

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-
20

Учреждение: МАДОУ МО г. Краснодар "Д/С № 170"

Сезон: ВЕСНА
Возрастная категория: сад 5-7

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель _____ **СИНИЧУК О.И.**
подпись расшифровка подписи

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--|-------------------------------|-----------|------------------|--------------|--------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День: 1 | | | | | | | |
| Завтрак | Каша манная | 200 | 9,7 | 8,8 | 43,3 | 245,3 | 182 |
| | Бутерброд с маслом | 30/5 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 55,0 | 1 |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 2,2 | 1,9 | 11,9 | 43,0 | 414 |
| | Соль | 1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | |
| Общий выход всех блюд на Завтрак | | 416 | 26,5 | 43,6 | 57,4 | 343,3 | |
| 2-ой Завтрак | Сок фруктовый яблочный | 100 | 0,0 | 0,0 | 18,2 | 63,0 | 418 |
| Общий выход всех блюд на 2-ой Завтрак | | 100 | 0,0 | 0,0 | 18,2 | 63,0 | |
| Обед | Суп картофельный с крупой | 180 | 3,5 | 3,3 | 24,8 | 110,5 | 86 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 8,0 | 40,2 | |
| | Биточки паровые | 80 | 16,1 | 14,9 | 6,0 | 180,8 | 306 |
| | Каша вязкая гречневая | 130 | 3,6 | 4,8 | 25,2 | 171,3 | 331 |
| | Салат из белокачанной капусты | 50 | 0,3 | 2,1 | 2,3 | 27,0 | 21 |
| | Хлеб пшеничный 30 | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 40,0 | |
| | Компот из сушеных фруктов | 180 | 0,3 | 0,0 | 26,0 | 77,0 | 394 |
| | Соль | 1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | |
| Общий выход всех блюд на Обед | | 681 | 27,1 | 23,5 | 104,7 | 646,8 | |
| Полдник | Кефир | 200 | 5,8 | 5,0 | 8,0 | 74,0 | 420 |
| | Сырники из творога | 150 | 29,0 | 25,6 | 17,4 | 211,2 | 245 |
| | Соус молочный (сладкий) | 50 | 1,0 | 2,5 | 6,8 | 27,0 | 369 |
| | Салат из моркови | 60 | 0,2 | 1,9 | 2,4 | 21,2 | 42 |
| | Хлеб пшеничный 15 | 30 | 1,1 | 0,1 | 7,4 | 40,0 | |
| | Печенье | 50 | 3,8 | 4,9 | 37,2 | 193,5 | |
| | Соль | 1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | |
| Общий выход всех блюд на Полдник | | 541 | 40,7 | 38,1 | 85,1 | 566,9 | |
| Итого за 1 день: | | | 94,3 | 105,2 | 265,4 | 1620,0 | |

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-

Учреждение: МАДОУ МО г. Краснодар "Д/С № 170"

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: ВЕСНА

Руководитель _____

СИНИЧУК О.И.

