



Меню приготавливаемых блюд
 Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС № 55 г. Челябинска" (Ф)

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества, г. | | | Энергет. ценность (ккал) | № рецептуры |
|---------------------------------------|-------------|----------------------|-----------|------------|--------------------------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1 | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Каша ячневая молочная | 174 | 6,21 | 6,41 | 26,36 | 187,92 | РТ99С/1 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 4,62 | 3,80 | 14,32 | 109,95 | РТ254С/ |
| Батон нарезной с маслом | 36 | 2,30 | 5,22 | 15,50 | 118,16 | КТ387С/ |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 410 | 13 | 15 | 56 | 416 | |
| ОБЕД | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Салат из сол огур с луком | 50 | 0,42 | 3,05 | 1,16 | 33,74 | ТК2С/1 |
| Борщ со сметаной | 180 | 2,14 | 3,88 | 11,15 | 87,89 | РТ27С/1 |
| Гуляш "Обжорка" из свинины | 70 | 9,94 | 24,99 | 4,58 | 282,83 | НРТ152/ |
| Макаронные изделия отварные | 130 | 5,00 | 4,94 | 31,81 | 191,62 | ТК194С/ |
| Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,41 | 0,00 | 9,00 | 37,64 | РТ241С/ |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 17,10 | 87,00 | |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | 660 | 21 | 37 | 75 | 721 | |
| ПОЛДНИК | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Снежок | 180 | 4,86 | 4,50 | 19,44 | 137,70 | |
| Печенье | 30 | 1,92 | 5,04 | 20,55 | 135,24 | |
| Яблоки | 120 | 0,42 | 0,42 | 10,35 | 46,89 | |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 330 | 7 | 10 | 50 | 320 | |
| УЖИН | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Запеканка из творога со сгущ. молоком | 175 | 47,89 | 25,48 | 24,09 | 517,33 | Р117С/1 |
| Сок | 200 | 0,00 | 0,00 | 23,00 | 92,00 | |
| ИТОГО ЗА УЖИН | 375 | 48 | 25 | 47 | 609 | |
| ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ | 1775 | 89 | 88 | 228 | 2066 | |
| НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2 | | | | | | |
| ЗАВТРАК | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Каша манная молочная жидкая | 174 | 6,29 | 6,33 | 27,66 | 192,74 | РТ900С/ |
| Кофейный напиток с молоком | 180 | 4,62 | 3,80 | 14,32 | 109,95 | РТ254С/ |
| Батон с маслом, с сыром | 46 | 4,93 | 7,88 | 15,50 | 152,59 | РТ337С/ |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 400 | 16 | 18 | 57 | 455 | |
| ОБЕД | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Салат из белокачаной капусты | 50 | 0,89 | 2,55 | 2,33 | 35,82 | РТ333С/ |
| Рассольник ленин-ий со смет. | 180 | 2,37 | 6,98 | 15,69 | 134,87 | РТ330С/ |
| Котлеты "Затейники" из свинины | 70 | 9,89 | 21,38 | 7,49 | 261,93 | Р282С/1 |
| Рагу из овощей | 130 | 2,59 | 5,98 | 16,19 | 128,85 | РТ770С/ |
| Компот из свежих яблок | 180 | 0,14 | 0,14 | 12,43 | 51,56 | РТ240С/ |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 17,10 | 87,00 | |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | 660 | 19 | 38 | 71 | 700 | |

Утверждаю:
Руководитель



Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС № 55 г. Челябинска" (Ф

Приложение №8

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества, г. | | | Энергет. ценность (ккал) | № рецептуры |
|-------------------------------|-------------|----------------------|-----------|------------|--------------------------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| ПОЛДНИК | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Сок | 200 | 0,00 | 0,00 | 23,00 | 92,00 | |
| Вафли | 30 | 0,96 | 0,84 | 24,03 | 107,52 | |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 230 | 1 | 1 | 47 | 200 | |
| УЖИН | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Рыба, запеченная в омлете* | 200 | 16,99 | 11,91 | 17,35 | 244,50 | 138/3 |
| Чай с лимоном | 200 | 0,04 | 0,00 | 6,16 | 24,83 | 374/3 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 | |
| ИТОГО ЗА УЖИН | 450 | 21 | 12 | 48 | 387 | |
| ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ | 1740 | 57 | 69 | 224 | 1741 | |
| НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3 | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| ЗАВТРАК | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Каша геркулесовая на молоке | 174 | 6,88 | 7,70 | 25,60 | 199,23 | - |
| Какао с молоком | 200 | 5,16 | 4,18 | 15,96 | 122,07 | PT248C/ |
| Батон нарезной с маслом | 36 | 2,30 | 5,22 | 15,50 | 118,16 | KT387C/ |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 410 | 14 | 17 | 57 | 439 | |
| ОБЕД | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Салат из свеклы с чесноком | 50 | 0,68 | 3,05 | 3,60 | 44,54 | PT335C/ |
| Суп овощной со сметаной | 180 | 2,45 | 3,37 | 11,93 | 87,76 | P397C/1 |
| Шницель куриный | 70 | 13,58 | 15,67 | 14,34 | 252,67 | 178/3 |
| Каша гречневая с маслом | 130 | 5,21 | 4,61 | 25,52 | 164,43 | PT186C/ |
| Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,41 | 0,00 | 9,00 | 37,64 | PT241C/ |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 17,10 | 87,00 | |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | 660 | 26 | 27 | 81 | 674 | |
| ПОЛДНИК | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Ватрушка с повидлом | 70 | 4,52 | 2,20 | 44,04 | 214,12 | 289/3 |
| Кефир | 180 | 5,22 | 5,76 | 7,20 | 101,52 | |
| Яблоки | 120 | 0,42 | 0,42 | 10,35 | 46,89 | |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 370 | 10 | 8 | 62 | 363 | |
| УЖИН | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Сырники из творога запеченные | 150 | 34,76 | 12,67 | 47,97 | 444,88 | PT130/1 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,00 | 0,00 | 6,01 | 24,02 | 263/3 |
| ИТОГО ЗА УЖИН | 350 | 35 | 13 | 54 | 469 | |
| ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ | 1790 | 85 | 65 | 254 | 1945 | |
| НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4 | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| ЗАВТРАК | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Каша кукуруз мол жидкая* | 174 | 5,88 | 6,45 | 27,90 | 193,18 | PT91C/1 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 5,13 | 4,24 | 16,25 | 123,60 | PT254C/ |

