Утверждаю Заведующий муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения центр развития ребенка - детский сад № 6 муниципального образования Щербиновский район станица Старощербиновская _______ С.А. Сюсюкало «_____ » ______ 20___ г.

Примерное десятидневное меню для детей, посещающих муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение центр развития ребенка - детский сад № 6 муниципального образования Щербиновский район станица Старощербиновская

Разработано на основе

- санитарно-эпидемиологических правил и норм САНПИН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»
- Сборника технических нормативов Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. М.: ДеЛи принт, 2014.-584 с.
- Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 год
- Сборника технических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений, в2-х частях-под ред. доц. Коровка Л.С., доц. Добросердова И.И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004г.
- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений, части 1 и 2, Пермь 2001 г.

Примерное 10-дневное меню для детей от 1,5 до 3-х лет и от 3-х до 7 лет

Название блюд	(L) H	порций НЕТТО	Название блюд	(г) і	порций нетто	
ДЕНЬ 1		враст	ДЕНЬ 2		враст	
	1.5—3	3—7		1.5—3	3—7	
Завтра			Завтра			
Суп молочный с крупой	150	200	Вареники ленивые	90	100	
Кофейный напиток б/м	170	180	Сгущенное молоко	30	30	
Хлеб пшеничный	25	30	Какао с молоком	180	200	
Масло порциями	5	5	Фрукты	50	85	
ИТОГО	350	415	ИТОГО	350	415	
2- й Завтр			2-й Завтрак			
Напиток кисломолочный	100	100	Напиток кисломолочный	100	100	
Обед			Обед			
Борщ с картофелем и капустой (со сметаной)	150	180	Суп с яйцом и гренками	150	180	
Биточки рубленные	60	70	Котлеты рыбные любительские	60	80	
Икра овощная (свекольная)	110	130	Пюре картофельное	110	130	
Кисель	150	180	Овощи по сезону (свекла тушенная/кваш. капуста)	30	50	
Хлеб пшеничный	20	30	Сок	185	185	
Хлеб ржано-пшеничный	30	38	Гренки пшеничного хлеба	20	30	
			Хлеб ржано-пшеничный	30	38	
ИТОГО	520	628	ИТОГО	585	693	
Полдни	K		Полдни	IK		
Омлет с сыром	80	80	Чай с сахаром	150	200	
Чай с сахаром	150	185	Пирожок печенный с картофелем	50	50	
Фрукты свежие	70	100	•			
ИТОГО	300	365	ИТОГО	200	250	

Название блюд		п орций (Г)	Название блюд		м порций (г)	
ДЕНЬ 3		зраст	ДЕНЬ 4		зраст	
	1.5—3	3—7		1.5—3	3—7	
Завтран			Завтра	К		
Картофель отварной	100	120	Суп молочный с крупой	150	200	
Омлет натуральный	50	50	Чай с сахаром	180	180	
Икра кабачковая	20	25	Хлеб пшеничный	25	30	
Кофейный напиток б/м	150	180	Масло порциями	5	5	
Хлеб пшеничный	25	30				
Масло порциями	5	5				
ИТОГО	350	410	ИТОГО	360	415	
2-й Завтр	ак		2-й Завт	рак		
Напиток кисломолочный	100	100	Напиток кисломолочный	100	100	
				1		
Обед			Обед			
Борщ с картофелем и капустой	150	180	Суп картофельный с клецками	150	180	
Гуляш из отварного мяса	100	130	Запеканка из печени с рисом	150	180	
Макаронные изделия отварные	110	130	Соус сметанный	15	30	
Овощи по сезону	30	50	Овощи по сезону	30	50	
Компот из свежих фруктов	150	180	Компот из сушенных фруктов	150	180	
Хлеб пшеничный	20	30	Хлеб пшеничный	20	30	
Хлеб ржано-пшеничный	30	38	Хлеб ржано-пшеничный	30	38	
ИТОГО	550	688	ИТОГО	545	688	
				1		
Полдни	К		Полдни	1K		
Каша вязкая с изюмом	150	200	Пудинг из творога	100	120	
Чай с сахаром	140	180	Повидло	15	20	
1			Чай с сахаром	150	180	
ИТОГО	290	380	ИТОГО	245	320	

Название блюд		п орций (Г)	Название блюд	люд Объем по (г)			
ДЕНЬ 5	ВО	зраст	ДЕНЬ 6	ВО	зраст		
	1.5—3	3—7		1.5—3	3—7		
Завтрак			Завтра	ıĸ			
Каша вязкая молочная (рисовая)	150	200	Каша вязкая манная	150	200		
Кофейный напиток б/м	160	180	Чай с сахаром	160	180		
Хлеб пшеничный	25	30	Хлеб пшеничный	25	30		
Масло порциями	5	5	Масло порциями	5	5		
Сыр	8	12	Сыр	8	11		
ИТОГО	348	427	ИТОГО	348	426		
2-й Завтр	ак		2-й Завтрак				
Напиток кисломолочный	100	100	Напиток кисломолочный	100	100		
Обед			Обед				
Суп картофельный с бобовыми	150	180	Борщ с картофелем и капустой	150	180		
Котлеты рубленные из птицы	60	70	Жаркое по-домашнему	160	200		
Пюре картофельное с морковью	110	130	Овощи по сезону	30	50		
Овощи по сезону	30	40	Кисель	150	180		
Компот из сушенных фруктов	150	180	Хлеб пшеничный	20	30		
Гренки из пшеничного хлеба	20	30	Хлеб ржано-пшеничный	30	38		
Хлеб ржано-пшеничный	30	38					
ИТОГО	550	668	ИТОГО	540	678		
Полдни	К		Полдні	ик			
Кондитерские изделия	30	55	Омлет натуральный	50	50		
Сок	185	185	Кофейный напиток с молоком	150	180		
Фрукты свежие	100	100	Фрукты свежие	70	70		
ИТОГО	315	340	ИТОГО	270	300		

Название блюд		ъем ий (г)	Название блюд	Объем порций (г)		
ДЕНЬ 7		раст	ДЕНЬ 8		зраст	
	1.5—3	3—7		1.5—3	3—7	
Завтрак	3		Завтра	ак		
Сырники из творога	75	100	Макаронные изделия отварные с маслом	60	120	
Соус сметанный сладкий	40	50	Омлет натуральный	50	50	
Какао с молоком	180	200	Икра кабачковая	25	25	
Фрукты свежие	70	70	Кофейный напиток с молоком	160	180	
			Хлеб пшеничный	25	30	
			Масло порциями	5	5	
ИТОГО	365	420	ИТОГО	350	410	
2-й Завтр	ак		2-й Завт	рак		
Сок	100	100	Сок	100	100	
Обед			Обед			
Суп картофельный с крупой	150	180	Борщ с фасолью и картофелем (со сметаной)	150	190	
Рыба запеченная в омлете	60	80	Пудинг из говядины	60	70	
Икра овощная (свекольная)	110	130	Каша рассыпчатая гречневая	110	130	
Компот из сушенных фруктов	150	180	Соус томатный с овощами	20	30	
Хлеб пшеничный	20	30	Овощи по сезону	20	30	
Хлеб ржано-пшеничный	30	38	Компот из сушенных фруктов	150	180	
			Хлеб пшеничный	20	30	
			Хлеб ржано-пшеничный	30	38	
ИТОГО	520	638	ИТОГО	560	698	
Полдни			Полдні			
Напиток кисломолочный	160	200	Напиток кисломолочный	160	200	
Хлеб пшеничный	25	30	Коржик молочный	75	75	
Повидло	15	20				
ИТОГО	200	250	ИТОГО	235	275	