Возрастная категория: сад 5-7

подпись расшифровка подписи

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--|-----------------------------------|-----------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День: 2 | | | | | | | |
| Завтрак | Суп молочный с клецками | 150 | 5,1 | 6,4 | 13,4 | 197,9 | 105 |
| | Яйца вареные | 40 | 5,1 | 4,5 | 0,3 | 63,0 | 227 |
| | Бутерброд с сыром | 30/5/15 | 5,1 | 7,7 | 16,1 | 84,4 | 3 |
| | Чай с молоком | 180 | 2,2 | 1,9 | 12,0 | 45,0 | 413 |
| | Соль | 1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | |
| Общий выход всех блюд на Завтрак | | 421 | 17,5 | 20,5 | 41,8 | 390,3 | |
| 2-ой Завтрак | Сок фруктовый виноградный | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 65,0 | 418 |
| Общий выход всех блюд на 2-ой Завтрак | | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 65,0 | |
| Обед | Борщ с капустой и картофелем | 180 | 2,0 | 4,2 | 12,4 | 195,1 | 63 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 8,0 | 40,2 | |
| | Плов из птицы | 200 | 19,8 | 22,7 | 32,1 | 252,1 | 321 |
| | Салат из свежих помидоров с луком | 50 | 0,8 | 3,7 | 3,4 | 64,4 | 14 |
| | Хлеб пшеничный 20 | 30 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 40,0 | |
| | Компот из свежих яблок | 180 | 0,1 | 0,1 | 14,7 | 55,5 | 390 |
| | Соль | 1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | |
| Общий выход всех блюд на Обед | | 671 | 26,2 | 31,2 | 80,9 | 647,8 | |
| Полдник | Ряженка | 180 | 5,8 | 5,0 | 8,4 | 87,9 | 420 |
| | Рыба, припущенная с овощами | 200 | 7,3 | 4,4 | 3,3 | 200,4 | 258 |
| | Салат из свежих огурцов | 60 | 0,6 | 3,7 | 1,8 | 52,2 | 13 |
| | Хлеб пшеничный 30 | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 40,0 | |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,4 | 0,3 | 8,0 | 40,2 | |
| | Банан | 100 | 7,1 | 4,8 | 53,6 | 96,0 | 386 |
| | Соль | 1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | |
| Общий выход всех блюд на Полдник | | 591 | 24,5 | 18,4 | 98,1 | 516,7 | |
| Итого за 2 день: | | | 68,8 | 70,8 | 235,4 | 1619,8 | |

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-
20

Учреждение: МАДОУ МО г. Краснодар "Д/С № 170"

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: ВЕСНА

Руководитель _____

СИНИЧУК О.И.

Возрастная категория: сад 5-7

подпись расшифровка подписи

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--|--|-----------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День: 3 | | | | | | | |
| Завтрак | Запеканка из творога | 180 | 28,1 | 19,5 | 27,1 | 166,7 | 251 |
| | Соус молочный (сладкий) | 50 | 1,0 | 2,5 | 6,8 | 35,2 | 369 |
| | Бутерброд с маслом | 30/5 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 74,5 | 1 |
| | Чай с сахаром | 180 | 2,2 | 1,9 | 11,9 | 52,2 | 411 |
| | Соль | 1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | |
| Общий выход всех блюд на Завтрак | | 446 | 31,4 | 32,2 | 45,9 | 328,6 | |
| 2-ой Завтрак | Кисель из натурального сока | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 78,0 | 400 |
| Общий выход всех блюд на 2-ой Завтрак | | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 78,0 | |
| Обед | Суп картофельный с мясными фрикадельками | 180 | 3,2 | 3,1 | 24,3 | 151,3 | 89 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,4 | 0,3 | 8,0 | 40,2 | |
| | Котлеты рубленые | 70 | 16,5 | 21,6 | 7,9 | 183,8 | 299 |
| | Пюре картофельное | 130 | 3,6 | 4,8 | 25,2 | 157,9 | 339 |
| | Свежий помидор | 50 | 0,4 | 0,2 | 1,1 | 8,3 | |
| | Хлеб пшеничный 20 | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 40,0 | |
| | Сок фруктовый сливовый | 180 | 0,1 | 0,1 | 18,3 | 65,7 | 418 |
| | Соль | 1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | |
| Общий выход всех блюд на Обед | | 651 | 26,3 | 30,1 | 93,5 | 647,2 | |
| Полдник | Напиток кисломолочный "Снежок" | 180 | 5,8 | 5,0 | 8,0 | 74,0 | 420 |
| | Запеканка из печени с рисом | 200 | 26,1 | 13,9 | 25,9 | 312,7 | 311 |
| | Салат из кукурузы (консервированной) | 50 | 0,0 | 3,6 | 1,2 | 47,1 | 12 |
| | Хлеб пшеничный 20 | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 40,0 | |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 8,0 | 40,2 | |
| | Яблоко | 100 | 3,7 | 6,6 | 30,8 | 52,0 | 386 |
| | Соль | 1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | |
| Общий выход всех блюд на Полдник | | 581 | 38,5 | 29,5 | 92,0 | 566,0 | |
| Итого за 3 день: | | | 96,7 | 92,4 | 246,1 | 1619,8 | |

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-
20

Учреждение: МАДОУ МО г. Краснодар "Д/С № 170"

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: ВЕСНА

Руководитель _____

СИНИЧУК О.И.

