

Утверждено:  
Заведующая \_\_\_\_\_

Т.Н.Чилимская

МАДОУ "ДС № 378 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

Приложение №8  
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

№ реç.	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)					Минеральные вещества (г, мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
1		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1</b>			<b>58,00</b>	<b>50,00</b>	<b>186,00</b>	<b>1425,00</b>										
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>19,10</b>	<b>22,14</b>	<b>55,39</b>	<b>497,18</b>										
РТ990/1	Каша ячневая молочная бу/л	134	7,18	7,99	26,42	206,29										
РТ253/1	Кофейный напиток с молоком бу/л	150	4,45	4,64	12,96	111,38										
РТ337/1	Батон с маслом с сыром бу/л	46	4,93	7,21	15,87	148,09										
РТ327/1	Яйцо отварное	20	2,54	2,30	0,14	31,42										
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>4,35</b>	<b>4,80</b>	<b>12,75</b>	<b>111,60</b>										
РТ251/1	Кефир	150	4,35	4,80	12,75	111,60										
<b>ОБЕД</b>			<b>14,45</b>	<b>14,88</b>	<b>62,55</b>	<b>441,54</b>										
(Н4)Р/1	Свекольная икра бу/л с 01.01	30	0,45	2,34	2,64	33,39										
РТ370/1	Суп Крестьянский со сметаной бу/л	150	2,11	5,27	11,79	102,84										
РТ183/1	Гуляш "Объедение" из куриных грудок	60	6,43	4,67	2,93	79,38										
РТ194/1	Макаронные изделия отварные с овощами	110	3,51	2,24	21,30	119,32										
	зима 2021															
РТ338/1	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44										
РТ240/1	Компот из свежих яблок бу/л	150	0,12		11,92	48,17										
<b>УЖИН</b>			<b>20,19</b>	<b>8,11</b>	<b>55,18</b>	<b>374,49</b>										
РТ138/1	Рыба, запеченная в оmlете (ужин) бу/л	100	16,99	6,62	3,29	140,72										
Р/1	Хлеб пшеничный ужин	20	1,52	0,16	9,84	46,88										
НРТ41/1	Сок	150	0,45	0,15	22,80	94,35										
РТ336/1	Яблоко (ужин)	120	0,48		11,76	48,96										
Р1/1	Печенье 10	10	0,75	1,18	7,49	43,58										

Утверждаю:  
Заведующая \_\_\_\_\_

Т.Н.Чилимская

МАДОУ "ДС № 378 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

Приложение №8  
к СанПин 2.3.12.4.3590-20

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)						Минеральные вещества (г, мг)		
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2</b>			<b>74,00</b>	<b>52,00</b>	<b>217,00</b>	<b>1626,00</b>									
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>14,77</b>	<b>18,08</b>	<b>58,11</b>	<b>454,22</b>									
РТ900/1	Каша манная молочная жидкая бу/л	134	5,90	6,94	22,77	177,12									
РТ248/1	Какао с молоком	150	3,96	4,28	13,18	107,08									
РТ327/1	Яйцо отварное*	20	2,54	2,30	0,14	31,42									
РТ338/1	Батон с маслом и повидлом	46	2,37	4,56	22,02	138,60									
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>0,45</b>	<b>0,15</b>	<b>22,80</b>	<b>94,35</b>									
НРТ41/1	Сок 100	150	0,45	0,15	22,80	94,35									
<b>ОБЕД</b>			<b>25,15</b>	<b>17,96</b>	<b>55,57</b>	<b>484,49</b>									
РТ330/1	Огурец соленый порционный бу/л зима	30	0,24		0,51	3,00									
РТ369/1	Суп картофельный с рыбой консер. бу/л	150	5,10	7,54	13,17	140,73									
Р282/1	Котлета "Затейники" из свинины	60	15,33	6,70	9,77	160,82									
РТ200/1	Капуста тушеная с яблоком (обед) * **	110	2,31	3,36	7,34	68,88									
РТ256/1	Напиток из шиповника новый	150	0,34		12,81	52,62									
РТ338/1	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44									
<b>УЖИН</b>			<b>33,21</b>	<b>15,51</b>	<b>80,30</b>	<b>593,38</b>									
Р1170/1	Запеканка из творога ужин бу/л	110	22,89	8,30	12,93	217,83									
Р274/1	Булочка "Домашняя" бу/л	50	5,06	2,31	34,97	180,83									
РТ255/1	Молоко кипяченое(НАП)	150	4,35	4,80	7,05	88,80									
РТ336/1	Яблоко (ужин)	90	0,36		8,82	36,72									
НРТ44/1	Фруктовый салат без апельсина	90	0,55	0,10	16,53	69,20									