Меню приготавливаемых блюд
 Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС № 55 г. Челябинска" (Ф

Приложение №8
 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20



| | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества, г. | | | Энергет. ценность (ккал) | № рецептуры |
|---------|--|-------------|----------------------|-----------|------------|--------------------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| | Батон с маслом, с сыром | 46 | 4,93 | 7,88 | 15,50 | 152,59 | РТ337С/ |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 420 | 16 | 19 | 60 | 469 | |
| ОБЕД | | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Салат "Пикантный" | 50 | 2,86 | 5,35 | 1,26 | 64,52 | Н112*/3 |
| | Свекольник со сметаной | 180 | 2,16 | 2,91 | 13,17 | 87,33 | РТ341С/ |
| | Рагу овощное с мясом | 170 | 9,61 | 20,66 | 20,15 | 304,77 | С101/1 |
| | Компот из замороженных ягод | 180 | 0,14 | 0,05 | 10,71 | 43,90 | ТК492С/ |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 17,10 | 87,00 | |
| | ИТОГО ЗА ОБЕД | 630 | 18 | 30 | 62 | 588 | |
| ПОЛДНИК | | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Шанежка, наливная с яйцом | 70 | 6,95 | 3,20 | 37,26 | 205,64 | 295*/3 |
| | Йогурт питьевой | 180 | 9,00 | 5,76 | 15,30 | 149,04 | |
| | Яблоки | 120 | 0,42 | 0,42 | 10,35 | 46,89 | |
| | ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 370 | 16 | 9 | 63 | 402 | |
| УЖИН | | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Суфле "Золотая рыбка" | 70 | 14,46 | 3,04 | 16,94 | 152,97 | РТ359С/ |
| | Пюре морковное | 130 | 1,86 | 1,77 | 10,75 | 66,34 | РТ213С/ |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,07 | 0,01 | 11,24 | 45,30 | РТ374С/ |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 | |
| | ИТОГО ЗА УЖИН | 450 | 20 | 5 | 64 | 382 | |
| | ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ | 1870 | 71 | 63 | 248 | 1840 | |
| | НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5 | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| ЗАВТРАК | | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Каша пшеничная молочная жидкая | 174 | 6,68 | 6,48 | 27,13 | 193,51 | РТ910С/ |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 4,62 | 3,80 | 14,32 | 109,95 | РТ254С/ |
| | Батон нарезной с маслом | 36 | 2,30 | 5,22 | 15,50 | 118,16 | КТ387С/ |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 390 | 14 | 16 | 57 | 422 | |
| ОБЕД | | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Суп полевой со сметаной* | 180 | 2,40 | 4,61 | 15,85 | 114,38 | РТ37С/1 |
| | Голубцы ленивые "Как у бабушки" с том: | 200 | 13,91 | 28,70 | 17,10 | 382,26 | ТК314С* |
| | Компот из яблок с лимоном | 180 | 0,29 | 0,21 | 14,10 | 59,42 | 242/3 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 17,10 | 87,00 | |
| | ИТОГО ЗА ОБЕД | 610 | 20 | 34 | 64 | 643 | |
| ПОЛДНИК | | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Сок | 200 | 0,00 | 0,00 | 23,00 | 92,00 | |
| | Печенье | 30 | 1,92 | 5,04 | 20,55 | 135,24 | |
| | ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 230 | 2 | 5 | 44 | 227 | |
| УЖИН | | | 0 | 0 | 0 | 0 | |