Название блюд	порц	ъем ий (Г)	Название блюд		порций (г)
ДЕНЬ 9	1.5—3	3—7	ДЕНЬ 10	1.5—3	<i>зраст</i> 3—7
2		3—1	2	1	3—1
Завтран		200	Завтра		100
Суп молочный с крупой	150	200	Суп молочный с крупой	150	180
Чай с сахаром	170	180	Чай с сахаром	170	180
Хлеб пшеничный	25	30	Хлеб пшеничный	25	30
Масло порциями	5	5	Масло порциями	5	5
			Сыр порциями	8	12
ИТОГО	350	415	ИТОГО	358	407
2-й Завтр			2-й Завт	рак	
Фрукты свежие	100 100 Фрукты свежие		100	100	
Обед			Обед	Ţ	
Суп картофельный с рыбными консервами	150	180	Суп лапша по домашнему	150	180
Запеканка картофельная с печенью	160	180	Плов из птицы	160	200
Соус томатный	20	30	Овощи по сезону	30	50
Овощи по сезону	20	50	Сок	150	175
Компот из сушенных фруктов	150	180	Хлеб пшеничный	20	30
Хлеб пшеничный	20	30	Хлеб ржано-пшеничный	30	38
Хлеб ржано-пшеничный	30	38	•		
ИТОГО	550	688	ИТОГО	540	673
				<u> </u>	
Полдни	ĸ		Полдн	ик	
Напиток кисломолочный	170	200			200
Булочка «Дорожная»	50	50	Кондитерские изделия	30	55
ИТОГО	220	250	ИТОГО	210	255

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение центр развития ребенка - детский сад № 6 муниципального образования Щербиновский район станица Старощербиновская

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

для детей 3-7 лет

Прием	Наименование блюда	Bec	Пищев	ые веще	ества (г)	Энергет	Nº
пищи		блюд	Б	Ж	У	ическая	рецепт
		а				ценнос	уры
						ТЬ / = \	
						(ккал)	
День 1	(понедельник)						
Завтрак	Суп молочный с крупой	200	5,92	5,93	17,92	148,80	Nº 94
	(геркулес)						
	Кофейный напиток б/м	180	0,36	0,00	2,70	12,96	б/н
	Хлеб пшеничный	30	3,30	0,36	21,00	90,00	б/н
	Масло порциями	5	0,04	3,63	0,07	33,00	№ 6
Итого		415	9,62	9,92	41,69	284,76	
Второй	Кисломолочный	100	2,90	2,50	4,00	50,00	Nº 401
завтрак	напиток						
25.3	<u> </u>	400	1.10	4.60	12.16	22.22	
Обед	Борщ с картофелем и	180	1,48	4,60	12,16	89,20	№ 57
	капустой (со сметаной)		10.00	0.00	40.00	222.42	
	Биточки рубленные	70	10,88	8,09	40,99	230,13	№ 282
	Икра овощная	130	1,90	6,14	10,79	95,33	Nº 54
	(свекольная/морковная						
	Кисель	180	0,09	0	27,84	90,62	б/н
	Хлеб пшеничный	30	3,30	0,36	21,00	90,00	б/н
	Хлеб ржано-пшеничный	38	2,51	0,46	12,69	65,87	б/н
Итого		628	20,16	19,65	125,47	661,15	
Полдник	Омлет с сыром	80	9,10	10,80	3,40	184,00	Nº 216
TIOTIONAL	Чай с сахаром	185	0,05	0,02	9,00	30,24	Nº 392
	Фрукты свежие	100	0,03	0,02	10,80	44,00	Nº 368
Итого	The state of the s	365	9,55	11,22	23,20	296,00	145 200
FILLOGO		303	9,33	11,44	23,20	230,00	
Итого де	НЬ	1 508	42,23	43,29	194,36	1 291,91	
			_				

Прием	Наименование блюда	Выход	Пище	вые веще	ества (г)	Энерге	Nº
пищи		блюд	Б	Ж	У	тическа	рецепт
		а				Я	уры
						ценнос	
						ТЬ	
						(ккал)	
День 2 ((вторник)						
Завтрак	Вареники ленивые	100	10,11	12,50	24,55	309,60	Nº 229
	Сгущённое молоко	30	0,36	1,25	1,47	18,53	б/н
	Какао с молоком	200	3,67	3,54	19,58	128,89	Nº 397
	Фрукты свежие	85	0,40	0,40	10,80	44,00	Nº 368
Итого		415	14,54	17,69	56,4	501,02	
Второй	Кисломолочный	100	2,90	2,50	4,00	50,00	Nº 401
завтрак	напиток						
Обед	Суп картофельный с	180	1,68	4,87	12,05	91,95	Nº 80
	яйцом и гренками						
	Котлеты рыбные	80	8,31	10,41	5,29	122,00	№ 256
	любительские						
	Пюре картофельное	130	5,34	1,04	22,10	117,00	Nº 161
	Овощи по сезону	50	0,80	0,05	2,60	13,50	б/н
	Сок	185	0,75	0,15	19,15	69,00	Nº 399
	Гренки из пшеничного хлеба	30	3,30	0,36	21,00	90,00	б/н
	Хлеб ржано-пшеничный	38	2,51	0,46	12,69	65,87	б/н
Итого		693	22,69	17,34	94,88	569,32	
Полдник	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	10,00	33,60	Nº 392
HOHOHUK	Пирожок печеный с	50	1,49	1,81	20,29	110,00	Nº 454
	картофелем		1,49	1,01	20,23	110,00	1N= 4J4
Итого	παρτοφελιείνι	250	1,55	1,83	30,29	143,60	
FIIIIOEU		230	1,33	1,05	30,23	173,00	
Итого ден		1 458	41,68	38,36	185,57	1 263,94	
			. –, 00				

Прием	Наименование блюда	Выход	Пищев	ые веще	ства (г)	Энерге	Nº
пищи		блюд	Б	Ж	У	тическа	рецепт
		а				Я	уры
						ценнос	
						ТЬ	
	_					(ккал)	
День 3 (среда)						
Завтрак	Картофель отварной	120	2,36	3,23	15,64	123,03	№ 125
	Омлет натуральный	50	3,00	6,29	3,58	99,69	№ 215
	Икра кабачковая	25	0,26	0,03	2,00	7,25	б/н
	Кофейный напиток б/м	180	0,36	0,00	2,70	12,96	б/н
	Хлеб пшеничный	30	3,30	0,36	21,00	90,00	б/н
	Масло порциями	5	0,04	3,63	0,07	33,00	№ 6
Итого		410	9,32	13,54	45,99	365,93	
				•		•	
Второй	Кисломолочный	100	2,90	2,50	4,00	50,00	Nº 401
завтрак	напиток						
				•		•	
Обед	Борщ с картофелем и	180	1,48	4,60	12,16	89,20	Nº 57
	капустой (со сметаной)						
	Гуляш из отварного	130	8,32	10,15	5,62	135,00	Nº 277
	мяса						
	Макаронные изделия	130	2,59	3,25	27,30	130,78	Nº 205
	отварные						
	Овощи по сезону	50	1,94	1,13	5,06	35,00	б/н
	(горошек)						
	Компот из свежих	180	0,40	0,03	26,99	91,80	Nº 376
	фруктов						
	Хлеб пшеничный	30	3,30	0,36	21,00	90,00	б/н
	Хлеб ржано-пшеничный	38	2,51	0,46	12,69	65,87	б/н
Итого		738	20,54	19,98	110,82	637,65	-
		•		·			
Полдник	Каша вязкая с изюмом	200	2,88	2,84	20,75	127,20	Nº 176
	Чай с сахаром	180	3,67	3,54	19,58	128,89	Nº 397
Итого		380	7,52	8,64	46,96	313,84	
Итого де	РНЬ	1 628	40,28	44,66	206,77	1 367,42	