Утверждаю:  
Заведующая \_\_\_\_\_

Т.Н.Чилинская

МАДОУ "ДС № 378 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

Приложение №8  
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)						Минеральные вещества (г, мг)		
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3</b>			<b>72,00</b>	<b>56,00</b>	<b>183,00</b>	<b>1521,00</b>									
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>16,76</b>	<b>22,52</b>	<b>32,39</b>	<b>399,23</b>									
РТ110/1	Омлет натуральный нов. *	130	9,43	11,20	2,54	148,62									
РТ253/1	Кофейный напиток с молоком 1	150	4,01	4,16	12,25	102,50									
РТ387/1	Батон с маслом бу/л	36	2,33	4,56	15,52	112,44									
РТ332/1	Салат из зеленого горошка "УДИВИТЕЛЕ"	34	0,99	2,60	2,08	35,67									
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>0,14</b>		<b>10,43</b>	<b>42,26</b>									
ТК282/1	Напиток " ЛИМОННЫЙ" бу/л	150	0,14		10,43	42,26									
<b>ОБЕД</b>			<b>27,74</b>	<b>19,55</b>	<b>58,88</b>	<b>522,28</b>									
Ргоров/	Салат из отварной моркови с яблоком бу	30	0,61	1,84	4,14	35,59									
РТ470/1	Суп -лапша домашняя бу/л	150	3,86	4,41	23,82	150,24									
ТТК183/	Мясной рулет из мяса птицы с овощами	160	21,12	12,94	9,96	240,75									
РТ241/1	Компот из смеси сухофруктов новая	150	0,32		8,99	37,26									
РТ338/1	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44									
<b>УЖИН</b>			<b>27,18</b>	<b>13,57</b>	<b>81,68</b>	<b>557,27</b>									
РТ134/1	Котлеты рыбные "Солнышко" бу/л	80	18,46	3,24	9,24	139,93									
ТК169/1	Запеканка овощная (ужин) бу/л	130	5,25	7,66	24,82	188,95									
НРТ41/1	Сок новая	150	0,45	0,15	22,80	94,35									
Р/1	Хлеб пшеничный ужин	20	1,52	0,16	9,84	46,88									
Р1/1	Печенье	20	1,50	2,36	14,98	87,16									

Утверждаю:  
Заведующая \_\_\_\_\_ Т.Н.Чилимская

МАДОУ "ДС № 378 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

Приложение №8  
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

№ реч.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (з, мг)					Минеральные вещества (з, мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4</b>			<b>55,00</b>	<b>56,00</b>	<b>190,00</b>	<b>1485,00</b>										
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>15,32</b>	<b>17,67</b>	<b>62,12</b>	<b>468,83</b>										
РТ96/1	Каша пшеница молочная жидкая бу/л	134	6,40	6,65	27,71	196,31										
РТ253/1	Кофейный напиток с молоком 1	150	4,01	4,16	12,25	102,50										
РТ327/1	Яйцо отварное*	20	2,54	2,30	0,14	31,42										
РТ338/1	Батон с маслом и повидлом	46	2,37	4,56	22,02	138,60										
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>0,48</b>		<b>11,76</b>	<b>48,96</b>										
РТ336/1	Яблоко 90/90	120	0,48		11,76	48,96										
<b>ОБЕД</b>			<b>16,43</b>	<b>19,83</b>	<b>65,13</b>	<b>504,61</b>										
ТК1/1	Винегрет "РАДУГА" овощной бу/л зима	30	0,51	1,85	2,80	29,89										
РТ270/1	Борщ со сметаной	150	2,68	5,69	15,91	125,51										
ТК297/1	Мясной хлебец птица "Деликатесный" бу	60	7,92	8,93	3,69	126,78										
РТ206/1	Картофельное пюре (обед) бу/л	110	3,17	3,00	21,77	126,73										
РТ241/1	Компот из смеси сухофруктов новая	150	0,32		8,99	37,26										
РТ338/1	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44										
<b>УЖИН</b>			<b>23,26</b>	<b>18,35</b>	<b>51,07</b>	<b>462,26</b>										
РТ10/1	Салат из моркови и яблок	50	0,54	5,04	4,24	64,43										
Р1170/1	Запеканка из творога ужин бу/л	110	18,28	7,81	9,69	182,13										
РТ263/1	Чай ПРИНЦЕССА	150			11,00	44,01										
Р/1	Хлеб пшеничный ужин	20														
ТК218/1	Соус молочный сладкий 20 бу/л	20	0,81	1,40	4,37	33,29										
Т2940/1	Пирожок с капустой	50	3,63	4,10	21,77	138,40										

