

СОГЛАСОВАНО:
Мед.сестра Гергерт С.М.
"14" 01 2025г.

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МАДОУ "ДС №8 Белоснежка"
В.А. Павленко
"14" 01 2025г.



Неделя: 1
День: 2

МЕНЮ
14 января 2025г.
Сад (3-7 лет)

Наименование блюда	Выход гр.	Химический состав				Энергетическая ценность ккал.	N рецептуры
		Белки гр.	Жиры гр.	Углеводы гр.	Энергетическая ценность ккал.		
1	2	3	4	5	6	7	
Завтрак							
Суп молочный с крупой (крупя гречневая, молоко, масло слив., вода, сахар)	180	4,45	5,46	16,76	133,69	Т-к№44 Пермский сборник 2001г. (часть 1)	
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-к№1Р сб/под ред. М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г	
Какао с молоком (какао-порошок, молоко, сахар, вода)	200	4,08	3,54	17,58	118,6	Т-к№382сб/под ред. М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г	
Итого	420	11,69	9,4	53,66	345,81		
Второй завтрак							
Фрукты свежен (груши)	120	0,48	0,36	12,36	56,4	Т-к№82ел/сб сост. А.Я. Перевалов 4-е изд/Пермь.2021г	
Итого	120	0,48	0,36	12,36	56,4		
Обед							
Салат из свеклы с чесноком (свекла, чеснок, масло раст.)	100	1,4	10,08	9,22	133,28	Т-к№22 Пермский сборник 2001г. (часть 1)	
Суп картофельный с бобовыми (картофель, горох, морковь, реп.лук, петрушка, слив.масло, вода)	200	1,87	3,11	10,89	79	Т-к№37 Пермский сборник 2001г. (часть 1)	
Бигус (капуста, мясо говяд., морковь, реп.лук, томат-пюре, раст.масло)	180	16,2	11,97	4,68	191,7	Т-к№329сб/сб сост А.Я.Перевалов 4-е изд Пермь. 2021	
Напиток апельсиновый или лимонный (вода, апельсины или лимоны, сахар)	200	0,1	0	24,2	93	Т-к№699 сб/для ПОП "Хлебпродинформ" 2004г.	
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	114,95	Т-к№1Р сб/под ред.М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г	
Итого	730	22,37	25,71	73,69	611,93		
"Уплотненный" полдник с включением блюд ужина							
Овощи натуральные соленые (огурцы)	50	0,4	0,05	0,85	5	Т-к№70 сб/под ред.М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г	
Картофель отварной (картофель, слив.масло)	130	2,48	3,74	19,94	123,37	Т-к№310сб/под ред. М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г	
Рыба тушеная в томате с овощами (рыба лещик, вода, морковь, петрушка, реп.лук, томат-пюре, раст.масло, кислот.лимонная, сахар, лавр.лист)	90	8,77	4,45	3,42	94,5	Т-к№229сб/под ред. М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г	
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-к№1Р сб/под ред. М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г	
Кисель из концентрата плодового или	180	1,22	0	26,12	104,57	Т-к№247 Пермский сборник 2001г (часть 2)	
Шанежка с яблоками (мука, слив.масло, дрожжи, сахар, молоко, яйцо, яблоки, раст.масло)	60	2,89	1,7	28,08	142,68	Т-к№456 сб/под ред. М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г	
Итого	550	18,92	10,34	97,73	563,64		
Всего	1820	53,46	45,81	237,44	1577,78		

Составил Шеф-повар Мустафаева А.Вк

СОГЛАСОВАНО:
Мед.сестра Гергерт С.М.
"14" 01 2025г.

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МАДОУ "ДС №8 Белоснежка"
В.А. Павленко
"14" 01 2025г.



Неделя: 1
День: 2

МЕНЮ
14 января 2025г.
Ясли (1-3 года)

Наименование блюда	Выход гр.	Химический состав				Энергетическая ценность ккал.	N рецептуры
		Белки гр.	Жиры гр.	Углеводы гр.	Энергетическая ценность ккал.		
1	2	3	4	5	6	7	
Завтрак							
Суп молочный с крупой (крупя гречневая, молоко, масло слив., вода, сахар)	160	3,96	4,85	14,9	118,84	Т-к№44 Пермский сборник 2001г. (часть 1)	
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	Т-к№1Р сб/под ред. М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г	
Какао с молоком (какао-порошок, молоко, сахар, вода)	150	3,06	2,65	13,18	88,95	Т-к№382сб/под ред. М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г	
Итого	340	9,39	7,8	42,57	277,93		
Второй завтрак							
Фрукты свежен (груши)	100	0,4	0,3	10,3	47	Т-к№82ел/сб сост. А.Я. Перевалов 4-е изд/Пермь.2021г	
Итого	100	0,4	0,3	10,3	47		
Обед							
Салат из свеклы с чесноком (свекла, чеснок, масло раст.)	50	0,7	5,04	4,61	66,64	Т-к№22 Пермский сборник 2001г. (часть 1)	
Суп картофельный с бобовыми (картофель, горох, морковь, реп.лук, петрушка, слив.масло, вода)	150	1,4	2,33	8,17	59,27	Т-к№37 Пермский сборник 2001г. (часть 1)	
Бигус (капуста, мясо говяд., морковь, реп.лук, томат-пюре, раст.масло)	130	11,7	9,31	3,38	138,45	Т-к№329сб/сб сост А.Я.Перевалов 4-е изд Пермь. 2021	
Напиток апельсиновый или лимонный (вода, апельсины или лимоны, сахар)	180	0,09	0	21,78	83,7	Т-к№699 сб/для ПОП "Хлебпродинформ" 2004г.	
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	Т-к№1Р сб/под ред.М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г	
Итого	550	16,13	17,12	57,7	440,02		
"Уплотненный" полдник с включением блюд ужина							
Овощи натуральные соленые (огурцы)	30	0,24	0,03	0,51	3	Т-к№70 сб/под ред.М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г	
Картофель отварной (картофель, слив.масло)	110	2,1	3,17	16,88	104,39	Т-к№310сб/под ред. М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г	
Рыба тушеная в томате с овощами (рыба лещик, вода, морковь, петрушка, реп.лук, томат-пюре, раст.масло, кислот.лимонная, сахар, лавр.лист)	60	5,85	2,97	2,28	63	Т-к№229сб/под ред. М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г	
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	Т-к№1Р сб/под ред. М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г	
Кисель из концентрата плодового или	150	1,02	0	21,76	87,14	Т-к№247 Пермский сборник 2001г (часть 2)	
Шанежка с яблоками (мука, слив.масло, дрожжи, сахар, молоко, яйцо, яблоки, раст.масло)	50	2,41	1,42	23,4	118,9	Т-к№456 сб/под ред. М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г	
Итого	430	13,99	7,89	79,32	446,57		
Всего	1420	39,91	33,11	189,89	1211,52		

Составил Шеф-повар Мустафаева А.Вк