Прием	Наименование блюда	Выход	Пищев	вые веще	ства (г)	Энергет	Nº
пищи		блюда	Б	Ж	У	ическая ценност ь (ккал)	рецепту ры
День 4 (четверг)						
Завтрак	Суп молочный с крупой	200	5,56	5,16	16,35	142,20	Nº 94
	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	9,00	30,24	№ 392
	Хлеб пшеничный	30	3,30	0,36	21,00	90,00	б/н
	Масло порциями	5	0,04	3,63	0,07	33,00	Nº 6
Итого		415	8,95	9,17	46,42	295,44	
Второй завтрак	Кисломолочный напиток	100	2,90	2,50	4,00	50,00	Nº 401
Обед	Суп картофельный с клецками	180	1,51	3,42	8,74	62,82	Nº 85
	Запеканка из печени с рисом	180	19,5	8,5	16,7	240,2	Nº294
	Соус сметанный	30	1,08	5,26	2,85	71,69	Nº354
	Овощи по сезону	50	1,94	1,13	5,06	35,00	б/н
	Компот из сушенных фруктов	180	0,40	0,03	26,99	91,80	Nº 376
	Хлеб пшеничный	30	3,30	0,36	21,00	90,00	б/н
	Хлеб ржано-пшеничный	38	2,51	0,46	12,69	65,87	б/н
Итого		688	30,24	19,16	94,03	657,38	
Полдник	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	9,00	30,24	Nº 392
	Пудинг из творога	120	7,48	13,12	35,58	267,69	Nº 451
	Повидло	20	0,13	0,00	20,09	73,60	б/н
Итого		320	7,66	13,14	64,67	371,53	
Итого ден	ь	1523	49,75	43,97	209,12	1 374,35	

Утверждаю Заведующий МБДОУ ЦРР детский сад №6 МОЩР ст. Старощербиновская _______С.А. Сюсюкало

Прием	Наименование блюда	Выхо	Пищев	вые веще	ства (г)	Энергет	Nº
пищи		д блюд а	Б	Ж	У	ическая ценност ь (ккал)	рецептур ы
День 5 (і	пятница)						
Завтрак	Каша вязкая молочная (рисовая)	200	3,05	0,44	30,59	164,00	№ 168
	Кофейный напиток б/м	180	0,36	0,00	2,70	12,96	б/н
	Хлеб пшеничный	30	3,30	0,36	21,00	90,00	б/н
	Масло порциями	5	0,04	3,63	0,07	33,00	Nº 6
	Сыр порциями	12	2,54	4,25	0	40,56	Nº 7
Итого		427	9,29	8,68	54,36	340,52	
Второй завтрак	Кисломолочный напиток	100	2,90	2,50	4,00	50,00	Nº 401
Обед	Суп картофельный с бобовыми	180	1,68	5,85	10,62	115,94	Nº 81
	Котлеты рубленные из птицы или кролика	70	12,63	14,68	11,98	207,25	Nº 305
	Пюре картофельное с морковью	130	2,48	6,01	12,62	118,42	Nº 322
	Овощи по сезону	40	0,26	0,02	3,71	9,25	б/н
	Компот из сушенных фруктов	180	0,40	0,03	26,99	91,80	№ 376
	Гренки из пшеничного хлеба	20	2,20	0,24	14,00	60,00	б/н
	Хлеб ржано-пшеничный	38	2,51	0,46	12,69	65,87	б/н
Итого		668	22,16	27,29	90,61	668,53	
Полдник	Сок	185	0,75	0,15	19,15	69,00	Nº 399
	Кондитерское изделие	55	3,85	6,32	50,81	234,05	б/н
	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	7,56	44,00	Nº 368
Итого		340	5,00	6,87	77,52	347,05	

Прием	Наименование блюда	Bec	Пищев	ые веще	ества (г)	Энергет	Nº
пищи		блюд а	Б	Ж	У	ическая ценнос	рецепт уры
						ТЬ	
						(ккал)	
День 6 (понедельник)						
Завтрак	Каша вязкая манная	200	3,53	5,28	30,59	200,00	Nº 168
	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	9,00	30,24	Nº 392
	Хлеб пшеничный	30	3,30	0,36	21,00	90,00	б/н
	Масло порциями	5	0,04	3,63	0,07	33,00	Nº 6
	Сыр порциями	11	2,54	4,25	0	40,56	№ 7
Итого		426	9,46	13,54	60,66	393,80	
Второй	Кисломолочный	100	2,90	2,50	4,00	50,00	Nº 401
завтрак	напиток		,	,	,	,	
Обед	Борщ с картофелем и	180	1,87	4,60	15,06	97,00	Nº 57
	капустой	200	45.50	0.10	25.00	222.22	
	Жаркое по-домашнему	200	15,53	9,12	25,96	220,83	Nº 276
	Овощи по сезону (капуста квашен/овощи свежие)	50	0,80	0,05	2,60	13,50	б/н
	Кисель	180	0,09	0	27,84	90,62	б/н
	Хлеб пшеничный	30	3,30	0,36	21,00	90,00	б/н
	Хлеб ржано-пшеничный	38	2,51	0,46	12,69	65,87	б/н
Итого		678	23,57	15,13	108,21	577,82	
Полдник	Омлет натуральный	50	4,72	10,91	7,24	143,33	Nº 222
	Фрукты свежие	70	0,28	0,28	7,56	30,10	Nº 368
	Кофейный напиток с	180	1,76	3,09	11,85	93,69	Nº 395
Итого	молоком	300	6,76	14,28	26,65	267,12	
	<u> </u>	1		-,		,	I
Итого де	 НЬ	1 504	42,69	45,45	199,52	1 288,74	

Прием	Наименование блюда	Выход	Пищев	вые веще	ества (г)	Энерге	Nº
пищи		блюд	Б	Ж	У	тическа	рецепт
		a				Я	уры
						ценнос	
						ТЬ	
						(ккал)	
День 7 (вторник)						
Завтрак	Сырники из творога	100	16,69	15,67	15,40	284,00	Nº 231
	Соус сметанный	50	0,70	2,50	2,93	37,05	Nº 354
	(сладкий)						
	Какао с молоком	200	4,07	3,93	21,76	143,21	Nº 397
	Фрукты свежие	70	0,28	0,28	7,56	30,10	Nº 368
Итого		420	21,74	22,38	47,65	494,36	
Второй	Сок	100	0,50	0,10	11,10	50,00	Nº 399
завтрак							
Обед	Суп картофельный с	180	1,45	5,10	15,20	100,10	№ 80
	крупой						
	Рыба, запеченная	80	8,70	6,93	3,67	114,00	№ 249
	в омлете						
	Икра овощная	130	1,90	6,14	10,79	95,33	Nº 54
	(свекольная)						
	Компот из свежих	180	0,40	0,03	26,99	91,80	№ 376
	фруктов						
	Хлеб пшеничный	30	3,30	0,36	21,00	90,00	б/н
	Хлеб ржано-пшеничный	38	2,51	0,46	12,69	65,87	б/н
Итого		638	18,26	19,02	90,34	557,10	
Полдник	Кисломолочный	200	5,44	5,69	7,50	93,75	Nº 401
	напиток						
	Хлеб пшеничный	30	3,30	0,36	21,00	90,00	б/н
	Повидло	20	0,13	0,00	20,09	73,60	б/н
Итого		250	8,87	6,05	48,59	257,35	
						•	
Итого дег	НЬ	1 408	46,37	47,55	197,68	1 358,81	