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)					Минеральные вещества (г, мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5</b>			<b>60,00</b>	<b>46,00</b>	<b>175,00</b>	<b>1357,00</b>										
<b>ЗАВТРАК</b>				<b>11,81</b>	<b>16,10</b>	<b>46,07</b>										
РТ440/1	Суп молочный с вермишелью бу/л	164	5,52	7,26	17,37	156,90										
РТ248/1	Какао с молоком	150	3,96	4,28	13,18	107,08										
РТ387/1	Батон с маслом	36	2,33	4,56	15,52	112,44										
<b>10 ЧАСОВ</b>				<b>0,45</b>	<b>0,15</b>	<b>22,80</b>	<b>94,35</b>									
НРТ41/1	Сок новая	150	0,45	0,15	22,80	94,35										
<b>ОБЕД</b>				<b>27,44</b>	<b>15,23</b>	<b>65,81</b>	<b>510,21</b>									
РТ334/1	Салат из свеклы с чесноком бу/л зима	30	0,47	2,53	2,72	35,49										
РТ560/1	Щи с капуст, картоф, и сметаной	150	2,43	3,69	14,48	100,86										
Р282/1	Котлета "Затейники" из свинины бу/л	60	15,33	6,70	9,77	160,82										
ТК390/1	Пюре из гороха с пассерованным луком:	110	7,28	1,95	18,52	120,79										
РТ374/1	Чай с лимоном	150	0,10		8,35	33,81										
РТ338/1	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44										
<b>УЖИН</b>				<b>20,16</b>	<b>14,74</b>	<b>40,71</b>	<b>375,95</b>									
РТ360/1	Суфле "ВКУСНЯШКА" из печени бу/л	80	12,57	5,20	12,61	147,42										
РТ393/1	Овощи тушеные (ужин) бу/л	110	2,16	4,66	8,29	83,65										
РТ255/1	Молоко кипяченое(НАП)	150	4,35	4,80	7,05	88,80										
Р/1	Хлеб пшеничный ужин	10	0,76	0,08	4,92	23,44										
РТ336/1	Яблоко	80	0,32		7,84	32,64										

Утверждаю:  
Заведующая

Т.Н. Чиглинская

МАДОУ "ДС № 378 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

Приложение №8  
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

№ реч.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г:			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (з, мг)					Минеральные вещества (з, мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1</b>			<b>56,00</b>	<b>54,00</b>	<b>179,00</b>	<b>1423,00</b>										
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>14,92</b>	<b>18,31</b>	<b>63,89</b>	<b>480,03</b>										
РТ900/1	Каша манная молочная жидкая бу/л	134	5,90	6,94	22,77	177,12										
РТ253/1	Кофейный напиток с молоком бу/л	150	4,01	4,16	12,25	102,50										
РТ337/1	Батон с маслом с сыром бу/л	46	4,93	7,21	15,87	148,09										
/0	повидло	20	0,08		13,00	52,32										
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>4,35</b>	<b>4,80</b>	<b>12,75</b>	<b>111,60</b>										
РТ251/1	Кефир	150	4,35	4,80	12,75	111,60										
<b>ОБЕД</b>			<b>19,26</b>	<b>16,39</b>	<b>63,60</b>	<b>478,65</b>										
РТ326/1	Салат из свеклы и яблок бу/л зима	30	0,33	3,02	2,51	38,49										
ТТ372/1	Суп Кудрявый бу/л	150	3,43	2,84	15,19	99,84										
ТК343/1	Котлеты "МЯСНОЙ ФОКУС" обед	60	11,33	5,64	8,81	131,28										
РТ770/1	Рагу из овощей (обед)	110	2,22	4,53	13,20	102,43										
РТ240/1	Компот из свежих яблок бу/л	150	0,12		11,92	48,17										
РТ338/1	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44										
<b>УЖИН</b>			<b>17,32</b>	<b>14,19</b>	<b>38,87</b>	<b>352,45</b>										
РТ328/1	Икра кабачковая порционная "АРОМАТН	50	0,95		3,85	19,20										
ТК297/0	Мясной хлебец "Деликатесный" бу/л	70	9,34	9,15	3,41	133,33										
РТ255/1	Молоко кипяченое(НАП)	150	4,35	4,80	7,05	88,80										
Р/1	Хлеб пшеничный ужин	30	2,28	0,24	14,76	70,32										
РТ336/1	Яблоко (ужин)*	100	0,40		9,80	40,80										