Возрастная категория: сад 5-7

подпись _____
расшифровка подписи _____

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--|--|-----------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День: 4 | | | | | | | |
| Завтрак | Каша вязкая рисовая | 200 | 7,9 | 8,7 | 44,6 | 235,5 | 182 |
| | Бутерброд с маслом | 30/5 | 1,2 | 4,3 | 7,4 | 65,5 | 1 |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 2,2 | 1,9 | 11,9 | 46,2 | 414 |
| | Соль | 1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | |
| Общий выход всех блюд на Завтрак | | 416 | 11,3 | 14,8 | 63,9 | 347,2 | |
| 2-ой Завтрак | Напиток груша-дичка | 100 | 1,1 | 0,2 | 38,0 | 63,0 | |
| Общий выход всех блюд на 2-ой Завтрак | | 100 | 1,1 | 0,2 | 38,0 | 63,0 | |
| Обед | Суп картофельный с макаронными изделиями | 180 | 2,5 | 2,2 | 18,1 | 157,7 | 88 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,4 | 0,3 | 8,0 | 40,2 | |
| | Гуляш из отварного мяса | 80 | 24,7 | 24,1 | 3,9 | 179,8 | 293 |
| | Салат из белокачанной капусты | 60 | 1,0 | 1,1 | 2,6 | 34,4 | 21 |
| | Каша рассыпчатая пшеничная | 130 | 18,5 | 17,2 | 2,8 | 115,0 | 293 |
| | Хлеб пшеничный 20 | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 40,0 | |
| | Компот из сушеных фруктов | 180 | 0,3 | 0,0 | 26,0 | 79,9 | 394 |
| | Соль | 1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | |
| Общий выход всех блюд на Обед | | 671 | 31,3 | 27,8 | 68,4 | 647,0 | |
| Полдник | Кефир | 200 | 5,6 | 5,2 | 22,4 | 89,0 | 420 |
| | Тефтели рыбные паровые | 80 | 15,0 | 9,4 | 9,3 | 245,8 | 276 |
| | Тушенные кабачки | 150 | 1,9 | 5,3 | 13,7 | 124,7 | |
| | Соус томатный | 30 | 0,9 | 1,2 | 3,1 | 12,0 | |
| | Хлеб пшеничный 40 | 30 | 3,0 | 0,3 | 19,7 | 40,0 | |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 8,0 | 40,2 | |
| | Пряник | 50 | 0,8 | 1,0 | 1,1 | 11,0 | |
| | Соль | 1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | |
| Общий выход всех блюд на Полдник | | 571 | 30,1 | 21,5 | 119,1 | 562,7 | |
| Итого за 4 день: | | | 73,8 | 64,3 | 289,5 | 1619,9 | |

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-
20

Учреждение: МАДОУ МО г. Краснодар "Д/С № 170"

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: ВЕСНА

Руководитель _____

СИНИЧУК О.И.

