

Утверждаю:
Заведующий



Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: До года МБДОУ №89 Крепъш

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1			0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша молочная из разных круп	150	5,80	6,94	20,74	168,61	18/1
	Чай с молоком	100	2,18	2,40	10,54	72,40	4/3
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	250	8	9	31	241	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Сок 0,2	100	0,00	0,00	16,30	65,20	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0	0	16	65	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Сердце в соусе	40	0,44	3,07	2,12	37,84	/0
	Суп пюре.(картофельный)	150	0,83	1,15	6,50	39,71	7/0
	Пюре из мяса"Говядина"	40	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Кисель из отвара шиповника	100	0,30	0,11	10,07	42,52	28/3
	Картофельное пюре	100	2,82	4,71	18,94	129,37	9/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	430	4	9	38	249	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Молоко (0,2) с 8 месяцев	100	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Печенье пшеничн.растворимое	12	1,08	1,32	8,88	51,72	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	112	1	1	9	52	
УЖИН			0	0	0	0	
	Пудинг творожный с курагой (изюмом)	120	22,61	9,07	13,43	225,72	9/3
	Компот из свежих яблок и груш	100	0,14	0,12	9,60	40,13	24/3
	Хлеб пшеничный	10	0,70	0,10	4,90	23,30	
	ИТОГО ЗА УЖИН	230	23	9	28	289	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1122	37	29	122	897	

Утверждаю:
Заведующий

Менюготавливаемых блюд
Возрастная категория: До года МБДОУ №89 Крепыш

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2							
ЗАВТРАК							
	Каша молочная пшеничная	150	6,09	7,00	22,04	175,51	10/1
	Чай с молоком	100	2,18	2,40	10,54	72,40	4/3
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	250	8	9	33	248	
10 ЧАСОВ							
	Сок 0,2	100	0,00	0,00	16,30	65,20	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0	0	16	65	
ОБЕД							
	Суп овощной со свежемороженными овс	150	1,90	4,43	11,79	94,68	35/3
	Суфле куриное	40	23,23	22,63	2,56	306,81	25/3
	Пюре из кабачков	80	0,00	0,00	3,20	12,80	
	Компот из сухих фруктов	100	0,23	0,05	7,99	33,32	20/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	370	25	27	26	448	
ПОЛДНИК							
	Творог(0,6-1 года)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Печенье пшеничн.растворимое	12	1,08	1,32	8,88	51,72	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	112	1	1	9	52	
УЖИН							
	-Картофель отварной в молоке	100	3,73	4,09	21,56	137,87	337/9
	Котлеты (биточки) рыбные	40	9,40	2,25	2,60	68,14	134/1
	Компот из кураги и изюма	100	0,44	0,06	12,80	53,49	2/2
	Хлеб пшеничный	10	0,70	0,10	4,90	23,30	
	ИТОГО ЗА УЖИН	250	14	7	42	283	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1082	49	44	125	1095	

Утверждаю:
Заведующий

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: До года МБДОУ №89 Крепыш

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3						
ЗАВТРАК						
Каша кукурузная	150	5,28	6,56	21,52	166,21	/1
Чай с молоком	100	2,18	2,40	10,54	72,40	4/3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	250	7	9	32	239	
10 ЧАСОВ						
Сок 0,2	100	0,00	0,00	16,30	65,20	
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0	0	16	65	
ОБЕД						
Суп крестьянский с пшеном	150	1,92	4,45	11,42	93,35	42/3
Картофельное пюре	100	2,82	4,71	18,94	129,37	9/1
Компот из шиповника с лимоном	100	0,25	0,09	9,04	37,94	30/3
Пюре из мяса "Цыпленок"	40	0,00	0,00	0,00	0,00	
ИТОГО ЗА ОБЕД	390	5	9	39	261	
ПОЛДНИК						
Печенье пшеничн.растворимое	12	1,08	1,32	8,88	51,72	
Биолакт	125	0,00	0,00	0,00	0,00	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	137	1	1	9	52	
УЖИН						
Пюре грушевое (яблочное) с термообра	40	0,18	0,13	7,52	32,00	41/7
Сырники розовые с изюмом	120	19,18	6,80	18,13	210,34	4/3
Компот из кураги	100	0,52	0,03	11,09	46,70	23/3
ИТОГО ЗА УЖИН	260	20	7	37	289	
ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1137	33	26	133	905	

