

Меню дл



2022

Наименование блюда	дие та	Выхо д блюд а ,г	Белки, г	Жир ы ,г	Углевод ы ,г	Энергетическ ая ценность, ккал	Вита мин С	Технологическа я и нормативная документация	№ рецепт .
Завтрак									
Бутерброд с сыром 30/4/12	ДС	46	5,12	6,5	15	138		СБ.ДОУ 2012г	3
Каша вязкая молочная пшенная сахаром	ДС	155	6	3,93	43,33	233		СБ.ДОУ 2017г	175
Чай с сахаром	ДС	150	2,67	2,34	14,31	89		СБ.ДОУ 2012г	392
Итого за завтрак		305	13,79	12,77	72,64	460			
Второй завтрак									
Сок фруктовый	ДС	100	0,5	0	10,1	42,7		399	399
Обед									
Овощи солёные	ДС	30	0,5	0	2,3	10		СБ.ШП 2017г.	71
Суп картофельный с горохом лущённым	ДС	150	4,4	4,2	13	108		СБ.ДОУ 2012г	81
Шницель рубленый из говядины	ДС	50	11,2	10,1	11,6	183,2		СБ.ДОУ 2012г	282
Каша гречневая рассыпчатая	ДС	110	3,12	4	32,7	178,5		СБ.ДОУ 2012г	313
Компот из свежих плодов	ДС	150	0,14	0,14	21,5	87,8		СБ.ДОУ 2012г	372
Хлеб пшеничный	ДС	20	2	2,5	11	53		СБ.ДОУ 2012г	прило ж
Хлеб ржаной	ДС	30	2	0,33	10	58		СБ.ДОУ 2012г	прило ж
Итого за обед		540	23,36	21,27	102,1	678,5			
Полдник									
Печенье	ДС	25	1,35	3,1	11,8	101			к/к
Какао с молоком	ДС	150	3,2	2,7	13	172,3		СБ.ДОУ 2012г	397
Итого полдник		175	4,55	5,8	24,8	273,3			
Итого за третий день		1120	42,2	39,84	209,64	1454,5			

Дено:
дующий

Меню для питания детей 1-3 лет

2022

Наименование блюда	диет а	Выход блюда ,г	Белки,г	Жиры ,г	Углеводы ,г	Энергетическая ценность, ккал	Технологическая и нормативная документация	№ рецепт.
Завтрак								
Бутерброд с маслом,30/10	ДС	40	2,47	7,55	10,23	136,8	СБ.ДОУ 2012г	1
Запеканка из творога с сг. молоком 150/20	ДС	170	17,49	15,43	23,78	362,89	СБ.ДОУ 2012г	238
Чай с лимоном,150/ 5	ДС	155	0,12	0,02	10,2	41	СБ.ДОУ 2012г	393
Итого за завтрак		325	23	44,21	540,69	0		
Второй завтрак								
Фрукты по сезону (яблоко)	ДС	100	0,4	0,4	10	44	СБ.ДОУ 2012г	368
Обед								
Винегрет овощной	ДС	30	0,7	3,1	4,2	47,4	СБ.ДОУ 2012г	45
Борщ с картофелем, со сметаной	ДС	150	3,25	3,45	9,4	80,3	СБ.ДОУ 2012г	58
Котлеты из цыпленка	ДС	50	6,2	3,5	3,9	73	СБ.ДОУ 2012г	310
Макароны отварные с маслом	ДС	110	4,1	3,3	19,5	123,5	СБ.ДОУ 2012г	317
Напиток из плодов шиповника	ДС	150	0,18	0,08	20,7	84	СБ.ДОУ 2012г	398
Хлеб пшеничный	ДС	20	2	2,5	11	53	СБ.ДОУ 2012г	прилож
Хлеб ржаной	ДС	30	2	0,33	10	58	СБ.ДОУ 2012г	прилож
Итого за обед		543	18,43	16,2 6	78,7	519,2		
Полдник								
Кондитерское изделие или Булочка русская	ДС	50	3,5	4	27,9	160	СБ.ДОУ 2012г	474
Молоко кипячённое	ДС	150	4,6	4,01	7,6	85	СБ.ДОУ 2010г	400
Итого полдник		200	8,1	8,01	35,5	245		
Итого за второй день		116 8	49,93	68,88	664,89	808,2		