Возрастная категория: сад 5-7

подпись _____ расшифровка подписи _____

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--|---|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День: 5 | | | | | | | |
| Завтрак | Омлет натуральный | 150 | 8,4 | 14,8 | 1,6 | 180,8 | 229 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 8,0 | 40,2 | |
| | Бутерброд с маслом | 20/5 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 65,0 | 1 |
| | Чай с молоком | 200 | 0,0 | 0,0 | 8,3 | 62,0 | 413 |
| | Соль | 1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | |
| Общий выход всех блюд на Завтрак | | 406 | 12,8 | 27,5 | 30,3 | 348,0 | |
| 2-ой Завтрак | Напиток витаминизированный | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 63,0 | |
| Общий выход всех блюд на 2-ой Завтрак | | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 63,0 | |
| Обед | Суп картофельный с бобовыми | 180 | 4,2 | 4,1 | 16,6 | 178,7 | 87 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,4 | 0,3 | 8,0 | 40,2 | |
| | Биточки по белоруски | 70 | 16,2 | 17,3 | 1,6 | 222,1 | 268 |
| | Свекла, тушенная в сметане | 130 | 2,6 | 5,9 | 11,9 | 102,0 | 145 |
| | Хлеб пшеничный 30 | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 40,0 | |
| | Компот из свежих яблок | 180 | 0,1 | 0,1 | 18,3 | 65,5 | 390 |
| | Соль | 1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | |
| Общий выход всех блюд на Обед | | 611 | 26,8 | 28,0 | 71,1 | 647,5 | |
| Полдник | Ряженка | 180 | 5,8 | 5,0 | 8,0 | 74,0 | 420 |
| | Каша овсяная ("Геркулес") | 150 | 9,7 | 10,4 | 38,3 | 174,0 | 182 |
| | Хлеб пшеничный 30 | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 40,0 | |
| | Пицца "Детская" с отварным мясом и тертым сыром | 60 | 12,4 | 12,2 | 32,0 | 152,3 | 448 |
| | Банан | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 96,0 | 386 |
| | Салат из моркови | 50 | 0,0 | 0,0 | 8,3 | 25,0 | 42 |
| | Соль | 1 | 0,9 | 0,2 | 0,5 | 6,0 | |
| Общий выход всех блюд на Полдник | | 571 | 30,2 | 27,9 | 101,3 | 561,3 | |
| Итого за 5 день: | | | 70,4 | 83,9 | 217,4 | 1619,8 | |

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-
20

Учреждение: МАДОУ МО г. Краснодар "Д/С № 170"

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: ВЕСНА

Руководитель _____

СИНИЧУК О.И.

Возрастная категория: сад 5-7

подпись расшифровка подписи

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--|---|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День: 6 | | | | | | | |
| Завтрак | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 7,3 | 6,7 | 24,5 | 244,9 | 100 |
| | Бутерброд с маслом | 20/5 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 65,0 | 1 |
| | Какао с молоком | 180 | 2,2 | 1,9 | 12,0 | 43,0 | 416 |
| | Соль | 1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | |
| Общий выход всех блюд на Завтрак | | 406 | 17,7 | 31,1 | 40,2 | 352,9 | |
| 2-ой Завтрак | Сок фруктовый яблочный | 100 | 0,8 | 0,1 | 15,2 | 64,0 | 418 |
| Общий выход всех блюд на 2-ой Завтрак | | 100 | 0,8 | 0,1 | 15,2 | 64,0 | |
| Обед | Суп картофельный с крупой | 180 | 3,5 | 3,3 | 24,8 | 196,2 | 86 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 8,0 | 40,2 | |
| | Мясо тушеное с овощами в соусе | 200 | 27,1 | 25,2 | 20,7 | 280,5 | 290 |
| | Салат из горошка зеленого консервированного | 50 | 0,9 | 0,2 | 2,1 | 18,0 | 10 |
| | Хлеб пшеничный 20 | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 40,0 | |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,3 | 0,0 | 26,0 | 69,9 | 411 |
| | Соль | 1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | |
| Общий выход всех блюд на Обед | | 661 | 33,7 | 28,9 | 89,3 | 644,8 | |
| Полдник | Напиток кисломолочный "Снежок" | 200 | 5,8 | 5,0 | 8,0 | 74,0 | 420 |
| | Печень по-строгановски | 80 | 19,8 | 10,9 | 5,9 | 211,2 | 582 |
| | Каша гречневая | 150 | 12,0 | 7,3 | 54,4 | 186,7 | 179 |
| | Салат из свежих огурцов | 50 | 0,9 | 0,2 | 0,5 | 6,0 | 13 |
| | Хлеб пшеничный 40 | 30 | 3,0 | 0,3 | 19,7 | 40,0 | |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 8,0 | 40,2 | |
| | Соль | 1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | |
| Общий выход всех блюд на Полдник | | 541 | 42,0 | 23,8 | 104,2 | 558,1 | |
| Итого за 6 день: | | | 94,2 | 83,9 | 248,8 | 1619,8 | |