Утверждено:  
Заведующая \_\_\_\_\_

Т.Н. Чилимская

МАДОУ "ДС № 378 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

Приложение №8  
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

№ реч.	Пример блюда, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)					Минеральные вещества (г, мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2</b>			<b>70,00</b>	<b>41,00</b>	<b>198,00</b>	<b>1437,00</b>										
<b>ЗАВТРАК</b>				<b>24,95</b>	<b>8,19</b>	<b>48,31</b>	<b>366,69</b>									
Р1170/1	Запеканка из творога новая бул/*	110	22,32	7,25	10,49	196,50										
Т342/0	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,51										
РТ263/1	Чай ПРИНЦЕССА	150			11,00	44,01										
НРТ44/1	Фруктовый салат без апельсина	60	0,38	0,07	11,40	47,67										
<b>10 ЧАСОВ</b>				<b>4,35</b>	<b>4,80</b>	<b>12,75</b>	<b>111,60</b>									
РТ251/1	Кефир	150	4,35	4,80	12,75	111,60										
<b>ОБЕД</b>				<b>21,25</b>	<b>14,65</b>	<b>64,61</b>	<b>474,96</b>									
(Н1)Р/1	Морковная икра СОЛНЫШКО бул/л зима	30	0,49	2,54	2,58	35,04										
НРТ13/1	Борщ Сибирский	150	3,03	2,85	15,73	100,56										
РТ161/1	Биточки "ГУСАРИКИ" из свинины	60	12,07	6,66	4,04	124,34										
РТ194/1	Макаронные изделия отварные с овощами зима 2021	110	3,51	2,24	21,30	119,32										
РТ241/1	Компот из смеси сухофруктов бул/л	150	0,32		8,99	37,26										
РТ338/1	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44										
<b>УЖИН</b>				<b>19,60</b>	<b>12,95</b>	<b>72,28</b>	<b>483,81</b>									
РТ230/1	Салат Овощной зима	50	0,99	2,64	6,43	53,43										
РТ360/1	Суфле "ВКУСНЯШКА" из печени бул/л	80	12,60	5,21	12,62	147,68										
РТ256/1	Напиток из шиповника весна	150	0,34		12,81	52,62										
РТ279/1	Коржик молочный	50	4,17	4,52	30,14	177,74										
Т342/0	Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,34										

Утверждено:  
Заведующая \_\_\_\_\_

Т.Н.Чилимская

МАДОУ "ДС № 378 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

Приложение №8  
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

№ рек.	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)							Минеральные вещества (г, мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
1		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15				
<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3</b>			<b>58,00</b>	<b>48,00</b>	<b>212,00</b>	<b>1513,00</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>20,22</b>	<b>20,72</b>	<b>58,62</b>	<b>501,84</b>												
РТ910/1	Каша пшеничная молочная жидкая бул/л	134	8,74	7,05	30,36	219,83												
РТ253/1	Кофейный напиток с молоком бул/л	150	4,01	4,16	12,25	102,50												
РТ337/1	Батон с маслом с сыром бул/л	46	4,93	7,21	15,87	148,09												
РТ327/1	Яйцо отварное	20	2,54	2,30	0,14	31,42												
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>4,35</b>	<b>4,80</b>	<b>12,75</b>	<b>111,60</b>												
РТ251/1	Кефир	150	4,35	4,80	12,75	111,60												
<b>ОБЕД</b>			<b>15,55</b>	<b>9,93</b>	<b>65,02</b>	<b>411,56</b>												
РТ330/1	Огулец соленый порционный бул/л зима	30	0,24		0,51	3,00												
РТ371/1	Суп "ХАРЧО" бул/л	150	1,82	1,71	14,48	80,66												
РТ183/1	Гуляш "Объедение" из куриных грудок бу	60	8,37	4,86	4,37	94,56												
РТ206/1	Картофельное пюре (обед) бул/л	110	3,17	3,00	21,77	126,73												
РТ240/1	Компот из свежих яблок бул/л	150	0,12		11,92	48,17												
РТ338/1	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44												
<b>УЖИН</b>			<b>17,39</b>	<b>12,82</b>	<b>75,62</b>	<b>487,51</b>												
ТК169/1	Запеканка овощная с мясом бул/л	110	13,52	10,15	18,20	218,32												
НРТ41/1	Сок новая	150	0,45	0,15	22,80	94,35												
Р/1	Хлеб пшеничный ужин	20	1,52	0,16	9,84	46,88												
Р1/1	Печенье	20	1,50	2,36	14,98	87,16												
РТ336/1	Яблоко	100	0,40		9,80	40,80												