Утверждаю:
Руководитель



Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС № 55 г. Челябинска" (Ф

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества, г. | | | Энергет. ценность (ккал) | № рецептуры |
|-------------------------------------|-------------|----------------------|-----------|------------|--------------------------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Макароны запеченные с яйцом и сыром | 150 | 21,24 | 17,39 | 30,37 | 362,89 | РТ356С/ |
| Чай с сахаром | 200 | 0,00 | 0,00 | 6,01 | 24,02 | 263/3 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 | |
| ИТОГО ЗА УЖИН | 400 | 25 | 18 | 61 | 504 | |
| ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ | 1630 | 60 | 72 | 226 | 1796 | |
| НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1 | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| ЗАВТРАК | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Каша геркулесовая на молоке | 174 | 6,88 | 7,70 | 25,60 | 199,23 | - |
| Какао с молоком | 200 | 5,16 | 4,18 | 15,96 | 122,07 | РТ248С/ |
| Батон с маслом, с сыром | 46 | 4,93 | 7,88 | 15,50 | 152,59 | РТ337С/ |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 420 | 17 | 20 | 57 | 474 | |
| ОБЕД | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Салат из моркови | 50 | 0,56 | 4,04 | 4,95 | 58,35 | РТ1С/1 |
| Суп Гороховый | 180 | 4,75 | 3,48 | 18,07 | 122,51 | T255С/1 |
| Котлеты "Затейники" из свинины | 70 | 9,89 | 21,38 | 7,49 | 261,93 | P282С/1 |
| Капуста тушеная | 130 | 2,69 | 5,06 | 7,80 | 87,45 | РТ200С/ |
| Компот из яблок с лимоном | 180 | 0,26 | 0,19 | 13,55 | 56,88 | 242/3 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 17,10 | 87,00 | |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | 660 | 21 | 35 | 69 | 674 | |
| ПОЛДНИК | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Вафли | 30 | 0,96 | 0,84 | 24,03 | 107,52 | |
| Ряженка | 180 | 5,22 | 4,50 | 7,56 | 91,62 | |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 210 | 6 | 5 | 32 | 199 | |
| УЖИН | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Пудинг из моркови и яблок* | 250 | 6,64 | 7,80 | 39,30 | 253,90 | 75/1 |
| Сок | 200 | 0,00 | 0,00 | 23,00 | 92,00 | |
| ИТОГО ЗА УЖИН | 450 | 7 | 8 | 62 | 346 | |
| ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ | 1740 | 51 | 68 | 220 | 1693 | |
| НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2 | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| ЗАВТРАК | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Каша рисовая молочная | 174 | 5,55 | 6,40 | 28,65 | 194,43 | С21/1 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 5,13 | 4,24 | 16,25 | 123,60 | РТ254С/ |
| Батон нарезной с маслом | 36 | 2,30 | 5,22 | 15,50 | 118,16 | КТ387С/ |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 410 | 13 | 16 | 60 | 436 | |
| ОБЕД | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Щи с капустой и карто со смет | 180 | 1,98 | 3,89 | 10,99 | 86,82 | РТ56С/1 |
| Шницель куриный | 70 | 13,58 | 15,67 | 14,34 | 252,67 | 178/3 |
| Картофельное пюре | 130 | 3,07 | 4,66 | 21,79 | 141,33 | КТ206С/ |

Утверждаю:
Руководитель



Менюготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС № 55 г. Челябинска" (Ф

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества, г. | | | Энергет. ценность (ккал) | № рецептуры |
|------------------------------------|-------------|----------------------|-----------|------------|--------------------------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,41 | 0,00 | 9,00 | 37,64 | РТ241С/ |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 17,10 | 87,00 | |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | 610 | 22 | 25 | 73 | 605 | |
| ПОЛДНИК | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Снежок | 180 | 4,86 | 4,50 | 19,44 | 137,70 | |
| Печенье | 30 | 1,92 | 5,04 | 20,55 | 135,24 | |
| Яблоки | 120 | 0,42 | 0,42 | 10,35 | 46,89 | |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 330 | 7 | 10 | 50 | 320 | |
| УЖИН | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Винегрет овощной | 60 | 1,01 | 3,13 | 5,86 | 55,65 | ТК1С/1 |
| Рыба, запеченная в омлете* | 200 | 16,99 | 11,91 | 17,35 | 244,50 | 138/3 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,00 | 0,00 | 6,01 | 24,02 | 263/3 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 | |
| ИТОГО ЗА УЖИН | 510 | 22 | 15 | 54 | 441 | |
| ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ | 1860 | 64 | 66 | 238 | 1803 | |
| НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3 | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| ЗАВТРАК | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Суп молочный с макароннами | 180 | 5,64 | 5,85 | 20,07 | 155,42 | РТ440С/ |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 5,13 | 4,24 | 16,25 | 123,60 | РТ254С/ |
| Батон нарезной с маслом | 36 | 2,30 | 5,22 | 15,50 | 118,16 | КТ387С/ |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 416 | 13 | 15 | 52 | 397 | |
| ОБЕД | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Огурец соленый порционный | 50 | 0,40 | 0,05 | 0,86 | 5,49 | РТ330С/ |
| Борщ "Сибирский" | 180 | 1,30 | 3,17 | 9,34 | 70,96 | НРТ13С/ |
| Плов "Восторг" из отварной свинины | 200 | 14,91 | 34,24 | 31,89 | 495,33 | Т1631С/ |
| Компот из замороженных ягод | 180 | 0,14 | 0,05 | 10,71 | 43,90 | ТК492С/ |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 17,10 | 87,00 | |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | 660 | 20 | 38 | 70 | 703 | |
| ПОЛДНИК | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Шанежка, наливная с яйцом | 70 | 6,88 | 3,05 | 34,24 | 191,91 | 295*/3 |
| Сок | 200 | 0,00 | 0,00 | 23,00 | 92,00 | |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 270 | 7 | 3 | 57 | 284 | |
| УЖИН | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Пудинг из творога с повидлом * | 250 | 37,38 | 17,97 | 54,20 | 527,96 | 128*/3 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,00 | 0,00 | 6,01 | 24,02 | 263/3 |
| ИТОГО ЗА УЖИН | 450 | 37 | 18 | 60 | 552 | |
| ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ | 1796 | 77 | 74 | 239 | 1936 | |
| НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4 | | 0 | 0 | 0 | 0 | |

