49	318
	Компот из свежих плодов	180	0,32	0,32	18,54	80,32	372
	Хлеб ржаной	38	2,51	0,46	12,69	66,12	700
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,5	701
ИТОГО ЗА ОБЕД		738	28,52	28,11	86,73	719,26	
ПОЛДНИК	Рыба, запеченная в сметанном соусе	80	11,46	5,96	2,20	108,98	252
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	0,18	0,18	20,52	90	399.4
	Салат из белокочанной капусты	60	1,07	2,46	5,99	51,05	20
	Хлеб пшеничный	35	2,77	0,35	16,90	82,25	701.1
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		355	15,48	8,95	45,61	332,28	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1573	56,54	52,13	188,15	1465,16	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1573	56,54	52,13	188,15	1465,16	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1573	56,54	52,13	188,15	1465,16	

СОГЛАСОВАНО

М/с (должность)
Т.В.Гаврилова (ФИО)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ № 14 (должность)
Л.В.Сидоренко (ФИО)

Меню приготавливаемых блюд


Возрастная
категория:

Дети 3-7 лет (летне-осенний)


Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углево ды		
День 9 четверг							
ЗАВТРАК	Каша пшенная	200	7,56	7,64	28,94	216,12	185.11a
	Чай с молоком или сливками	180	3,15	3,47	13,34	98,06	
	Бутерброды с маслом	20	1,26	3,10	7,42	62,89	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	11,97	14,21	49,70	377,07	1.1
ЗАВТРАК 2	Фрукты и ягоды свежие	80	0,32	0,32	7,84	37,6	368
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		80	0,32	0,32	7,84	37,6	
ОБЕД	Салат из свежих огурцов	60	0,48	2,46	1,58	30,32	13
	Суп картофельный с крупой	210	2,14	2,52	14,93	91,73	80
	Котлеты, биточки, шницели рубленные	70	14,49	13,64	7,02	208,8	282
	Картофель в молоке	110	2,83	3,64	16,79	111,65	126
	Кисель из сока натурального	180	0,11	0,11	26,68	111,46	382
	Хлеб ржаной	38	2,51	0,46	12,69	66,12	700
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,5	701
	ИТОГО ЗА ОБЕД		698	24,93	23,13	94,18	690,58
ПОЛДНИК	Вареники ленивые (отварные)	160	22,59	16,54	23,33	332,19	230
	Молоко кипяченое	180	5,49	6,05	8,87	113,4	400
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		340	28,08	22,59	32,20	445,59	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1518	65,30	60,25	183,92	1550,84	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1518	65,30	60,25	183,92	1550,84	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1518	65,30	60,25	183,92	1550,84	

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

М/с (должность)
 Т.В.Гаврилова (ФИО)



Заведующий МБДОУ № 14 (должность)
 Т.В.Сидоренко (ФИО)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная
категория:

Дети 3-7 лет (летне- осенний)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углево ды		
День 10 пятница							
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,88	5,44	29,70	192,26	93
	Какао с молоком	180	4,75	5,09	12,71	116,98	397
	Бутерброды с маслом	20	1,26	3,10	7,42	62,89	1.1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	400	11,89	13,63	49,83	372,13	
ЗАВТРАК 2	Плоды и ягоды свежие	80	0,32	0,32	7,84	37,6	368
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		80	0,32	0,32	7,84	37,6	
ОБЕД	Салат из свежих помидоров с луком	60	0,46	2,51	3,01	36,13	14
	Борщ с фасолью и картофелем	250	6,15	5,58	21,15	161,57	63
	Тефтели мясные (2-й вариант)	80	12,04	11,81	4,62	172,93	287
	Картофель, запеченный в сметанном соусе	115	2,75	3,15	16,05	104,28	151
	Компот из сушеных фруктов	180	0,56	0,11	18,13	74,79	376
	Хлеб ржаной	38	2,51	0,46	12,69	66,12	700
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,5	701
	ИТОГО ЗА ОБЕД	753	26,84	23,92	90,14	686,32	
ПОЛДНИК	Пудинг рисовый	150	8,08	10,56	48,47	321	196
	Кофейный напиток с молоком	180	4,16	4,57	15,59	121,37	395
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		330	12,24	15,13	64,06	442,37	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1563	51,29	53,00	211,87	1538,42	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1563	51,29	53,00	211,87	1538,42	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1563	51,29	53,00	211,87	1538,42	