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-

Учреждение: МАДОУ МО г. Краснодар "Д/С № 170"

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: ВЕСНА

Руководитель _____

СИНИЧУК О.И.

Возрастная категория: сад 5-7

подпись _____ расшифровка подписи _____

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--|--|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День: 7 | | | | | | | |
| Завтрак | Каша вязкая пшенная | 150 | 7,8 | 6,4 | 32,2 | 131,6 | 182 |
| | Пудинг из творога с рисом | 60 | 16,1 | 12,3 | 18,6 | 131,4 | 250 |
| | Бутерброд с маслом | 30/5 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 65,0 | 1 |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 2,2 | 1,9 | 11,9 | 43,0 | 414 |
| | Соль | 1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | |
| Общий выход всех блюд на Завтрак | | 426 | 26,1 | 28,8 | 62,8 | 371,0 | |
| 2-ой Завтрак | Напиток груша-дичка | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 62,0 | |
| Общий выход всех блюд на 2-ой Завтрак | | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 62,0 | |
| Обед | Суп картофельный с рыбными фрикадельками | 180 | 7,4 | 2,7 | 19,6 | 143,9 | 90 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,4 | 0,3 | 8,0 | 40,2 | |
| | Птица тушеная | 70 | 26,0 | 30,1 | 3,0 | 201,3 | 318 |
| | Макароны отварные | 130 | 5,8 | 4,8 | 37,0 | 118,6 | 205 |
| | Салат из свежих помидоров с луком | 50 | 0,7 | 1,9 | 2,1 | 14,0 | 205 |
| | Хлеб пшеничный 20 | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 40,0 | |
| | Компот из сушеных фруктов | 180 | 0,1 | 0,1 | 18,3 | 77,0 | 394 |
| | Соль | 1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | |
| Общий выход всех блюд на Обед | | 651 | 42,2 | 38,2 | 95,8 | 635,0 | |
| Полдник | Кефир | 180 | 5,8 | 5,0 | 8,4 | 74,0 | 420 |
| | Рагу из овощей | 150 | 3,3 | 10,5 | 20,1 | 118,9 | 148 |
| | Яйцо отварное | 40 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 60,0 | 227 |
| | Хлеб пшеничный 30 | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 40,0 | |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 8,0 | 40,2 | |
| | Ватрушка | 60 | 7,1 | 4,8 | 53,6 | 181,9 | 441 |
| | Яблоко | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 52,0 | 386 |
| | Соль | 1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | |
| Общий выход всех блюд на Полдник | | 591 | 24,9 | 25,4 | 113,4 | 552,0 | |
| Итого за 7 день: | | | 93,9 | 93,0 | 286,7 | 1620,0 | |

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-

Учреждение: МАДОУ МО г. Краснодар "Д/С № 170"

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: ВЕСНА

Руководитель _____

СИНИЧУК О.И.