Утверждаю:
Руководитель



Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС № 55 г. Челябинска" (Ф)

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества, г. | | | Энергет. ценность (ккал) | № рецептуры |
|----------------|-----------------------------|-------------|----------------------|-----------|------------|--------------------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| | Каша "Дружба" | 174 | 6,13 | 5,25 | 26,66 | 178,35 | РТ84С/1 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 5,13 | 4,24 | 16,25 | 123,60 | РТ254С/ |
| | Батон с маслом, с сыром | 46 | 4,93 | 7,88 | 15,50 | 152,59 | РТ337С/ |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 420 | 16 | 17 | 58 | 455 | |
| ОБЕД | | | | | | | |
| | Салат витаминный | 50 | 0,60 | 3,08 | 3,84 | 45,51 | РТ2С/1 |
| | Бульон из кур * | 180 | 0,04 | 0,00 | 0,23 | 1,15 | 28/3 |
| | Гренки из пшеничного хлеба | 25 | 1,90 | 0,20 | 12,30 | 58,60 | 58/3 |
| | Биточки "Золотой гребешок" | 70 | 1,57 | 2,46 | 8,26 | 61,36 | ТК323С/ |
| | Рагу из овощей | 130 | 2,59 | 5,98 | 16,19 | 128,85 | РТ770С/ |
| | Компот из свежих яблок | 180 | 0,14 | 0,14 | 12,43 | 51,56 | РТ240С/ |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1,65 | 0,30 | 8,55 | 43,50 | |
| | ИТОГО ЗА ОБЕД | 660 | 8 | 12 | 62 | 391 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | |
| | Йогурт питьевой | 180 | 9,00 | 5,76 | 15,30 | 149,04 | |
| | Вафли | 30 | 0,96 | 0,84 | 24,03 | 107,52 | |
| | Яблоки | 120 | 0,42 | 0,42 | 10,35 | 46,89 | |
| | ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 330 | 10 | 7 | 50 | 303 | |
| УЖИН | | | | | | | |
| | Котлеты рыбные | 70 | 11,41 | 2,88 | 18,96 | 147,39 | 134/3 |
| | Пюре морковное | 150 | 2,13 | 2,04 | 12,38 | 76,36 | РТ213С/ |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,07 | 0,01 | 11,24 | 45,30 | РТ374С/ |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 | |
| | ИТОГО ЗА УЖИН | 470 | 17 | 5 | 67 | 386 | |
| | ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ | 1880 | 52 | 42 | 237 | 1535 | |
| | НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5 | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| | Пудинг из творога | 200 | 31,27 | 15,10 | 28,87 | 376,40 | 128*/3 |
| | Какао с молоком | 200 | 5,16 | 4,18 | 15,96 | 122,07 | РТ248С/ |
| | Батон нарезной с маслом | 36 | 2,30 | 5,22 | 15,50 | 118,16 | КТ387С/ |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 436 | 39 | 25 | 60 | 617 | |
| ОБЕД | | | | | | | |
| | Салат из свеклы с чесноком | 50 | 0,68 | 3,05 | 3,60 | 44,54 | РТ335С/ |
| | Суп картофельный с клецками | 180 | 8,89 | 7,72 | 20,80 | 188,21 | РТ370/2 |
| | Бефстроганов из свинины | 70 | 11,11 | 26,52 | 1,04 | 287,28 | 198/3 |
| | Картофельное пюре | 130 | 3,07 | 4,66 | 21,79 | 141,33 | КТ206С/ |
| | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,41 | 0,00 | 9,00 | 37,64 | РТ241С/ |