Итого ден	łb	1 483	42,39	49,51	202,19	1 411,87	
			- 7-	,-			
Итого		275	10,54	14,84	29,01	252,55	
	Коржик молочный	75	5,10	9,15	21,51	158,80	Nº 496
Полдник	Кисломолочный напиток	200	5,44	5,69	7,50	93,75	Nº 401
		200	- A A	F 60	7.50	02.75	No 404
Итого		698	21,33	18,99	96,72	669,53	
	Хлеб ржано-пшеничный	38	2,51	0,46	12,69	65,87	б/н
	Хлеб пшеничный	30	3,30	0,36	21,00	90,00	б/н
	фруктов						
	Компот из сушенных	180	0,40	0,03	26,99	91,80	Nº 376
	Овощи по сезону	30	1,20	1,95	4,32	53,70	Nº 54
	Соус томатный с овощами	30	0,36	1,26	2,42	22,35	Nº 348
	Каша рассыпчатая гречневая	130	3,22	4,30	15,70	100,00	Nº 165
	Пудинг из говядины	70	10,86	5,66	1,00	140,67	Nº 290
Обед	Борщ с фасолью и Картофелем и со сметаной	190	2,55	4,67	12,60	105,14	Nº 63
	I .				1	1	
завтрак	CON	100	0,30	0,10	10,10	30,00	112 333
Второй	Сок	100	0,50	0,10	10,10	50,00	Nº 399
Итого		410	10,89	16,03	67,24	439,64	
	Масло порциями	5	0,04	3,63	0,07	33,00	Nº 6
	Хлеб пшеничный	30	3,30	0,36	21,00	90,00	б/н
	Кофейный напиток с молоком	180	1,90	2,72	12,59	88,92	Nº 395
	Икра кабачковая	25	0,26	0,03	2,00	7,25	б/н
	Омлет натуральный	50	3,00	6,29	3,58	99,69	Nº 215
	отварные с маслом						
Завтрак	Макаронные изделия	120	2,39	3,00	28,00	120,78	Nº 205
День 8 (среда)					b (man)	
						ценност ь (ккал)	ры
пищи		блюда	Б	Ж	У	ическая	рецепт
Прием	Наименование блюда	Выход	Пищев	вые веще	ства (г)	Энергет	Nº

Прием	Наименование блюда	Выход	Пищев	ые веще	ства (г)	Энерге	Nº
пищи		блюд	Б	Ж	У	тическа	рецепт
		a				Я	уры
						ценнос	
						ТЬ	
						(ккал)	
День 9 (четверг)						
Завтрак	Суп молочный с крупой	200	5,57	5,16	16,35	142,20	Nº 94
	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	9,00	30,24	№ 392
	Хлеб пшеничный	30	3,30	0,36	21,00	90,00	б/н
	Масло порциями	5	0,04	3,63	0,07	33,00	№ 6
Итого		415	8,95	9,17	46,42	295,44	
		T	T	T	T	1	
Второй	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	10,80	44,00	Nº 368
завтрак							
Обед	Суп картофельный с	180	6,19	8,06	10,32	150,42	Nº 87
OUEU	рыбными консервами	100	0,19	8,00	10,32	130,42	112 07
	Запеканка	180	9,56	7,89	30,46	223,75	№ 291
	картофельная с						
	печенью						
	Соус томатный	30	0,36	1,26	2,42	22,35	Nº 348
	Овощи по сезону	50	1,94	1,13	5,06	35,00	б/н
	(горошек)						
	Компот из сушенных	180	0,40	0,03	26,99	91,80	Nº 372
	фруктов						
	Хлеб пшеничный	30	3,30	0,36	21,00	90,00	б/н
	Хлеб ржано-пшеничный	38	2,51	0,46	12,69	65,87	б/н
Итого		688	24,26	19,19	108,94	679,19	
Полдник	Булошуз «Лороучиза»	50	2 20	0.00	30,07	200,00	Nº 470
полоник	Булочка «Дорожная»		3,39	9,98		†	
	Кисломолочный	200	5,44	5,69	7,50	93,75	Nº 401
Итого	напиток	250	8,83	15,67	37,57	293,75	
71111060		230	0,03	13,07	37,37	233,73	
Итого де	НЬ	1 453	42,44	44,43	203,73	1 312,38	
		1	<u> </u>	i	1 -	<u> </u>	

Среднее зі	начение за период	1 493,50	42,42	45,38	205,42	1 341,42	
viiiiozo de	по	1 433	44,00	47,01	222,30	1 330,20	
Итого де	шь	1 435	44,80	47,61	222,38	1 396,20	
Итого		255	9,29	12,01	58,31	327,80	
	Кондитерское изделие	55	3,85	6,32	50,81	234,05	б/н
Полдник	Кисломолочный напиток	200	5,44	5,69	7,50	93,75	Nº 401
7111060		0/3	23,00	22,01	107,00	, , , , , ,	
Итого	лосо рлапо-пшепичный	673	23,80	22,01	107,83	703,16	0/п
	Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный	38	3,30 2,51	0,36 0,46	21,00 12,69	90,00	б/н б/н
	Сок	175 30	0,75	0,15	19,15	69,00	№ 399
	(икра каб.)	170	0.75	0.15	10 15	60.00	No 200
	Овощи по сезону	50	0,26	0,02	3,71	9,25	<u>б/н</u>
	Плов из птицы	200	14,65	15,37	35,93	353,19	Nº 304
Обед	Суп лапша по домашнему	180	2,33	5,65	15,35	115,35	№ 86
05.3	6/2 20200	100	2 22	Г.СГ	15.25	115 25	No 96
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	10,80	44,00	Nº 368
VIIIIOEO		407	11,51	13,13	73,77	321,24	
Итого	сыр порциями	407	11,31	13,19	45,44	321,24	1 V 2 /
	Сыр порциями	12	2,54	4,25	0,07	40,56	Nº 7
	Масло порциями	5	0,04	3,63	0,07	33,00	Nº 6
	Хлеб пшеничный	30	3,30	0,36	21,00	90,00	б/н
	крупой (гречневый) Чай с сахаром	180	0,05	0,02	9,00	30,24	Nº 392
Завтрак	Суп молочный с	180	5,38	4,93	15,37	127,44	Nº 94
День 10	(пятница)						
						(ккал)	
						ТЬ	
						я ценнос	ры
пищи		блюда	Б	Ж	У	тическа	рецепту
Прием	Наименование блюда	Выход	Пищев	ые веще	ства (г)	Энерге	Nº

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение центр развития ребенка - детский сад № 6 муниципального образования Щербиновский район станица Старощербиновская