Утверждаю:  
Заведующая \_\_\_\_\_

Т.Н.Чилимская

МАДОУ "ДС № 378 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

Приложение №8  
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)					Минеральные вещества (г, мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4</b>			<b>65,00</b>	<b>50,00</b>	<b>228,00</b>	<b>1620,00</b>										
<b>ЗАВТРАК</b>				<b>14,91</b>	<b>18,31</b>	<b>61,93</b>	<b>472,12</b>									
РТ91/1	Каша кукурузная молочная жидкая*	134	6,04	7,17	26,59	195,02										
РТ248/1	Какао с молоком	150	3,96	4,28	13,18	107,08										
РТ327/1	Яйцо отварное*	20	2,54	2,30	0,14	31,42										
РТ338/1	Батон с маслом и повидлом	46	2,37	4,56	22,02	138,60										
<b>10 ЧАСОВ</b>				<b>0,45</b>	<b>0,15</b>	<b>22,80</b>	<b>94,35</b>									
НРТ41/1	Сок 100	150	0,45	0,15	22,80	94,35										
<b>ОБЕД</b>				<b>25,10</b>	<b>16,06</b>	<b>60,40</b>	<b>486,35</b>									
РТ2/1	Салат витаминный бу/л зима	30	0,42	3,03	2,57	39,15										
Р3970/1	Суп овощной с фасолью и смет. с фрикадельками зима Копия	150	3,59	3,03	8,37	75,07										
Т1630/1	Плов "ВОСТОК" из отварной свинины	170	19,14	9,64	25,57	265,52										
РТ240/1	Компот из свежих яблочк бу/л	150	0,12		11,92	48,17										
РТ338/1	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44										
<b>УЖИН</b>				<b>24,51</b>	<b>15,33</b>	<b>82,69</b>	<b>566,77</b>									
ТК343/1	Котлеты "МЯСНОЙ ФОКУС"ужин	50	9,75	4,71	7,55	111,61										
РТ194/1	Макаронные изделия отварные с овощами	120	4,25	3,85	25,66	154,26										
РТ255/1	Молоко кипяченое(НАП)	150	4,35	4,80	7,05	88,80										
Р/1	Хлеб пшеничный ужин	30	2,28	0,24	14,76	70,32										
Р275/1	Булочка "Дорожная"	50	3,88	1,73	27,67	141,78										

Утверждаю: \_\_\_\_\_ Т.Н.Чилимская

МАДОУ "ДС № 378 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Приложение №8

№ рек.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)					Минеральные вещества (г, мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5</b>			<b>60,00</b>	<b>44,00</b>	<b>196,00</b>	<b>1420,00</b>										
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>16,08</b>	<b>18,69</b>	<b>64,37</b>	<b>489,99</b>										
РТ96/1	Каша пшеничная молочная жидкая бу/л	134	7,21	7,55	29,03	212,89										
РТ248/1	Какао с молоком	150	3,96	4,28	13,18	107,08										
РТ327/1	Яйцо отварное*	20	2,54	2,30	0,14	31,42										
РТ338/1	Батон с маслом и повидлом	46	2,37	4,56	22,02	138,60										
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>0,45</b>	<b>0,15</b>	<b>22,80</b>	<b>94,35</b>										
НРТ41/1	Сок 100	150	0,45	0,15	22,80	94,35										
<b>ОБЕД</b>			<b>20,70</b>	<b>12,62</b>	<b>61,54</b>	<b>442,54</b>										
Ргоров/	Салат из отварной моркови с яблоком бу	30	0,61	1,84	4,14	35,59										
РТ371/1	Суп рисовый с мясом бу/л	150	4,10	2,70	13,32	93,88										
РТ157/1	Запеканка картофельная с мясом новая	170	13,84	7,72	23,12	217,37										
РТ241/1	Компот из смеси сухофруктов новая	150	0,32		8,99	37,26										
РТ338/1	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44										
<b>УЖИН</b>			<b>22,56</b>	<b>12,53</b>	<b>47,46</b>	<b>392,87</b>										
РТ138/1	Рыба, запеченая в омлете (ужин)	100	16,55	6,23	2,73	133,25										
ТК1/0	Винегрет "РАДУГА"овощной	50	0,50	2,05	2,86	31,92										
Р/1	Хлеб пшеничный ужин	25	1,90	0,20	12,30	58,60										
НРТ43/1	Пирожок с яблоком бу/л	50	3,12	1,29	25,17	124,66										
ТК484/1	Кисель из концентрата	150			2,99	11,98										
РТ226/1	Соус сметанный Бу/л ужин	25	0,49	2,76	1,41	32,46										