Утверждаю
Руководитель



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС № 55 г. Челябинска" (Ф

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества, г. | | | Энергет. ценность (ккал) | № рецептуры |
|------------|-------------------------------|-------------|----------------------|-----------|------------|--------------------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 17,10 | 87,00 | |
| | ИТОГО ЗА ОБЕД | 660 | 27 | 43 | 73 | 786 | |
| ПОЛДНИК | | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Ватрушка с повидлом | 70 | 4,52 | 1,84 | 44,03 | 210,82 | 289/3 |
| | Кефир | 180 | 5,22 | 5,76 | 7,20 | 101,52 | |
| | Яблоки | 120 | 0,42 | 0,42 | 10,35 | 46,89 | |
| | ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 370 | 10 | 8 | 62 | 359 | |
| УЖИН | | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Каша манная молочная жидкая | 174 | 6,29 | 6,33 | 27,66 | 192,74 | PT900C/ |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,00 | 0,00 | 5,01 | 20,03 | 263/3 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 | |
| | ИТОГО ЗА УЖИН | 424 | 10 | 7 | 57 | 330 | |
| | ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ | 1890 | 86 | 82 | 253 | 2092 | |
| | НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 1 | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| ЗАВТРАК | | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Суп молочный с крупой* | 170 | 4,73 | 4,37 | 14,91 | 117,74 | PT43/2 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 5,13 | 4,24 | 16,25 | 123,60 | PT254C/ |
| | Батон нарезной с маслом | 36 | 2,30 | 5,22 | 15,50 | 118,16 | KT387C/ |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 406 | 12 | 14 | 47 | 360 | |
| ОБЕД | | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Свекольник со сметаной | 180 | 2,16 | 2,91 | 13,17 | 87,33 | PT341C/ |
| | Бигус с отварным мясом | 200 | 12,37 | 25,08 | 12,01 | 323,13 | PT402C/ |
| | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,41 | 0,00 | 9,00 | 37,64 | PT241C/ |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 17,10 | 87,00 | |
| | ИТОГО ЗА ОБЕД | 610 | 18 | 29 | 51 | 535 | |
| ПОЛДНИК | | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Сок | 200 | 0,00 | 0,00 | 23,00 | 92,00 | |
| | Печенье | 30 | 1,92 | 5,04 | 20,55 | 135,24 | |
| | ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 230 | 2 | 5 | 44 | 227 | |
| УЖИН | | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Лапшевник с творогом и соусом | 150 | 15,58 | 6,70 | 33,40 | 256,04 | T125/2 |
| | Соус молочный сладкий | 50 | 2,00 | 4,21 | 10,92 | 89,53 | 291/3 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,00 | 0,00 | 8,00 | 32,02 | PT263C/ |
| | ИТОГО ЗА УЖИН | 400 | 18 | 11 | 52 | 378 | |
| | ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ | 1646 | 50 | 58 | 194 | 1499 | |
| | НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 2 | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| ЗАВТРАК | | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Каша кукуруз мол жидкая* | 174 | 5,88 | 6,45 | 27,90 | 193,18 | PT91C/1 |

Утверждаю:
Руководитель



Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС № 55 г. Челябинска" (Ф

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества, г. | | | Энергет. ценность (ккал) | № рецептуры |
|----------------------------------|-------------|----------------------|-----------|------------|--------------------------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 5,13 | 4,24 | 16,25 | 123,60 | РТ254С/ |
| Батон с маслом, с сыром | 46 | 4,93 | 7,88 | 15,50 | 152,59 | РТ337С/ |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 420 | 16 | 19 | 60 | 469 | |
| ОБЕД | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Салат из белок капусты с моркови | 50 | 0,80 | 3,05 | 3,29 | 43,74 | ТК4С/1 |
| Суп рисовый | 180 | 1,89 | 4,63 | 14,66 | 107,77 | 63/3 |
| Азу по-татарски со свининой | 170 | 11,22 | 25,44 | 18,25 | 346,77 | 362/3 |
| Компот из свежих яблок | 180 | 0,14 | 0,14 | 12,43 | 51,56 | РТ240С/ |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 17,10 | 87,00 | |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | 630 | 17 | 34 | 66 | 637 | |
| ПОЛДНИК | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Шанежка, наливная с яйцом | 70 | 6,41 | 2,66 | 34,97 | 189,59 | НРТ295/ |
| Снежок | 180 | 4,86 | 4,50 | 19,44 | 137,70 | |
| Яблоки | 120 | 0,42 | 0,42 | 10,35 | 46,89 | |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 370 | 12 | 8 | 65 | 374 | |
| УЖИН | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Котлеты рыбные | 70 | 11,41 | 2,88 | 18,96 | 147,39 | 134/3 |
| Овощи тушеные | 150 | 2,31 | 3,37 | 9,12 | 75,97 | РТ394С/ |
| Чай с лимоном | 200 | 0,07 | 0,01 | 11,24 | 45,30 | РТ374С/ |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 | |
| ИТОГО ЗА УЖИН | 470 | 18 | 7 | 64 | 386 | |
| ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ | 1890 | 63 | 67 | 254 | 1866 | |
| НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 3 | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| ЗАВТРАК | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Каша пшеничная молочная жидкая | 174 | 6,68 | 6,48 | 27,13 | 193,51 | РТ910С/ |
| Какао с молоком | 200 | 5,16 | 4,18 | 15,96 | 122,07 | РТ248С/ |
| Батон нарезной с маслом | 36 | 2,30 | 5,22 | 15,50 | 118,16 | КТ387С/ |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 410 | 14 | 16 | 59 | 434 | |
| ОБЕД | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Салат из сол огур с луком | 50 | 0,42 | 3,05 | 1,16 | 33,74 | ТК2С/1 |
| Щи по-уральски с геркулесом | 180 | 1,75 | 2,58 | 8,77 | 65,24 | 78*/3 |
| Фрикадельки мясные в соусе. | 80 | 13,29 | 30,67 | 9,52 | 367,31 | НРТ305/ |
| Макаронные изделия отварные | 130 | 5,00 | 4,94 | 31,81 | 191,62 | ТК194С/ |
| Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,41 | 0,00 | 9,00 | 37,64 | РТ241С/ |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 17,10 | 87,00 | |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | 670 | 24 | 42 | 77 | 783 | |
| ПОЛДНИК | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Ряженка | 180 | 5,22 | 4,50 | 7,56 | 91,62 | |