Утверждаю
Заведующий

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: До года МБДОУ №89 Крепыш

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4							
ЗАВТРАК							
	Каша "Розовые щечки"	150	5,36	6,51	24,92	179,68	1/1
	Чай с молоком	100	2,18	2,40	10,54	72,40	4/3
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	250	8	9	35	252	
10 ЧАСОВ							
	Сок 0,2	100	0,00	0,00	16,30	65,20	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0	0	16	65	
ОБЕД							
	Щи со свежей капустой	150	2,02	4,37	10,53	89,50	56/3
	Пюре из кабачков	80	0,00	0,00	3,20	12,80	
	Суфле мясное (мясо-филе)	40	12,71	13,56	1,60	179,26	24/3
	Компот из свежих фруктов	100	0,12	0,09	10,08	41,59	/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	370	15	18	25	323	
ПОЛДНИК							
	Творог(0,6-1 года)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Печенье пшеничн.растворимое	12	1,08	1,32	8,88	51,72	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	112	1	1	9	52	
УЖИН							
	Рагу из овощей	130	3,44	5,35	19,05	137,97	14/1
	Компот из свежих яблок и груш	100	0,14	0,12	9,60	40,13	24/3
	ИТОГО ЗА УЖИН	230	4	5	29	178	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1062	27	34	115	870	

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5						
ЗАВТРАК						
		0	0	0	0	
		0	0	0	0	
Каша ячневая молочная	150	5,59	6,57	20,51	163,56	13/1
Чай с молоком	100	2,18	2,40	10,54	72,40	4/3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	250	8	9	31	236	
10 ЧАСОВ						
		0	0	0	0	
		0	0	0	0	
Сок 0,2	100	0,00	0,00	16,30	65,20	
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0	0	16	65	
ОБЕД						
		0	0	0	0	
		0	0	0	0	
Свекольник	150	1,43	2,95	10,36	73,68	34/1
Котлеты (биточки) куриные	60	10,59	9,85	3,79	146,05	13/3
Пюре из кабачков	80	0,00	0,00	3,20	12,80	
Компот из шиповника с лимоном	100	0,25	0,09	9,04	37,94	30/3
ИТОГО ЗА ОБЕД	390	12	13	26	270	
ПОЛДНИК						
		0	0	0	0	
		0	0	0	0	
Молоко (0,2) с 8 месяцев	100	0,00	0,00	0,00	0,00	
Печенье пшеничн.растворимое	12	1,08	1,32	8,88	51,72	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	112	1	1	9	52	
УЖИН						
		0	0	0	0	
		0	0	0	0	
Рыба, тушеная с картофелем	120	12,13	3,45	18,00	151,52	141/1
Компот из свежих яблок и груш	100	0,14	0,12	9,60	40,13	24/3
ИТОГО ЗА УЖИН	220	12	4	28	192	
ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1072	33	27	110	815	

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1						
ЗАВТРАК		0	0	0	0	
Каша овсяная "Геркулес" молочная	150	5,64	7,27	18,01	160,00	9/1
Чай с молоком	100	2,18	2,40	10,54	72,40	4/3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	250	8	10	29	232	
10 ЧАСОВ		0	0	0	0	
Сок 0,2	100	0,00	0,00	16,30	65,20	
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0	0	16	65	
ОБЕД		0	0	0	0	
Рассольник	150	4,16	5,36	10,40	106,46	50/2
Картофельное пюре	100	2,82	4,71	18,94	129,37	9/1
Компот из чернослива	100	0,23	0,07	13,73	56,49	15/2
Пюре из мяса "Индейка"	40	4,76	1,76	1,60	41,28	
ИТОГО ЗА ОБЕД	390	12	12	45	334	
ПОЛДНИК		0	0	0	0	
Йогурт(0,18) с 8 месяцев	100	2,90	2,70	10,70	78,70	
Пюре грушевое (яблочное) с термообра	100	0,18	0,13	7,52	32,00	41/7
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	200	3	3	18	111	
УЖИН		0	0	0	0	
Зразы творожные с изюмом (курагой)	120	23,30	7,80	23,50	257,30	12/3
Компот из чернослива	100	0,23	0,07	13,73	56,49	15/2
ИТОГО ЗА УЖИН	220	24	8	37	314	
ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1160	46	32	145	1056	

Утверждаю:
Заведующий

Менюготавливаемых блюд
Возрастная категория: До года МБДОУ №89 Крепыш

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2						
ЗАВТРАК		0	0	0	0	
Каша "Дружба" с гречкой	150	5,97	6,93	19,77	165,36	2а/0
Чай с молоком	100	2,18	2,40	10,54	72,40	4/3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	250	8	9	30	238	
10 ЧАСОВ		0	0	0	0	
Сок 0,2	100	0,00	0,00	16,30	65,20	
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0	0	16	65	
ОБЕД		0	0	0	0	
Суп картофельный с вермишелью(макарон)	150	1,64	3,00	11,92	81,15	38/1
Жаркое по-домашнему	100	12,25	12,46	23,22	254,04	6/3
Компот из кураги и изюма	100	0,44	0,06	12,80	53,49	2/2
ИТОГО ЗА ОБЕД	350	14	16	48	389	
ПОЛДНИК		0	0	0	0	
Биолакт	120	0,00	0,00	0,00	0,00	
Пюре грушевое (яблочное) с термообработкой	100	0,18	0,13	7,52	32,00	41/7
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	220	0	0	8	32	
УЖИН		0	0	0	0	
Морковь тушеная. (ясли)	120	1,12	1,09	5,96	38,12	/0
Компот из сушеных фруктов	100	0,34	0,07	7,99	34,01	394/9
ИТОГО ЗА УЖИН	220	1	1	14	72	
ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1140	24	26	116	796	