Утверждено:

Заведующая

Т.Н. Чилимская

МАДОУ "ДС № 378 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

№ рец.	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)					Минеральные вещества (г, мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
1		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
<b>НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 1</b>			<b>62,00</b>	<b>57,00</b>	<b>167,00</b>	<b>1430,00</b>										
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>16,82</b>	<b>19,35</b>	<b>33,61</b>	<b>375,77</b>										
РТ110/1	Омлет натуральный нов.*	130	9,43	11,20	2,54	148,62										
РТ248/1	Какао с молоком	150	3,96	4,28	13,18	107,08										
Т342/0	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,51										
РТ332/1	Салат из зеленого горошка "УДИВИТЕЛЕ"	40	1,18	3,00	2,47	41,56										
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>4,35</b>	<b>4,80</b>	<b>12,75</b>	<b>111,60</b>										
РТ251/1	Кефир	150	4,35	4,80	12,75	111,60										
<b>ОБЕД</b>			<b>19,57</b>	<b>16,79</b>	<b>52,71</b>	<b>440,13</b>										
РТ334/1	Салат из свеклы с чесноком "ОБЪЕДЕНИ"	30	0,93	2,56	5,40	48,29										
НРТ13/1	Борщ Сибирский	150	2,49	2,74	11,38	80,09										
РТ161/1	Биточки "ГУСАРИКИ" из свинины	60	12,07	6,66	4,04	124,34										
РТ770/1	Рагу из овощей бу/л	110	1,93	4,47	10,93	91,71										
РТ241/1	Компот из смеси сухофруктов новая	150	0,32		8,99	37,26										
РТ338/1	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44										
<b>УЖИН</b>			<b>21,48</b>	<b>15,88</b>	<b>68,40</b>	<b>502,22</b>										
ТК343/1	Котлеты "МЯСНОЙ ФОКУС"ужин	50	9,84	4,76	7,55	112,37										
РТ213/1	Овощное пюре (ужин)	110	2,72	1,80	13,86	82,51										
РТ255/1	Молоко кипяченое(НАП)	150	4,35	4,80	7,05	88,80										
РТ336/1	Яблоко (ужин)	100	0,40		9,80	40,80										
РТ279/1	Коржик молочный	50	4,17	4,52	30,14	177,74										

Утверждено:  
Заведующая \_\_\_\_\_  
Т.Н. Чилимская

МАДОУ "ДС № 378 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

Приложение №8  
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (з.мг)					Минеральные вещества (з.мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
1		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
<b>НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 2</b>			<b>58,00</b>	<b>46,00</b>	<b>197,00</b>	<b>1428,00</b>										
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>12,46</b>	<b>15,89</b>	<b>67,36</b>	<b>462,28</b>										
РТ91/1	Каша кукурузная молочная жидкая*	134	6,04	7,17	26,59	195,02										
РТ253/1	Кофейный напиток с молоком 1	150	4,01	4,16	12,25	102,50										
РТ338/1	Батон с маслом и повидлом	56	2,41	4,56	28,52	164,76										
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>4,35</b>	<b>4,80</b>	<b>12,75</b>	<b>111,60</b>										
РТ251/1	Кефир	150	4,35	4,80	12,75	111,60										
<b>ОБЕД</b>			<b>16,07</b>	<b>11,15</b>	<b>66,91</b>	<b>432,24</b>										
РТ2/1	Салат витаминный бу/л зима	30	0,42	3,03	2,57	39,15										
РТ371/1	Суп "ХАРЧО"	150	2,01	1,75	16,03	87,96										
РТ153/1	Гуляш из сердца	60	8,18	3,77	3,12	79,20										
РТ194/1	Макаронные изделия отварные с овощами зима 2021	110	3,51	2,24	21,30	119,32										
РТ338/1	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44										
РТ240/1	Компот из свежих яблок бу/л	150	0,12		11,92	48,17										
<b>УЖИН</b>			<b>24,67</b>	<b>13,87</b>	<b>49,56</b>	<b>421,54</b>										
Р1170/1	Запеканка из творога ужин бу/л	110	22,88	7,50	12,90	210,48										
РТ226/1	Соус сметанный БУ/П	30	0,56	3,19	1,63	37,45										
РТ10/1	Салат из моркови с сахаром бу/л зима	30	0,42	3,03	3,41	42,54										
НРТ41/1	Сок новая	150	0,45	0,15	22,80	94,35										
РТ336/1	Яблоко (ужин)	90	0,36		8,82	36,72										