Утверждаю:
Руководитель



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС № 55 г. Челябинска" (Ф

Приложение №8

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества, г. | | | Энергет. ценность (ккал) | № рецептуры |
|--------------------------------------|-------------|----------------------|-----------|------------|--------------------------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Вафли | 30 | 0,96 | 0,84 | 24,03 | 107,52 | |
| Яблоки | 120 | 0,42 | 0,42 | 10,35 | 46,89 | |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 330 | 7 | 6 | 42 | 246 | |
| УЖИН | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Картофель, запеченный с яйцом | 200 | 8,62 | 11,91 | 29,66 | 260,22 | РТ384/2 |
| Сок | 200 | 0,00 | 0,00 | 23,00 | 92,00 | |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 | |
| ИТОГО ЗА УЖИН | 450 | 12 | 12 | 77 | 469 | |
| ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ | 1860 | 57 | 76 | 255 | 1932 | |
| НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 4 | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| ЗАВТРАК | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Каша ячневая молочная | 174 | 6,21 | 6,41 | 26,36 | 187,92 | РТ99С/1 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 5,13 | 4,24 | 16,25 | 123,60 | РТ254С/ |
| Батон с маслом, с сыром | 46 | 4,93 | 7,88 | 15,50 | 152,59 | РТ337С/ |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 420 | 16 | 19 | 58 | 464 | |
| ОБЕД | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Салат из свеклы с чесноком | 50 | 0,68 | 3,05 | 3,60 | 44,54 | РТ335С/ |
| Суп -лапша домашняя | 180 | 2,92 | 4,24 | 18,33 | 123,19 | 47/3 |
| Тефтели "Шалунишки" в томатном соусе | 80 | 9,59 | 22,27 | 5,14 | 259,29 | РТ174С/ |
| Каша перловая рассыпчатая | 130 | 4,22 | 3,40 | 30,16 | 168,06 | НРТ179/ |
| Компот из замороженных ягод | 180 | 0,14 | 0,05 | 10,71 | 43,90 | ТК492С/ |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 17,10 | 87,00 | |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | 670 | 21 | 34 | 85 | 726 | |
| ПОЛДНИК | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Печенье | 30 | 1,92 | 5,04 | 20,55 | 135,24 | |
| Кефир | 180 | 5,22 | 5,76 | 7,20 | 101,52 | |
| Яблоки | 120 | 0,42 | 0,42 | 10,35 | 46,89 | |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 330 | 8 | 11 | 38 | 284 | |
| УЖИН | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Суфле "Золотая рыбка" | 70 | 14,46 | 3,04 | 16,94 | 152,97 | РТ359С/ |
| Капуста тушеная | 150 | 3,11 | 5,82 | 9,01 | 100,81 | РТ200С/ |
| Чай с лимоном | 200 | 0,07 | 0,01 | 11,24 | 45,30 | РТ374С/ |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 | |
| ИТОГО ЗА УЖИН | 470 | 21 | 9 | 62 | 416 | |
| ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ | 1890 | 66 | 73 | 243 | 1890 | |
| НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 5 | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| ЗАВТРАК | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Каша пшённая молочная вязкая | 174 | 6,68 | 6,98 | 26,78 | 196,61 | Т340С/1 |

Утверждаю:
Руководитель

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС № 55 г. Челябинска" (Ф

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества, г. | | | Энергет. ценность (ккал) | № рецептуры |
|----------------|------------------------------------|-------------|----------------------|-----------|------------|--------------------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 5,13 | 4,24 | 16,25 | 123,60 | РТ254С/ |
| | Батон нарезной с маслом | 36 | 2,30 | 5,22 | 15,50 | 118,16 | КТ387С/ |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 410 | 14 | 16 | 59 | 438 | |
| ОБЕД | | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Салат из моркови | 50 | 0,56 | 4,04 | 4,95 | 58,35 | РТ1С/1 |
| | Суп Гороховый | 180 | 4,75 | 3,48 | 18,07 | 122,51 | Т255С/1 |
| | Бефстроганов из свинины | 70 | 11,11 | 26,52 | 1,04 | 287,28 | 198/3 |
| | Картофельное пюре | 130 | 3,07 | 4,66 | 21,79 | 141,33 | КТ206С/ |
| | Компот из яблок с лимоном | 180 | 0,29 | 0,21 | 25,08 | 103,33 | 242/3 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 17,10 | 87,00 | |
| | ИТОГО ЗА ОБЕД | 660 | 23 | 40 | 88 | 800 | |
| ПОЛДНИК | | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Сок | 200 | 0,00 | 0,00 | 23,00 | 92,00 | |
| | Булочка "Российская" | 60 | 4,73 | 6,34 | 33,69 | 210,77 | РТ276/2 |
| | ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 260 | 5 | 6 | 57 | 303 | |
| УЖИН | | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Суп молочный с макароннами | 180 | 5,64 | 5,85 | 20,07 | 155,42 | РТ440С/ |
| | Яйцо куриное | 1 | 5,08 | 4,60 | 0,28 | 62,84 | |
| | Чай с сахаром | 200 | 0,00 | 0,00 | 8,00 | 32,02 | РТ263С/ |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 | |
| | ИТОГО ЗА УЖИН | 431 | 15 | 11 | 53 | 367 | |
| | ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ | 1761 | 56 | 73 | 256 | 1908 | |
| | НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 1 | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| ЗАВТРАК | | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Каша манная молочная жидкая | 174 | 6,29 | 6,33 | 27,66 | 192,74 | РТ900С/ |
| | Какао с молоком | 200 | 5,16 | 4,18 | 15,96 | 122,07 | РТ248С/ |
| | Батон с маслом, с сыром | 46 | 4,93 | 7,88 | 15,50 | 152,59 | РТ337С/ |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 420 | 16 | 18 | 59 | 467 | |
| ОБЕД | | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Салат "Пикантный" | 50 | 2,80 | 5,33 | 1,05 | 63,38 | РТ1/2 |
| | Борщ со сметаной | 180 | 2,14 | 3,88 | 11,15 | 87,89 | РТ27С/1 |
| | Тефтели из свинины с рисом (ежики) | 130 | 10,43 | 19,45 | 28,71 | 331,69 | 174/3 |
| | Соус сметанный | 20 | 0,24 | 1,49 | 0,90 | 17,94 | 226/3 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,41 | 0,00 | 9,00 | 37,64 | РТ241С/ |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 17,10 | 87,00 | |
| | ИТОГО ЗА ОБЕД | 610 | 19 | 31 | 68 | 626 | |
| ПОЛДНИК | | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Ряженка | 180 | 5,22 | 4,50 | 7,56 | 91,62 | |