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

для детей 1-3 лет

Прием	Наименование блюда	Bec	Пищев	ые веще	ества (г)	Энергет	Nº
пищи		блюд а	Б	Ж	У	ическая ценнос ть (ккал)	рецепт уры
День 1 (понедельник)						
Завтрак	Суп молочный с крупой (геркулес)	150	3,44	4,45	13,44	111,60	Nº 94
	Кофейный напиток б/м	170	0,34	0,00	2,55	12,24	б/н
	Хлеб пшеничный	25	2,30	0,30	14,30	70,00	б/н
	Масло порциями	5	0,04	3,63	0,07	33,00	№ 6
Итого		350	6,12	8,38	30,36	226,84	
			T	_	_		T
Второй завтрак	Кисломолочный напиток	100	2,90	2,50	4,00	50,00	Nº 401
•			<u>I</u>	l .	l	l	L
Обед	Борщ с картофелем и капустой (со сметаной)	150	1,23	4,00	10,47	97,00	Nº 57
	Биточки рубленные	60	7,33	6,93	35,13	147,25	Nº 282
	Икра овощная (свекольная)	110	1,50	2,90	6,44	66,85	Nº 54
	Кисель	150	0,07	0	16,99	67,00	б/н
	Хлеб пшеничный	20	2,20	0,24	14,00	60,00	б/н
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,00	б/н
Итого		520	14,31	14,43	93,05	490,10	
Полдник	Омлет с сыром	80	9,10	10,80	3,40	184,00	Nº 216
	Чай с сахаром	150	0,05	0,02	7,00	28,24	Nº 392
	Фрукты свежие	70	0,28	0,28	7,56	30,10	Nº 368
Итого		300	9,43	11,10	17,96	242,34	
Итого де	НЬ	1 270	32,76	36,41	145,37	1 009,28	

Утверждаю Заведующий МБДОУ ЦРР детский сад № 6 МОЩР ст. Старощербиновская ______С.А. Сюсюкало

Прием	Наименование блюда	Выход	Пищев	вые веще	ества (г)	Энерге	Nº
пищи		блюд	Б	Ж	У	тическа	рецепт
		а				Я	уры
						ценнос	
						ТЬ	
						(ккал)	
День2 (і	вторник)						
Завтрак	Вареники ленивые	90	6,41	9,17	15,00	227,04	Nº 229
	Сгущённое молоко	30	0,36	1,25	1,47	18,53	б/н
	Какао с молоком	180	3,67	3,54	19,58	128,89	Nº 397
	Фрукты свежие	50	0,28	0,28	7,56	30,10	Nº 368
Итого		350	10,72	17,89	50,42	477,46	
					33,12	1117,10	
Второй	Кисломолочный	100	2,90	2,50	4,00	50,00	Nº 401
завтрак	напиток						
Обед	Суп картофельный с	150	1,40	4,06	8,04	66,63	№ 80
	яйцом и гренками						
	Котлеты рыбные	60	5,23	7,81	3,97	91,50	№ 256
	любительские						
	Пюре картофельное	110	2,25	4,37	13,29	100,65	Nº 321
	Овощи по сезону	30	0,48	0,03	1,56	8,10	б/н
	(свекла тушеная)						
	Сок	185	0,75	0,15	19,15	69,00	№ 399
	Гренки из пшеничного	20	2,20	0,24	14,00	60,00	б/н
	хлеба						
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,00	б/н
Итого		585	15,35	14,09	77,54	436,83	
				Γ	T	T	
Полдник	Чай с сахаром	150	0,05	0,02	7,00	28,24	№ 392
	Пирожок печеный с	50	1,49	1,81	20,29	110,00	Nº 454
	картофелем						
Итого		200	1,54	1,83	27,29	138,24	
71111000			_,	_,			

Прием	Наименование блюда	Выход	Пищев	ые веще	ства (г)	Энерге	Nº
пищи		блюд	Б	Ж	У	тическа	рецепт
		а				Я	уры
						ценнос	
						ТЬ	
						(ккал)	
День 3 (среда)						
Завтрак	Картофель отварной	100	1,97	2,69	15,53	102,53	№ 125
	Омлет натуральный	50	3,00	6,29	3,58	99,69	№ 215
	Икра кабачковая	20	0,13	0,01	1,85	4,63	б/н
	Кофейный напиток б/м	150	0,30	0,00	2,25	10,80	б/н
	Хлеб пшеничный	25	2,30	0,30	14,30	70,00	б/н
	Масло порциями	5	0,04	3,63	0,07	33,00	№ 6
Итого		350	7,74	12,92	37,58	320,65	
Второйз	Кисломолочный	100	2,90	2,50	4,00	50,00	Nº 401
автрак	напиток						
Обед	Борщ с картофелем и	150	1,23	4,00	10,47	97,00	Nº 57
	капустой (со сметаной)						
	Гуляш из отварного	100	4,24	5,61	4,22	101,25	Nº 277
	мяса						
	Макаронные изделия	110	2,20	3,00	19,34	121,30	Nº 205
	отварные						
	Овощи по сезону	30	0,93	0,06	1,95	18,00	б/н
	(горошек)						
	Компот из свежих	150	0,10	0,01	13,93	56,93	Nº 372
	фруктов						
	Хлеб пшеничный	20	2,20	0,24	14,00	60,00	б/н
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,00	б/н
Итого		550	12,88	13,28	73,93	506,48	
	T	•	-	T	· T		
Полдник	Каша вязкая с изюмом	150	2,47	2,42	18,64	109,03	Nº 176
	Чай с сахаром	140	3,27	3,40	17,94	104,13	Nº 397
Итого		290	5,74	5,82	36,58	213,16	
Umaza da	OHL.	1 290	29,26	34,52	152,09	1 090,29	
Итого де	:no	1 230	23,20	34,32	132,03	1 030,23	