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)					Минеральные вещества (г, мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
1		2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
<b>НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 3</b>			<b>71,00</b>	<b>52,00</b>	<b>197,00</b>	<b>1541,00</b>										
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>16,03</b>	<b>20,69</b>	<b>58,96</b>	<b>486,19</b>										
РТ96/1	Каша пшеничная молочная жидкая бул/л	134	5,25	6,32	21,06	162,14										
РТ255/1	Молоко кипяченое(НАП)	150	4,35	4,80	7,05	88,80										
РТ337/1	Батон с маслом с сыром бул/л	46	4,93	7,21	15,87	148,09										
Р1/1	Печенье	20	1,50	2,36	14,98	87,16										
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>0,45</b>	<b>0,15</b>	<b>22,80</b>	<b>94,35</b>										
НРТ41/1	Сок	150	0,45	0,15	22,80	94,35										
<b>ОБЕД</b>			<b>24,57</b>	<b>19,19</b>	<b>58,24</b>	<b>504,02</b>										
РТ1/1	Салат Пикантный бул/л зима	30	2,66	4,81	0,65	56,53										
РТ560/1	Щи с капуст, картоф, и сметаной	150	2,43	3,69	14,48	100,86										
Р282/1	Котлета "Затейники"из свинины	60	15,33	6,70	9,77	160,82										
РТ207/1	Розовое пюре бул/л	110	2,00	3,63	12,38	90,11										
РТ241/1	Компот из смеси сухофруктов новая	150	0,32		8,99	37,26										
РТ338/1	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44										
<b>УЖИН</b>			<b>29,80</b>	<b>12,24</b>	<b>56,78</b>	<b>456,33</b>										
РТ134/1	Котлеты рыбные "Солнышко" бул/л	70	16,07	2,83	8,00	121,73										
ТК234/1	Омлет с овощам ужин бул/л	120	8,37	7,84	4,08	120,37										
Р/1	Хлеб пшеничный ужин	10	0,76	0,08	4,92	23,44										
T272/1	Булочка "Розовая"	50	4,46	1,49	28,35	144,54										
ТК282/1	Напиток " ЛИМОННЫЙ"	150	0,14		11,43	46,25										

Утверждено:  
Заведующая \_\_\_\_\_

Т.Н. Чилимская

МАДОУ "ДС № 378 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

Приложение №8  
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (з, мг)					Минеральные вещества (з, мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
<b>НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 4</b>			<b>71,00</b>	<b>62,00</b>	<b>213,00</b>	<b>1698,00</b>										
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>19,18</b>	<b>20,78</b>	<b>73,46</b>	<b>557,58</b>										
РТ910/1	Каша пшеничная молочная жидкая бу/л	134	8,74	7,05	30,36	219,83										
РТ253/1	Кофейный напиток с молоком 1	150	4,01	4,16	12,25	102,50										
РТ337/1	Батон с маслом с сыром бу/л	46	4,93	7,21	15,87	148,09										
Р1/1	Печенье	20	1,50	2,36	14,98	87,16										
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>0,14</b>	<b>2,36</b>	<b>14,98</b>	<b>87,16</b>										
ТК282/1	Напиток " ЛИМОННЫЙ" бу/л	150	0,14		10,43	42,26										
<b>ОБЕД</b>			<b>20,10</b>	<b>19,66</b>	<b>69,59</b>	<b>535,42</b>										
РТ326/1	Салат из свеклы и яблок бу/л зима	30	0,33	3,02	2,51	38,49										
РТ470/1	Суп -папша домашняя бу/л	150	3,86	4,41	23,82	150,24										
ТК323/1	Биточки "ЗОЛОТОЙ ГРЕБЕШОК" из кури-	60	11,74	7,34	6,17	137,65										
РТ770/1	Рагу из овощей бу/л	110	2,22	4,53	13,20	102,43										
РТ240/1	Компот из свежих яблок бу/л	150	0,12		11,92	48,17										
РТ338/1	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44										
<b>УЖИН</b>			<b>31,83</b>	<b>21,78</b>	<b>59,85</b>	<b>562,59</b>										
Р1170/1	Запеканка из творога ужин бу/л	110	22,88	7,50	12,90	210,48										
РТ226/1	Соус сметанный бу/л	20	0,37	2,13	1,09	24,98										
РТ255/1	Молоко кипяченое(НАП)	150	4,35	4,80	7,05	88,80										
РТ336/1	Яблоко	90	0,36		8,82	36,72										
НРТ27/1	Булочка "Нежная"	50	3,87	7,35	29,99	201,61										