Менюготавливаемых блюд
 Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС № 55 г. Челябинска" (Ф)

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества, г. | | | Энергет. ценность (ккал) | № рецептуры |
|----------------------------------|-------------|----------------------|-----------|------------|--------------------------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Печенье | 30 | 1,92 | 5,04 | 20,55 | 135,24 | |
| Яблоки | 120 | 0,42 | 0,42 | 10,35 | 46,89 | |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 330 | 8 | 10 | 38 | 274 | |
| УЖИН | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Рагу из овощей | 200 | 2,59 | 5,98 | 16,19 | 128,85 | PT770C/ |
| Яйцо отварное | 1 | 5,08 | 4,60 | 0,28 | 62,84 | 327/3 |
| Сок | 200 | 0,00 | 0,00 | 23,00 | 92,00 | |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 | |
| ИТОГО ЗА УЖИН | 451 | 11 | 11 | 64 | 401 | |
| ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ | 1811 | 55 | 70 | 230 | 1768 | |
| НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 2 | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| ЗАВТРАК | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Каша геркулесовая на молоке | 174 | 6,88 | 7,70 | 25,60 | 199,23 | - |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 5,13 | 4,24 | 16,25 | 123,60 | PT254C/ |
| Батон нарезной с маслом | 36 | 2,30 | 5,22 | 15,50 | 118,16 | KT387C/ |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 410 | 14 | 17 | 57 | 441 | |
| ОБЕД | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Салат из свеклы и яблок | 50 | 0,61 | 3,09 | 5,05 | 50,48 | PT326/2 |
| Суп картофель с зел горош и смет | 180 | 2,31 | 3,38 | 11,96 | 87,42 | PT360/2 |
| Биточки "Гусарики" из свинины | 70 | 9,83 | 21,90 | 6,63 | 262,92 | PT161C/ |
| Макаронные изделия отварные | 130 | 5,00 | 4,94 | 31,81 | 191,62 | TK194C/ |
| Соус томатный | 20 | 0,52 | 1,11 | 3,26 | 25,06 | 228/3 |
| Компот из свежих яблок | 180 | 0,14 | 0,14 | 12,43 | 51,56 | PT240C/ |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 17,10 | 87,00 | |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | 680 | 22 | 35 | 88 | 756 | |
| ПОЛДНИК | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Кефир | 180 | 5,22 | 5,76 | 7,20 | 101,52 | |
| Вафли | 30 | 0,96 | 0,84 | 24,03 | 107,52 | |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 210 | 6 | 7 | 31 | 209 | |
| УЖИН | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Рыба, запеченая в омлете* | 200 | 16,99 | 11,91 | 17,35 | 244,50 | 138/3 |
| Чай с лимоном | 200 | 0,07 | 0,01 | 11,24 | 45,30 | PT374C/ |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 | |
| ИТОГО ЗА УЖИН | 450 | 21 | 12 | 53 | 407 | |
| ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ | 1750 | 63 | 71 | 230 | 1813 | |
| НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 3 | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| ЗАВТРАК | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Лакомка из творога | 150 | 27,65 | 11,92 | 27,66 | 328,45 | PT345/2 |