Возрастная категория: сад 5-7

подпись расшифровка подписи

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--|---|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День: 8 | | | | | | | |
| Завтрак | Суп молочный с овсяными хлопьями "Геркулес" | 200 | 6,1 | 6,5 | 17,3 | 266,3 | 101 |
| | Бутерброд с маслом | 20/5 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 64,5 | 1 |
| | Чай с молоком | 180 | 2,2 | 1,9 | 12,0 | 43,0 | 413 |
| | Соль | 1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | |
| Общий выход всех блюд на Завтрак | | 406 | 26,9 | 31,9 | 72,5 | 373,8 | |
| 2-ой Завтрак | Кисель из натурального сока | 100 | 1,1 | 0,2 | 38,0 | 63,0 | 400 |
| Общий выход всех блюд на 2-ой Завтрак | | 100 | 1,1 | 0,2 | 38,0 | 63,0 | |
| Обед | Суп картофельный с клецками | 180 | 3,2 | 6,0 | 18,8 | 189,4 | 91 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 8,0 | 40,2 | |
| | Запеканка картофельная с субпродуктами | 200 | 20,6 | 9,9 | 41,5 | 293,4 | 626 |
| | Салат из свежих огурцов | 50 | 0,9 | 0,2 | 1,9 | 18,0 | 13 |
| | Хлеб пшеничный 20 | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 40,0 | |
| | Сок фруктовый яблочный | 180 | 0,8 | 0,1 | 15,2 | 56,0 | 418 |
| | Соль | 1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | |
| Общий выход всех блюд на Обед | | 661 | 28,1 | 18,0 | 95,8 | 637,0 | |
| Полдник | Ряженка | 200 | 5,8 | 5,0 | 8,0 | 74,0 | 420 |
| | Котлеты рыбные паровые | 80 | 25,6 | 11,9 | 10,8 | 173,6 | 273 |
| | Капуста тушеная | 150 | 3,1 | 4,2 | 12,3 | 75,0 | 143 |
| | Хлеб пшеничный 40 | 40 | 3,0 | 0,3 | 19,7 | 40,0 | |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,4 | 0,3 | 8,0 | 40,2 | |
| | Пряник | 50 | 3,1 | 1,1 | 37,8 | 143,2 | |
| | Соль | 1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | |
| Общий выход всех блюд на Полдник | | 541 | 42,0 | 22,7 | 104,8 | 546,0 | |
| Итого за 8 день: | | | 97,6 | 73,2 | 287,9 | 1619,8 | |

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-
20

Учреждение: МАДОУ МО г. Краснодар "Д/С № 170"

Сезон: ВЕСНА

Возрастная категория: сад 5-7

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель _____

СИНИЧУК О.И.

подпись расшифровка подписи

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--|-----------------------------------|-----------|------------------|-------------|--------------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День: 9 | | | | | | | |
| Завтрак | Каша вязкая пшеничная | 180 | 6,0 | 6,3 | 20,8 | 218,1 | 182 |
| | Бутерброд с сыром | 30/5/15 | 5,1 | 7,7 | 16,1 | 84,4 | 3 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,0 | 0,0 | 8,3 | 45,0 | 411 |
| | Соль | 1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | |
| Общий выход всех блюд на Завтрак | | 411 | 11,1 | 14,0 | 45,2 | 347,5 | |
| 2-ой Завтрак | Напиток витаминизированный | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 63,0 | |
| Общий выход всех блюд на 2-ой Завтрак | | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 63,0 | |
| Обед | Щи из свежей капусты с картофелем | 180 | 1,8 | 3,8 | 8,6 | 120,7 | 73 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 8,0 | 40,2 | |
| | Котлеты рубленные из птицы | 70 | 12,7 | 14,2 | 8,8 | 185,2 | 322 |
| | Пюре картофельное | 130 | 3,6 | 4,8 | 25,2 | 166,2 | 339 |
| | Салат из белокачанной капусты | 50 | 0,6 | 0,8 | 1,8 | 19,0 | 21 |
| | Хлеб пшеничный 20 | 20 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 40,0 | |
| | Напиток из плодов шиповника | 180 | 0,5 | 0,2 | 15,6 | 75,9 | 417 |
| | Соль | 1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | |
| Общий выход всех блюд на Обед | | 661 | 21,4 | 23,4 | 76,0 | 647,2 | |
| Полдник | Напиток кисломолочный "Снежок" | 180 | 5,6 | 5,2 | 22,4 | 89,0 | 420 |
| | Лапшевник с творогом | 200 | 27,5 | 15,0 | 4,4 | 244,0 | 224 |
| | Хлеб пшеничный 30 | 30 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 40,0 | |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,4 | 0,3 | 8,0 | 40,2 | |
| | Печенье | 50 | 2,7 | 2,3 | 11,4 | 53,0 | |
| | Банан | 100 | 2,7 | 2,3 | 11,4 | 96,0 | 386 |
| | Соль | 1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | |
| Общий выход всех блюд на Полдник | | 581 | 45,3 | 32,7 | 109,0 | 562,2 | |
| Итого за 9 день: | | | 78,9 | 70,4 | 268,2 | 1619,9 | |