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Щцевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)					Минеральные вещества (г, мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
1		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
<b>НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 5</b>			<b>60,00</b>	<b>50,00</b>	<b>170,00</b>	<b>1374,00</b>										
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>15,01</b>	<b>18,37</b>	<b>59,42</b>	<b>463,04</b>										
РТ840/1	Каша "Дружба" бу/л	134	6,09	7,35	25,01	190,52										
РТ253/1	Кофейный напиток с молоком 1	150	4,01	4,16	12,25	102,50										
РТ338/1	Батон с маслом и повидлом	46	2,37	4,56	22,02	138,60										
РТ327/1	Яйцо отварное*	20	2,54	2,30	0,14	31,42										
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>0,14</b>		<b>1,45</b>	<b>6,33</b>										
ТК282/1	Напиток "ЛИМОННЫЙ" бу/л	150	0,14		1,45	6,33										
<b>ОБЕД</b>			<b>20,95</b>	<b>13,36</b>	<b>53,51</b>	<b>417,91</b>										
РТ328/1	Икра кабачковая порционная бу/л зима	30	0,57		2,31	11,52										
РТ371/1	Суп рисовый с мясом бу/л	150	4,16	2,71	13,82	96,24										
РТ161/1	Биточки "ГУСАРИКИ" из свинины бу/л	60	12,07	6,66	4,04	124,34										
РТ207/1	Розовое пюре бу/л	110	2,00	3,63	12,38	90,11										
РТ241/1	Компот из смеси сухофруктов новая	150	0,32		8,99	37,26										
РТ338/1	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44										
<b>УЖИН</b>			<b>24,37</b>	<b>18,67</b>	<b>55,32</b>	<b>486,77</b>										
РТ10/1	Салат из моркови с сахаром	50	0,56	5,04	5,56	69,83										
Р282/1	Котлета "Затейники" из свинины	50	12,71	5,40	8,12	131,90										
ТК234/1	Омлет с овощами	120	8,37	7,84	4,08	120,37										
Р/1	Хлеб пшеничный ужин	30	2,28	0,24	14,76	70,32										
НРТ41/1	Сок новая	150	0,45	0,15	22,80	94,35										

Утверждено:  
Заведующая \_\_\_\_\_  
Т.Н. Чилимская

МАДОУ "ДС № 378 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

Приложение №8  
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)					Минеральные вещества (г, мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
1		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
<b>НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 1</b>			<b>69,00</b>	<b>45,00</b>	<b>192,00</b>	<b>1451,00</b>										
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>14,87</b>	<b>18,02</b>	<b>57,27</b>	<b>450,82</b>										
РТ900/1	Каша манная молочная жидкая нов. *	134	5,95	7,00	22,86	178,30										
РТ253/1	Кофейный напиток с молоком 1	150	4,01	4,16	12,25	102,50										
РТ387/1	Батон с маслом бу/л	36	2,33	4,56	15,52	112,44										
РТ327/1	Яйцо отварное *	20	2,54	2,30	0,14	31,42										
/0	повидло	10	0,04		6,50	26,16										
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>0,14</b>		<b>10,43</b>	<b>42,26</b>										
ТК282/1	Напиток " ЛИМОННЫЙ" бу/л	150	0,14		10,43	42,26										
<b>ОБЕД</b>			<b>22,25</b>	<b>16,29</b>	<b>60,08</b>	<b>476,00</b>										
РТ212/1	Свекла на гарнир "ЛОМТИК" бу/л зима	30	0,45	0,03	2,64	12,63										
РТ32/1	Рассольник домашний со сметаной	150	2,10	4,67	13,51	104,42										
Р282/1	Котлета "Затейники" из свинины	60	15,33	6,70	9,77	160,82										
РТ770/1	Рагу из овощей бу/л	110	2,22	4,53	13,20	102,43										
РТ241/1	Компот из смеси сухофруктов новая	150	0,32		8,99	37,26										
РТ338/1	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44										
<b>УЖИН</b>			<b>31,78</b>	<b>10,93</b>	<b>64,07</b>	<b>481,56</b>										
РТ359/1	Суфле из рыбы "Золотая рыбка"*	120	20,49	3,66	3,39	128,33										
РТ336/1	Яблоко (ужин)	90	0,36		8,82	36,72										
Р274/1	Булочка "Домашняя" бу/л	50	5,06	2,31	34,97	180,83										
РТ255/1	Молоко кипяченое(НАП)	150	4,35	4,80	7,05	88,80										
Р/1	Хлеб пшеничный ужин	20	1,52	0,16	9,84	46,88										