содержит:
содержит



Меню для питания детей 1-3 лет

2022

Наименование блюда	диет а	Выход блюда ,г	Белки, г	Жиры ,г	Углевод ы,г	Энергетическа я ценность, ккал		Технологическа я и нормативная документация	№ рецепт.
Завтрак									
Бутерброд с сыром 30/4/12	ДС	46	5,12	6,5	15	138		СБ.ДОУ 2012г	3
Каша вязкая овсяная с сахаром	ДС	155	4,65	7,5	20,1	93		СБ.ДОУ 2012г	168
Какао с молоком	ДС	150	3,15	2,73	13	172,3		СБ.ДОУ 2012г	397
Итого за завтрак		305	12,92	16,73	48,1	403,3			
Второй завтрак									
Сок фруктовый	ДС	100	0,5	0	10,1	42,7		СБ.ДОУ 2012г	399
Обед									
Икра кабачковая	ДС	30	0,27	1,38	1,68	21		п/п	
Суп картофельный с вермишелью	ДС	150	1,6	1,73	10,3	63		СБ.ДОУ 2012г	82
Котлеты рыбные любительские	ДС	50	6,8	2,3	5,43	70		СБ.ДОУ 2012г	256
Картофель отварн.или пюре картофельное	ДС	110	2,2	30,5	17,7	107		СБ.ДОУ 2012г	318/321
Компот из сухофруктов	ДС	150	0,5	0,08	26,4	109		СБ.ДОУ 2012г	376
Хлеб пшеничный	ДС	20	2	2,5	11	53		СБ.ДОУ 2012г	прилож
Хлеб ржаной	ДС	30	2	0,33	10	58		СБ.ДОУ 2012г	прилож
Итого за обед		540	15,37	38,82	82,51	481			
Полдник									
Кондитерское изделие	ДС	50	3,4	7	24,6	180		СБ.ДОУ 2012г	470
Кофейный напиток с молоком	ДС	150	2,4	2	12	75,8		СБ.ДОУ 2012г	395
Итого полдник		200	5,8	9	36,6	255,8			
Итого за первый день		1145	34,59	64,55	177,31	1182,8	0		

ено:
ощий



Меню для питания детей 1-3 лет

2022

Наименование блюда	дие та	Выхо д блю да, г	Белки, г	Жиры ,г	Углевод ы, г	Энергетическа я ценность, ккал	Витами н С	Технологическа я и нормативная документация	№ рецепт .
Завтрак									
Бутерброд с маслом 30/10	ДС	40	2,47	7,55	10,23	136,8		СБ.ДОУ 2012г	1
Омлет натуральный	ДС	155	13,9	25	2,9	292		СБ.ДОУ 2012г	215
Кофейный напиток с молоком	ДС	150	2,4	2	12	76		СБ.ДОУ 2012г	395
Итого за завтрак		305	18,77	34,55	25,13	504,8			
Второй завтрак									
Фрукты по сезону (яблоко)	ДС	100	0,4	0,4	10	44		СБ.ДОУ 2012г	368
Икра свекольная	ДС	30	0,7	0	1,6	30		СБ.ДОУ 2012г	54
Суп картофельный с клёцками	ДС	150	1,6	1,73	10,3	63		СБ.ДОУ 2012г	85
Котлеты рубленные из птицы	ДС	50	4,7	3,6	4,4	69		СБ. ШП 2012г.	305
Каша пшеничная рассыпчатая	ДС	130	4,8	4,2	27,8	169,2		СБ.ДОУ 2012г	313
Компот из сухофруктов	ДС	150	0,5	0,08	26,4	109		СБ.ДОУ 2012г	376
Хлеб пшеничный	ДС	20	2	2,5	11	53		СБ.ДОУ 2012г	прило ж
Хлеб ржаной	ДС	30	2	0,33	10	58		СБ.ДОУ 2012г	прило ж
Итого за обед		560	16,3	12,44	91,5	551,2			
Полдник									
Кондитерское изделие	ДС	50	9,4	1,14	26	154		СБ.ДОУ 2012г	458
Чай с молоком	ДС	150	2,2	1,95	12	74		СБ.ДОУ 2012г	394
Итого полдник		200	11,6	3,09	38	228			
Итого за четвёртый день		1165	47,07	50,48	164,63	1328			

ено:
ющий

Меню для питания детей 1-3 лет

2022г



Наименование блюда	дие та	Выхо д блюд а, г	Белки, г	Жиры ,г	Углевод ы, г	Энергетическа я ценность, ккал	Витамин С	Технологическа я и нормативная документация	№ рецепт
Завтрак									
Бутерброд с сыром 30/4/12	ДС	46	5,12	6,5	15	138		СБ.ДОУ 2012г	3
Каша молочная манная с сахаром	ДС	155	4,65	7,5	20,1	93		СБ.ДОУ 2012г	168
Чай с лимоном, 150/5	ДС	155	0,12	0,02	10,2	41		СБ.ДОУ 2012г	393
Итого за завтрак		310	9,89	14,02	45,3	272			
Второй завтрак									
Сок фруктовый	ДС	100	0,5	0	10,1	42,7		СБ.ДОУ 2012г	399
Обед									
Овощи солёные	ДС	30	0,5	0	2,3	10		СБ.ШП 2017г.	71
Щи из свежей капусты со сметаной	ДС	150	3,25	3,45	9,4	80,3		СБ.ДОУ 2012г	66
Плов из птицы, 50/110	ДС	160	14,8	15,6	24,8	130		СБ.ДОУ 2012г	304
Напиток из плодов шиповника	ДС	150	0,18	0,08	20,7	84		СБ.ДОУ 2012г	398
Хлеб пшеничный	ДС	20	2	2,5	11	53		СБ.ДОУ 2012г	прило ж
Хлеб ржаной	ДС	30	2	0,33	10	58		СБ.ДОУ 2012г	прило ж
Итого за обед		540	22,73	21,96	78,2	415,3			
Полдник									
Кондитерское изделие	ДС	50	5,43	3,3	36,6	197		СБ.ДОУ 2012г	466
Молоко кипячённое	ДС	150	4,6	4,01	7,6	85		СБ.ДОУ 2010г	400
Итого полдник		200	10,03	7,31	44,2	282			
Итого за пятый день		1150	43,15	43,29	177,8	1012			