Итого Второй завтрак	Гетверг) Суп молочный с крупой Чай с сахаром Хлеб пшеничный Масло порциями Кисломолочный напиток Суп картофельный с	150 180 25 5 360	4,17 0,05 2,30 0,04 6,56	3,87 0,02 0,30 3,63 7,82	12,26 9,00 14,30 0,07 35,63	ическая ценност ь (ккал) 106,65 30,24 70,00 33,00 239,89 50,00	рецепту ры № 94 № 392 б/н № 6
Завтрак Итого Второй завтрак	Суп молочный с крупой Чай с сахаром Хлеб пшеничный Масло порциями Кисломолочный напиток	180 25 5 360	0,05 2,30 0,04 6,56	0,02 0,30 3,63 7,82	9,00 14,30 0,07 35,63	ь (ккал) 106,65 30,24 70,00 33,00 239,89	№ 94 № 392 б/н № 6
Завтрак Итого Второй завтрак	Суп молочный с крупой Чай с сахаром Хлеб пшеничный Масло порциями Кисломолочный напиток	180 25 5 360	0,05 2,30 0,04 6,56	0,02 0,30 3,63 7,82	9,00 14,30 0,07 35,63	106,65 30,24 70,00 33,00 239,89	№ 392 б/н № 6
Завтрак Итого Второй завтрак	Суп молочный с крупой Чай с сахаром Хлеб пшеничный Масло порциями Кисломолочный напиток	180 25 5 360	0,05 2,30 0,04 6,56	0,02 0,30 3,63 7,82	9,00 14,30 0,07 35,63	30,24 70,00 33,00 239,89	№ 392 б/н № 6
Итого Второй завтрак	Чай с сахаром Хлеб пшеничный Масло порциями Кисломолочный напиток	180 25 5 360	0,05 2,30 0,04 6,56	0,02 0,30 3,63 7,82	9,00 14,30 0,07 35,63	30,24 70,00 33,00 239,89	№ 392 б/н № 6
Второй завтрак	Хлеб пшеничный Масло порциями Кисломолочный напиток	25 5 360	2,30 0,04 6,56	0,30 3,63 7,82	14,30 0,07 35,63	70,00 33,00 239,89	б/н № 6
Второй завтрак	Масло порциями Кисломолочный напиток	5 360	0,04 6,56	3,63 7,82	0,07 35,63	33,00 239,89	№ 6
Второй завтрак	Кисломолочный напиток	360	6,56	7,82	35,63	239,89	
Второй завтрак	напиток	1	· ·	T	· ·	1	Nº 401
завтрак	напиток	100	2,90	2,50	4,00	50,00	Nº 401
· · ·			,	,			
06.3	Суп картофельный с				1		
06.3	Суп картофельный с		,	1			
Обед	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	150	1,26	2,85	7,28	52,35	Nº 85
	клецками						
	Запеканка из печени с	150	5,96	5,26	3,14	69,72	Nº 294
	рисом						
	Соус сметанный	15	2,25	4,37	13,29	100,65	Nº 354
	Овощи по сезону	30	0,93	0,06	1,95	18,00	б/н
	(горошек)						
	Компот из сушенных	150	0,31	0,02	21,44	79,10	Nº 376
	фруктов						
	Хлеб пшеничный	20	2,20	0,24	14,00	60,00	б/н
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,00	б/н
Итого		545	14,89	13,16	71,12	431,82	
7 2 - 3	11- ×	450	0.05	0.02	7.00	20.24	No 202
Полдник	Чай с сахаром	150	0,05	0,02	7,00	28,24	Nº 392
	Пудинг из творога с	100	5,98	10,50	23,46	210,15	Nº 451
	яблоками	. –					
	Повидло	15	0,10	0,00	14,32	55,20	б/н
Итого		245	6,13	10,52	44,78	293,59	
Итого день		1 250	30,48	34,00	155,53	1 015,30	

Утверждаю Заведующий МБДОУ ЦРР детский сад №6 МОЩР ст. Старощербиновская ______ С.А. Сюсюкало

орковью вощи по сезону омпот из сушенных оуктов оенки из пшеничного пеба пеб ржано-пшеничный ок ондитерское изделие рукты свежие	30 150 20 30 550 185 30 100 315	0,19 0,31 2,20 1,98 19,01 0,75 2,10 0,40 3,25	0,02 0,02 0,24 0,36 23,19 0,15 2,74 0,40 3,29	2,78 21,44 14,00 10,02 72,04 19,15 20,08 10,80 50,03	6,94 79,10 60,00 52,00 555,50 69,00 116,79 44,00 229,79	6/H Nº 376 6/H 6/H Nº 399 6/H Nº 368
вощи по сезону омпот из сушенных оуктов ренки из пшеничного веба веб ржано-пшеничный ок ондитерское изделие	150 20 30 550 185 30 100	0,31 2,20 1,98 19,01 0,75 2,10 0,40	0,02 0,24 0,36 23,19 0,15 2,74 0,40	21,44 14,00 10,02 72,04 19,15 20,08 10,80	79,10 60,00 52,00 555,50 69,00 116,79 44,00	Nº 376 6/H 6/H Nº 399 6/H
вощи по сезону омпот из сушенных руктов ренки из пшеничного реба реб ржано-пшеничный	150 20 30 550	0,31 2,20 1,98 19,01	0,02 0,24 0,36 23,19	21,44 14,00 10,02 72,04	79,10 60,00 52,00 555,50	Nº 376 6/H 6/H Nº 399 6/H
вощи по сезону омпот из сушенных руктов ренки из пшеничного пеба пеб ржано-пшеничный	150 20 30 550	0,31 2,20 1,98 19,01	0,02 0,24 0,36 23,19	21,44 14,00 10,02 72,04	79,10 60,00 52,00 555,50	№ 376 б/н б/н
вощи по сезону омпот из сушенных руктов оенки из пшеничного пеба	150 20 30	0,31 2,20 1,98	0,02 0,24 0,36	21,44 14,00 10,02	79,10 60,00 52,00	№ 376 б/н
вощи по сезону омпот из сушенных руктов оенки из пшеничного пеба	150 20 30	0,31 2,20 1,98	0,02 0,24 0,36	21,44 14,00 10,02	79,10 60,00 52,00	№ 376 б/н
вощи по сезону омпот из сушенных руктов оенки из пшеничного пеба	150 20	0,31	0,02	21,44	79,10 60,00	№ 376 б/н
ь вощи по сезону омпот из сушенных оуктов	150	0,31	0,02	21,44	79,10	Nº 376
вощи по сезону омпот из сушенных		,	,	·	ŕ	
•	30	0,19	0,02	2,78	6,94	б/н
орковью						
оре картофельное с	110	2,10	5,09	7,68	100,20	Nº 322
гицы или кролика	00	10,65	12,30	J, Z /	100,04	
обовыми	60	10 83	12 52	9 27	160 64	Nº 305
	150	1,40	4,88	6,85	96,62	Nº 81
апиток						
исломолочный	100	2,90	2,50	4,00	50,00	Nº 401
	348	6,10	6,62	36,46	266,32	
ыр порциями	8	1,15	2,36	0	28,80	Nº 7
асло порциями	5	0,04	3,63	0,07	33,00	№ 6
леб пшеничный	25	2,30	0,30	14,30	70,00	б/н
офейный напиток б/м	160	0,32	0,00	2,40	11,52	б/н
	130	2,23	0,33	13,03	123,00	142 100
	150	2 29	0.33	19 69	123.00	Nº 168
ница)					Б (ККал)	
					· ·	Ы
	блюда	Б	Ж	У	ическая	рецептуј
	леб пшеничный асло порциями ыр порциями исломолочный апиток исловыми отлеты рубленные из тицы или кролика	тница) яша вязкая молочная исовая) фейный напиток б/м 160 леб пшеничный 25 асло порциями 5 пр порциями 8 з48 исломолочный 100 япиток ип картофельный с 5 обовыми отлеты рубленные из 60 ищы или кролика	Бинца) Б вша вязкая молочная исовая) 150 2,29 офейный напиток б/м леб пшеничный 25 2,30 асло порциями 5 0,04 ыр порциями 8 1,15 исломолочный 100 2,90 исломолочный с литок 150 1,40 обовыми 0 тлеты рубленные из гицы или кролика 60 10,83	ГНИЦА) Б Ж РИИЦА) Б Ж В ша вязкая молочная исовая) 150 2,29 0,33 Офейный напиток б/м пеб пшеничный 25 2,30 0,30 В асло порциями 5 0,04 3,63 В раз порциями 8 1,15 2,36 В асло молочный 100 2,90 2,50 В питок 150 1,40 4,88 В питок 10,83 12,58 В пицы или кролика 10,83 12,58	ГНИЦА) Б Ж У В ша вязкая молочная исовая) 150 2,29 0,33 19,69 рфейный напиток б/м пеб пшеничный 25 2,30 0,30 14,30 васло порциями 5 0,04 3,63 0,07 вір порциями 8 1,15 2,36 0 порциями 100 2,90 2,50 4,00 поломолочный питок 150 1,40 4,88 6,85 обовыми 150 10,83 12,58 9,27 гицы или кролика 60 10,83 12,58 9,27	блюда Б Ж У ическая ценност ь (ккал) жима вязкая молочная 150 2,29 0,33 19,69 123,00 исовая) фейный напиток б/м 160 0,32 0,00 2,40 11,52 иеб пшеничный 25 2,30 0,30 14,30 70,00 асло порциями 5 0,04 3,63 0,07 33,00 ыр порциями 8 1,15 2,36 0 28,80 348 6,10 6,62 36,46 266,32 исломолочный 100 2,90 2,50 4,00 50,00 ипиток жим картофельный с обовыми 5 1,40 4,88 6,85 96,62 исломолочный 60 10,83 12,58 9,27 160,64 инцы или кролика