Утверждаю
Заведующий

Н.А. Кузина

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: До года МБДОУ №89 Крепыш

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3			0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша геркулесовая с творогом	150	9,86	9,72	18,64	201,42	11/3
	Чай с молоком	100	2,18	2,40	10,54	72,40	4/3
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	250	12	12	29	274	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Сок 0,2	100	0,00	0,00	16,30	65,20	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0	0	16	65	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Рассольник	150	4,55	6,78	11,14	123,80	50/2
	Запеканка картофельная с отварным мя	140	13,36	13,60	23,11	268,24	12/3
	Компот из чернослива	150	0,23	0,07	13,73	56,49	15/2
	Хлеб пшеничный	10	0,70	0,10	4,90	23,30	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	450	19	21	53	472	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Пюре грушевое (яблочное) с термообра	100	0,18	0,13	7,52	32,00	41/7
	Молоко (0,2) с 8 месяцев	100	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	200	0	0	8	32	
УЖИН			0	0	0	0	
	Зразы творожные с изюмом (курагой)	120	23,30	7,80	23,50	257,30	12/3
	Компот из чернослива	100	0,23	0,07	13,73	56,49	15/2
	ИТОГО ЗА УЖИН	220	24	8	37	314	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1220	55	41	143	1157	

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4						
ЗАВТРАК		0	0	0	0	
Каша "Дружба" с гречкой	150	5,97	6,93	19,77	165,36	2а/0
Чай с молоком	100	2,18	2,40	10,54	72,40	4/3
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	250	8	9	30	238	
10 ЧАСОВ		0	0	0	0	
Сок 0,2	100	0,00	0,00	16,30	65,20	
ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0	0	16	65	
ОБЕД		0	0	0	0	
Суп картофельный с вермишелью(макарон)	150	1,65	3,00	11,95	81,35	38/1
Жаркое по-домашнему	100	12,25	12,46	23,22	254,04	6/3
Компот из кураги и изюма	100	0,44	0,06	12,80	53,49	2/2
ИТОГО ЗА ОБЕД	350	14	16	48	389	
ПОЛДНИК		0	0	0	0	
Йогурт(0,18) с 8 месяцев	100	2,90	2,70	10,70	78,70	
Пюре грушевое (яблочное) с термообработкой	100	0,18	0,13	7,52	32,00	41/7
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	200	3	3	18	111	
УЖИН		0	0	0	0	
Морковь тушеная.(ясли)	120	1,12	1,09	5,96	38,12	/0
Сердце в соусе	40	0,44	3,07	2,12	37,84	/0
Компот из сушеных фруктов	100	0,34	0,07	7,99	34,01	394/9
Хлеб пшеничный	10	0,70	0,10	4,90	23,30	
ИТОГО ЗА УЖИН	270	3	4	21	133	
ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1170	28	32	134	936	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша манная молочная	150	5,34	6,49	19,33	157,06	7/1
	Чай с молоком	100	2,18	2,40	10,54	72,40	4/3
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	250	8	9	30	229	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Сок 0,2	100	0,00	0,00	16,30	65,20	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0	0	16	65	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Суп ленинградский с рисовой крупой на	150	2,02	4,20	10,57	88,13	82/9
	Бигус с мясом	130	12,20	12,07	8,27	190,52	9/2
	Компот из свежих фруктов	100	0,12	0,09	10,08	41,59	/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	380	14	16	29	320	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Йогурт(0,18) с 8 месяцев	100	2,90	2,70	10,70	78,70	
	Печенье пшеничн.растворимое	12	1,08	1,32	8,88	51,72	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	112	4	4	20	130	
УЖИН			0	0	0	0	
	Суфле из печени	60	13,64	7,42	4,50	139,32	20/3
	Котлеты картофельные	100	4,76	5,52	29,83	188,06	16/2
	Компот яблочный	100	0,10	0,10	8,54	35,49	1/2
	ИТОГО ЗА УЖИН	260	19	13	43	363	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1102	44	42	138	1108	
			0	0	0	0	
	ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	11267	377	334	1281	9634	
			0	0	0	0	
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	1127	38	33	128	963	
			0	0	0	0	
	Содержание БЖУ в % от калорийности		16	31	53	0	

Перечень технологических сборников, используемых при составлении данного меню:

- 0
- 1 "Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для ДОУ" г. Пермь 2001 г.
- 2 М.И. Снигур "Питание детей"
- 3 "Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений" г. Пермь
- 7 Л.Л. Татарская "Кулинария и организация производства детского питания"
- 9