Утверждаю
Руководитель



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС № 55 г. Челябинска" (Ф

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества, г. | | | Энергет. ценность (ккал) | № рецептуры |
|--------------------------------------|-------------|----------------------|-----------|------------|--------------------------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 5,13 | 4,24 | 16,25 | 123,60 | РТ254С/ |
| Батон нарезной с маслом | 36 | 2,30 | 5,22 | 15,50 | 118,16 | КТ387С/ |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 386 | 35 | 21 | 59 | 570 | |
| ОБЕД | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Салат из сол огур с луком | 50 | 0,42 | 3,05 | 1,16 | 33,74 | ТК2С/1 |
| Щи с капустой и карто со смет | 180 | 1,98 | 3,89 | 10,99 | 86,82 | РТ56С/1 |
| Азу по-татарски из мясо птицы | 150 | 3,04 | 4,20 | 24,34 | 147,15 | 362/3 |
| Компот из замороженных ягод | 180 | 0,14 | 0,05 | 10,71 | 43,90 | ТК492С/ |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 17,10 | 87,00 | |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | 610 | 9 | 12 | 64 | 399 | |
| ПОЛДНИК | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Булочка "Дорожная" | 70 | 11,85 | 12,77 | 32,15 | 290,95 | РТ275С/ |
| Снежок | 180 | 4,86 | 4,50 | 19,44 | 137,70 | |
| Яблоки | 120 | 0,42 | 0,42 | 10,35 | 46,89 | |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 370 | 17 | 18 | 62 | 476 | |
| УЖИН | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Морковная запеканка | 225 | 8,95 | 9,51 | 50,87 | 324,73 | Т69/2 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,00 | 0,00 | 8,00 | 32,02 | РТ263С/ |
| ИТОГО ЗА УЖИН | 425 | 9 | 10 | 59 | 357 | |
| ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ | 1791 | 70 | 60 | 245 | 1801 | |
| НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 4 | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| ЗАВТРАК | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Каша рисовая молочная | 174 | 5,55 | 6,40 | 28,65 | 194,43 | С21/1 |
| Какао с молоком | 200 | 5,16 | 4,18 | 15,96 | 122,07 | РТ248С/ |
| Батон нарезной с маслом | 36 | 2,30 | 5,22 | 15,50 | 118,16 | КТ387С/ |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 410 | 13 | 16 | 60 | 435 | |
| ОБЕД | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Салат из капусты с зеленым горошкм | 50 | 1,12 | 2,26 | 2,59 | 35,19 | ТК417С/ |
| Суп полевой со сметаной* | 180 | 2,40 | 4,61 | 15,85 | 114,38 | РТ37С/1 |
| Тефтели (Ёжики) рыбные в томатном со | 70 | 17,85 | 9,38 | 18,77 | 230,82 | - |
| Картофельное пюре | 130 | 3,07 | 4,66 | 21,79 | 141,33 | КТ206С/ |
| Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,41 | 0,00 | 9,00 | 37,64 | РТ241С/ |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 17,10 | 87,00 | |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | 660 | 28 | 22 | 85 | 646 | |
| ПОЛДНИК | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Булочка "Нежная" | 70 | 4,37 | 8,55 | 34,16 | 230,97 | НРТ27/2 |
| Сок | 200 | 0,00 | 0,00 | 23,00 | 92,00 | |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 270 | 4 | 9 | 57 | 323 | |

Утверждаю:
Руководитель

Прием
пищи

Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС № 55 г. Челябинска" (Ф

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

| Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества, г. | | | Энергет. ценность (ккал) | № рецептуры |
|---|--------------|----------------------|-------------|-------------|--------------------------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| УЖИН | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Рагу овощное с мясом | 170 | 9,61 | 20,66 | 20,15 | 304,77 | С101/1 |
| Чай с лимоном | 200 | 0,07 | 0,01 | 11,24 | 45,30 | РТ374С/ |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 | |
| ИТОГО ЗА УЖИН | 420 | 13 | 21 | 56 | 467 | |
| ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ | 1760 | 59 | 67 | 258 | 1871 | |
| НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 5 | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| ЗАВТРАК | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Запеканка из творога | 150 | 46,44 | 28,06 | 12,57 | 488,60 | Р117С/1 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 5,13 | 4,24 | 16,25 | 123,60 | РТ254С/ |
| Батон с маслом, с сыром | 46 | 4,93 | 7,88 | 15,50 | 152,59 | РТ337С/ |
| ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 396 | 57 | 40 | 44 | 765 | |
| ОБЕД | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Свекольник со сметаной | 180 | 2,16 | 2,91 | 13,17 | 87,33 | РТ341С/ |
| Бефстроганов из свинины | 70 | 11,11 | 26,52 | 1,04 | 287,28 | 198/3 |
| Макаронные изделия отварные | 130 | 5,00 | 4,94 | 31,81 | 191,62 | ТК194С/ |
| Компот из яблок с лимоном | 180 | 0,29 | 0,21 | 14,10 | 59,42 | 242/3 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 17,10 | 87,00 | |
| ИТОГО ЗА ОБЕД | 610 | 22 | 35 | 77 | 713 | |
| ПОЛДНИК | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Йогурт питьевой | 180 | 9,00 | 5,76 | 15,30 | 149,04 | |
| Печенье | 30 | 1,92 | 5,04 | 20,55 | 135,24 | |
| Яблоки | 120 | 0,42 | 0,42 | 10,35 | 46,89 | |
| ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 330 | 11 | 11 | 46 | 331 | |
| УЖИН | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Суп молочный с крупой* | 200 | 5,54 | 5,15 | 17,48 | 138,35 | РТ43/2 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,00 | 0,00 | 8,00 | 32,02 | РТ263С/ |
| Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 | |
| ИТОГО ЗА УЖИН | 450 | 9 | 6 | 50 | 288 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ | 1786 | 99 | 92 | 218 | 2096 | |
| | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД | 35916 | 1332 | 1397 | 4749 | 36892 | |
| | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД | 1796 | 67 | 70 | 237 | 1845 | |
| | | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| Содержание БЖУ в % от калорийности | | 14 | 34 | 52 | 0 | |

Перечень технологических сборников, используемых при составлении данного меню:

- 1 Разработано Детский сад № 378 г. Челябинск. Технолог Старцева О.Ю.
- 2 Учреждением Российской Академии Медицинских Наук Научно-Исследовательский Институт питания РАМН В.А. Тутельян. Составитель Федоренко О.В.

- 3 Министерство образования и науки Челябинской области "Организация питания детей в дошкольном образовательном учреждении" 2005г. под редакцией В.В. Садырина, составитель Г.Н. Панкратова;