Утверждаю Заведующий МБДОУ ЦРР детский сад №6 МОЩР ст. Старощербиновская ______С.А. Сюсюкало

Прием	Наименование блюда	Bec	Пищев	ые веще	ества (г)	Энергет	Nº
пищи		блюд а	Б	Ж	У	ическая ценнос	рецепт уры
						ТЬ	, , , ,
						(ккал)	
День 6	(понедельник)						
Завтрак	Каша вязкая манная	150	3,40	4,96	25,94	131,00	Nº 168
	Чай с сахаром	160	0,05	0,02	7,00	28,24	Nº 392
	Хлеб пшеничный	25	2,30	0,30	14,30	70,00	б/н
	Масло порциями	5	0,04	3,63	0,07	33,00	№ 6
	Сыр порциями	8	1,15	2,36	0	28,80	N º 7
Итого		348	6,94	11,27	47,31	291,04	
Второй	Кисломолочный	100	2,90	2,50	4,00	50,00	Nº 401
завтрак	напиток						
Обед	Борщ с картофелем и капустой	150	1,23	4,00	13,47	89,20	Nº 57
	Жаркое по-домашнему	160	13,27	6,42	18,97	186,60	Nº 276
	Овощи по сезону	30	0,48	0,03	1,56	8,10	б/н
	Кисель	150	0,07	0	16,99	67,00	б/н
	Хлеб пшеничный	20	2,20	0,24	14,00	60,00	б/н
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,00	б/н
Итого		540	18,04	11,61	79,11	462,50	
			0.40	- 40		100.00	
Полдник	Омлет натуральный	50	2,10	7,43	4,93	120,00	Nº 222
	Кофейный напиток с	150	1,24	1,7	9,63	68,00	№ 395
	молоком	70	0.20	0.00	7.56	20.40	N = 0.00
14	Свежие фрукты	70	0,28	0,28	7,56	30,10	№ 368
Итого		270	4,39	9,13	14,56	188,00	
Итого де	НЬ	1 258	33,25	34,51	144,98	991,54	
71111020 02		1 230	33,23	34,31	177,30	332,34	

Утверждаю Заведующий МБДОУ ЦРР детский сад №6 МОЩР ст. Старощербиновская ______С.А. Сюсюкало

Прием	Наименование блюда	Выход	Пищев	вые веще	ества (г)	Энерге	Nº
пищи		блюд	Б	Ж	У	тическа	рецепт
		а				Я	уры
						ценнос	
						ТЬ	
						(ккал)	
День7 (і	вторник)						
Завтрак	Сырники из творога	75	11,95	11,50	10,07	204,00	Nº 231
	Соус сметанный	40	0,56	1,99	2,35	29,64	Nº 354
	(сладкий)						
	Какао с молоком	180	3,67	3,54	19,58	128,89	Nº 397
	Фрукты свежие	70	0,28	0,28	7,56	30,10	Nº 368
Итого		365	16,46	17,31	39,56	392,63	
Второй	Сок	100	0,50	0,10	10,10	50,00	Nº 537
завтрак							
Обед	Суп картофельный с	150	1,16	3,87	13,05	91,95	Nº 80
	крупой	150	1,10	3,07	13,03	31,33	142 00
	Рыба, запеченная в омлете	60	3,61	5,28	9,87	90,00	Nº 249
	Икра овощная	110	1,50	2,90	6,44	66,85	Nº 54
	(свекольная/морковная						
	Компот из сухофруктов	150	0,31	0,02	21,44	79,10	Nº 376
	Хлеб пшеничный	20	2,20	0,24	14,00	60,00	б/н
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,00	б/н
Итого		520	10,76	12,67	74,82	439,90	
	T	T	T	T	<u> </u>	T	
Полдник	Кисломолочный	160	3,35	4,00	6,40	80,00	Nº 401
	напиток						
	Хлеб пшеничный	25	2,30	0,30	14,30	70,00	б/н
	Повидло	15	0,10	0,00	14,32	55,20	б/н
Итого		200	5,75	4,30	35,02	205,20	
Итого ден	<u></u>	1 185	33,47	34,38	159,50	1 087,73	
יוווטבט טפו	10	T T02	33,47	J + ,50	133,30	1 007,73	

Утверждаю Заведующий МБДОУ ЦРР детский сад №6 МОЩР ст. Старощербиновская ______С.А. Сюсюкало

Прием	Наименование блюда	Выход	Пищев	вые веще	ства (г)	Энергет	Nº
пищи		блюда	Б	ж	У	ическая ценност ь (ккал)	рецепту ры
День 8 (среда)						
Завтрак	Макаронные изделия отварные с маслом	60	1,20	1,69	10,55	66,19	№ 205
	Омлет натуральный	50	2,40	5,49	3,58	97,69	Nº 215
	Икра кабачковая	25	0,13	0,01	1,86	4,63	б/н
	Кофейный напиток с молоком	160	1,76	3,09	11,85	93,69	№ 395
	Хлеб пшеничный	25	2,30	0,30	14,30	70,00	б/н
	Масло порциями	5	0,04	3,63	0,07	33,00	№ 6
Итого		325	7,83	14,21	42,21	365,20	
	Τ_	T					
Второй	Сок	100	0,50	0,10	10,10	50,00	Nº 537
завтрак							
Обед	Борщ с фасолью и картофелем	150	2,13	3,09	10,60	87,62	Nº 63
	 Пудинг из говядины	60	7,05	4,01	1,69	92,00	Nº 290
	Каша рассыпчатая гречневая	110	2,22	2,30	8,70	87,00	Nº 165
	Соус томатный с овощами	20	0,24	0,84	1,61	14,90	№ 349
	Икра овощная (свекольная/морковная)	20	1,10	1,13	5,44	26,85	Nº 54
	Компот из сушенных фруктов	150	0,31	0,02	21,44	79,10	№ 376
	Хлеб пшеничный	20	2,20	0,24	14,00	60,00	б/н
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,00	б/н
Итого		560	17,23	11,99	73,50	499,47	
Полдник	Кисломолочный напиток	160	3,35	4,00	6,40	80,00	Nº 401
	Коржик молочный	75	5,10	9,15	21,51	158,80	Nº 496
Итого		235	8,45	13,15	27,91	238,80	
Итого ден	ъ	1 220	34,01	39,45	153,72	1 153,47	