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-
20

Учреждение: МАДОУ МО г. Краснодар "Д/С № 170"

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель

СИНИЧУК О.И.

Сезон: ВЕСНА

Возрастная категория: сад 5-7

_____ подпись расшифровка подписи

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--|--------------------------------------|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| День: 10 | | | | | | | |
| Завтрак | Каша вязкая рисовая | 200 | 7,9 | 8,7 | 44,6 | 246,0 | 182 |
| | Бутерброд с маслом | 30/5 | 0,1 | 8,3 | 0,1 | 65,0 | 1 |
| | Какао с молоком | 180 | 3,1 | 2,5 | 12,9 | 47,1 | 416 |
| | Соль | 1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | |
| Общий выход всех блюд на Завтрак | | 416 | 11,0 | 19,5 | 57,6 | 358,1 | |
| 2-ой Завтрак | Сок фруктовый виноградный | 100 | 0,5 | 0,5 | 11,2 | 63,0 | 386 |
| Общий выход всех блюд на 2-ой Завтрак | | 100 | 0,5 | 0,5 | 11,2 | 63,0 | |
| Обед | Борщ с фасолью и картофелем | 180 | 3,1 | 3,9 | 13,8 | 185,8 | 69 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 1,4 | 0,3 | 8,0 | 40,2 | |
| | Тефтели мясные | 70 | 16,4 | 18,4 | 13,4 | 210,1 | 304 |
| | Свекла, тушенная с яблоками | 130 | 2,7 | 7,1 | 22,2 | 94,8 | 146 |
| | Хлеб пшеничный 20 | 30 | 1,5 | 0,2 | 9,8 | 40,0 | |
| | Компот из сушеных фруктов | 180 | 0,3 | 0,0 | 26,0 | 77,0 | 394 |
| | Соль | 1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | |
| Общий выход всех блюд на Обед | | 621 | 25,4 | 29,9 | 93,2 | 647,9 | |
| Полдник | Кефир | 180 | 5,8 | 5,0 | 8,0 | 74,0 | 420 |
| | Запеканка морковная с творогом | 150 | 4,5 | 11,0 | 33,5 | 135,4 | 168 |
| | Салат из кукурузы (консервированной) | 50 | 0,6 | 3,7 | 1,8 | 26,0 | 13 |
| | Хлеб пшеничный 30 | 20 | 2,3 | 0,2 | 14,8 | 40,0 | |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,4 | 0,3 | 8,0 | 40,2 | |
| | Булочка "Веснушка" | 50 | 7,1 | 4,8 | 45,0 | 183,2 | 456 |
| | Яблоко | 100 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 52,0 | 386 |
| | Соль | 1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | |
| Общий выход всех блюд на Полдник | | 571 | 21,7 | 25,1 | 119,3 | 550,8 | |
| Итого за 10 день: | | | 58,7 | 75,0 | 284,7 | 1619,8 | |
| Итого за весь период: | | | 827,2 | 812,0 | 2630,0 | 16198,6 | |
| Среднее значение за период: | | | 82,7 | 81,2 | 263,0 | 1619,8 | |
| Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности: | | | 3,9 | 3,8 | 12,3 | | |