Прием	Наименование блюда	Выход	Пищев	ые веще	ства (г)	Энерге	Nº
пищи		блюд	Б	Ж	У	тическа	рецепт
		a				Я	уры
						ценнос	
						ТЬ	
						(ккал)	
День 9 (четверг)						
Завтрак	Суп молочный с крупой	150	5,18	4,88	15,77	126,65	Nº 94
	Чай с сахаром	170	0,05	0,02	8,93	31,74	Nº 392
	Хлеб пшеничный	25	2,30	0,30	14,30	70,00	б/н
	Масло порциями	5	0,04	3,63	0,07	33,00	Nº 6
Итого		350	7,57	8,83	39,07	261,39	
Второй	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	10,80	44,00	Nº 368
завтрак							
Обед	Cyp yonzodo si uu ii o	150	Г 16	6.05	10.60	110.25	Nº 87
0000	Суп картофельный с	150	5,16	6,05	10,60	110,35	Nº 67
	рыбными консервами	160	1 16	2 70	12.00	0E 7E	Nº 291
	Запеканка	100	4,46	3,78	12,88	95,75	Nº 291
	картофельная с печенью						
	Соус томатный	20	0,24	0,84	1,61	14,90	Nº 348
	Овощи по сезону	20				1	б/н
	(горошек)	20	0,78	0,45	2,02	14,00	0/Н
	Компот из сушенных	150	0,31	0,02	21,44	79,10	Nº 372
	фруктов	130	0,31	0,02	21,44	73,10	Nº 372
	Хлеб пшеничный	20	2,20	0,24	14,00	60,00	б/н
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,00	б/н
Итого		550	15,13	11,74	72,57	426,10	5/11
	<u>I</u>	1	<u> </u>	1 7	1	ı ,	
Полдник	Булочка «Дорожная»	50	3,39	9,98	30,07	200,00	Nº 470
	Кисломолочный	170	3,55	4,25	6,80	85,00	Nº 401
	напиток						
Итого		220	6,94	14,23	36,87	285,00	
Итого де) Uh	1 220	30,04	35,20	159,31	1 016,49	

Прием	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)		Энерге	Nº	
пищи		блюд	Б	Ж	У	тическа	рецепту
		а				Я	ры
						ценнос	
						ТЬ	
						(ккал)	
День 10	(пятница)						
Завтрак	Суп молочный с крупой (гречневый)	150	4,48	4,11	12,81	106,20	Nº 94
	Чай с сахаром	165	0,05	0,02	7,00	28,24	Nº 392
	Хлеб пшеничный	25	2,30	0,30	14,30	70,00	б/н
	Масло порциями	5	0,04	3,63	0,07	33,00	Nº 6
	Сыр порциями	8	1,15	2,36	0	28,80	Nº 7
Итого		353	8,02	10,42	34,18	266,24	
	,	1	1	1			
Второй	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	10,80	44,00	Nº 368
завтрак							
	Τ_						
Обед	Суп лапша	150	1,60	5,04	11,78	113,62	Nº 86
	по домашнему					107.07	
	Плов из птицы	160	9,45	11,98	20,73	195,25	№ 304
	Овощи по сезону	30	0,19	0,02	2,78	6,94	б/н
	(икра каб.)	450	0 75	0.15	10.15	60.00	
	Сок	150	0,75	0,15	19,15	69,00	№ 537
	Хлеб пшеничный	20	2,20	0,24	14,00	60,00	б/н
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,02	52,00	б/н
Итого		540	16,17	17,79	78,46	496,81	
Полдник	Кисломолочный	180	4,90	5,12	6,75	84,38	Nº 401
iiojionuk	напиток	100	4,50	J,12	0,73	04,30	140T
	Кондитерское изделие	30	2,10	2,74	20,08	116,79	б/н
Итого	попдитереное изделие	210	7,00	7,86	26,83	201,14	0/11
7111000			.,00	.,00			
Итого день		1203	31,59	36,47	157,20	1 008,19	
Среднее значение за период		1 244,	31,86	35,96	155,47	1 063,20	
		4					

Утверждаю
Заведующий
МБДОУ ЦРР детский сад №6 МОЩР
ст. Старощербиновская
С.А. Сюсюкало

Технологическая карта № _____

Наименование изделия: каша вязкая с изюмом

Номер рецептуры: № 176

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях /Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. -М.:ДеЛи плюс, 2014-584с.

Наименование сырья	Расход сырья и полуфабрикатов				
	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет		
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г	
Крупа рисовая или манная	29	29	39	39	
Молоко	75	75	100	100	
Вода	330	33	44	44	
Caxap	10	10	10	10	
Масло сливочное	3	3	5	5	
Изюм	19,1	19	25,5	25	
Выход		150		200	

Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)

Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)

Пищевые вещества						
Белки, г Жиры, г Углеводы, Энерг.						
		Γ	ценность,			
		ккал				
3,4	3,96	22,94	141			

Пищевые вещества						
Белки, г	Белки, г Жиры, г Углеводы, Энерг.					
		Γ	ценность,			
	ккал					
4,5	5,28	30,58	188			

Технология приготовления: в кипящую воду всыпают подготовленную крупу и варят, периодически помешивая до полуготовности, после этого добавляют молоко, соль, сахар, замоченный изюм и продолжают варку до готовности. Горячую кашу отпускают с прокипяченным маслом.

Требования к качеству

Внешний вид: зерна крупы набухшие, полностью разваривают, каша полита маслом

Консистенция: однородная, вязкая, зерна-мягкие, изюм - мягкий

Цвет: свойственный данному виду крупы и изюма

Вкус: характерный для крупы и входящих в блюдо продуктов Запах: : характерный для крупы и входящих в блюдо продуктов

Утверждаю
Заведующий
МБДОУ ЦРР детский сад №6 МОЩР
ст. Старощербиновская
С.А. Сюсюкало

Технологическая карта № _____

Наименование изделия: каша вязкая с изюмом

Номер рецептуры: № 294

Наименование сборника рецептур: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях /Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. -М.:ДеЛи плюс, 2014-584с.

Наименование сырья		Расход сырья и полуфабрикатов				
	Дети с	Дети с 1,5-3 лет		Дети с 3-7 лет		
	Брутто, г	Нетто, г	Брутто, г	Нетто, г		
Печень говяжья	113	94	136	113		
Крупа рисовая	19	19	23	23		
Лук репчатый	15	15	20	20		
Масло сливочное	4	4	5	5		
Яйца	1/5	8	1/4	10		
Яйца на смазку	1/20	2	1/13	3		
Выход		150		200		

Химический состав данного блюда (дети с 1,5-3 лет)

Химический состав данного блюда (дети с 3-7 лет)

Пищевые вещества						
Белки, г	Белки, г Жиры, г Углеводы, Энерг.					
		Γ	ценность,			
	ккал					
14,6	6,37	12,52	180,15			

Пищевые вещества					
Белки, г Жиры, г Углеводы, Энерг.					
		Γ	ценность,		
	ккал				
19,5	8,5	16,7	240,2		

Технология приготовления: печень промывают в холодной воде, снимают пленку, вырезают внутренние кровеносные сосуды. Подготовленную печень нарезают, пропускают через мясорубку. Из рисовой крупы варят рассыпчатую кашу на воде и охлаждают до 60-70 градусов. Очищенный и промытый репчатый лук мелко нарезают и припускают с маслом сливочным. Измельченную печень соединяют с рассыпчатой кашей, добавляют припущенный лук, яйца, соль и перемешивают. На смазанный жиром противень кладут приготовленную массу, поверхность смазывают яйцом и запекают. При отпуске запеканку нарезают по 1 куску на порцию. Отпускают с прокипячённым сливочным маслом или соусом сметанным.

Требования к качеству

Внешний вид: запеканка нарезана ровными кусками, поверхность изделия не растрескавшаяся, изделие полито соусом.

Консистенция: мягкая, нежная

Цвет: корочки - свойственный запеченному продукту *Вкус:* свойственный продуктам, входящим в блюдо

Запах: : запеченной печени и продуктов, входящих в блюдо