

СОГЛАСОВАНО:
Мед.сестра *Гергерт С.М.*
Гергерт С.М.
"25" 12 2024г.

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МАДОУ "ДС №8 Белоснежка"
В.А. Павленко
"25" 12 2024г.

Неделя:1
День: 3

МЕНЮ
25 декабря 2024г.
Ясли (1-3 года)

Наименование блюда	Выход гр.	Химический состав			Энерг. ценность ккал.	N рецептуры
		Белки гр.	Жиры гр.	Углеводы гр.		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша вязкая ("Геркулес") с сахаром (крупка геркулес, молоко, масло слив., вода, сахар, соль)	150	4,2	10,95	27	145,5	Т-к№302 сб/дня ПОП "Хлебобродиформ" 2004г.
Сыр (порциями)	10	2,32	2,95	0	36	Т-к№15 сб/под ред. М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	Т-к№1ПР сб/под ред. М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г
Чай с молоком (чай, молоко, сахар, вода)	160	1,28	1,04	9,2	51,2	Т-к№382сб/под ред. М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г
Итого	350	10,17	15,24	50,69	302,84	
Второй завтрак						
Фрукты свежие (бананы)	95	1,4	0,47	19,95	91,2	Т-к№82сд/сб сост. А.Я. Первалов 4-е изд. Пермь 2021г
Итого	95	1,4	0,47	19,95	91,2	
Обед						
Овощи натуральные свежие (помидоры)	30	0,33	0,06	1,14	6,6	Т-к№71сб/под ред. М.П. Могильного 2017г.
Суп с макаронными изделиями (морковь, реп.лук, подсол.масло, зелень, томат-паста, соль)	150	1,43	3,04	7,79	70,2	Т-к№111 сб/под ред. М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г
Рагу из овощей (капуста, картофель, морковь, капуста, реп.лук, раст.масло)	110	2	7,98	12,11	128,24	Т-к№83 Пермский сборник 2001г (часть 1)
Компот из плодов или ягод сушеных (чернослив) (чернослив, сахар, вода)	150	0,26	0,08	17,71	73,8	Т-к№348сб/под ред. М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г
Котлеты, биточки, шницели рыбные (рыба минтай или горбуша, молоко, хлеб, реп.лук, раст.масло, панир, сухари, яйцо)	50	4,88	2,73	17,69	71,25	Т-к№307сд/сб сост. А.Я. Первалов 4-е изд. Пермь 2021
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	Т-к№1ПР сб/под ред. М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г
Итого	530	11,14	14,33	76,2	442,05	
"Уплотненный" полдник с включением блюд ужина						
Соус молочный сладкий (молоко, вода, мука)	20	0,51	1,07	3,27	24,7	Т-к№234 Пермский сборник (часть 2) 2001г.
Вареники ленивые отварные (творог, мука, сахар, яйцо, соль, слив.масло, сахар)	130	16,33	8	16,31	203	Т-к№218 сб/под ред. М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г
Кисломолочный напиток	170	4,93	4,25	6,8	85,85	Т-к№470сд/сб сост. А.Я. Первалов 4-е изд. Пермь 2021
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	Т-к№1ПР сб/под ред. М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г
Яблоко печеные (яблоки, сахар)	65	0,26	0,17	13	54,6	Т-к№446сд/сб сост. А.Я. Первалов 4-е изд. Пермь 2021
Итого	415	24,4	13,79	53,87	438,29	
Всего	1390	47,11	43,83	200,71	1274,38	

Составил Шеф-повар *Мустафаева А.Вк* Мустафаева А.Вк

СОГЛАСОВАНО:
Мед.сестра *Гергерт С.М.*
Гергерт С.М.
"25" 12 2024г.

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МАДОУ "ДС №8 Белоснежка"
В.А. Павленко
"25" 12 2024г.

Неделя:1
День: 3

МЕНЮ
25 декабря 2024г.
Сад (3-7 лет)

Наименование блюда	Выход гр.	Химический состав			Энерг. ценность ккал.	N рецептуры
		Белки гр.	Жиры гр.	Углеводы гр.		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша вязкая ("Геркулес") с сахаром (крупка геркулес, молоко, масло слив., вода, сахар, соль)	170	4,76	12,41	30,6	164,9	Т-к№302 сб/дня ПОП "Хлебобродиформ" 2004г.
Сыр (порциями)	10	2,32	2,95	0	36	Т-к№15 сб/под ред. М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-к№1ПР сб/под ред. М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г
Чай с молоком (чай, молоко, сахар, вода)	180	1,44	1,17	10,35	57,6	Т-к№382сб/под ред. М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г
Итого	400	11,68	16,93	60,27	352,02	
Второй завтрак						
Фрукты свежие (бананы)	120	1,8	0,6	25,2	115,2	Т-к№82сд/сб сост. А.Я. Первалов 4-е изд. Пермь 2021
Итого	120	1,8	0,6	25,2	115,2	
Обед						
Овощи натуральные свежие (помидоры)	50	0,55	0,1	1,9	11	Т-к№71сб/под ред. М.П. Могильного 2017г.
Суп с макаронными изделиями (морковь, реп.лук, подсол.масло, зелень, томат-паста, соль)	200	1,9	4,05	10,38	93,6	Т-к№111 сб/под ред. М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г
Рагу из овощей (капуста, картофель, морковь, капуста, реп.лук, раст.масло)	130	2,36	9,43	14,31	151,55	Т-к№83 Пермский сборник 2001г (часть 1)
Компот из плодов или ягод сушеных (чернослив) (чернослив, сахар, вода)	200	0,35	0,11	23,61	98,4	Т-к№348сб/под ред. М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г
Котлеты, биточки, шницели рыбные (рыба минтай или горбуша, молоко, хлеб, реп.лук, раст.масло, панир, сухари, яйцо)	70	6,83	3,81	24,76	99,75	Т-к№307сд/сб сост. А.Я. Первалов 4-е изд. Пермь 2021
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	114,95	Т-к№1ПР сб/под ред. М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г
Итого	700	14,79	18,05	99,66	569,25	
"Уплотненный" полдник с включением блюд ужина						
Соус молочный сладкий (молоко, вода, мука, слив.масло, сахар, ванилин)	30	0,76	1,6	4,9	37,05	Т-к№234 Пермский сборник (часть 2) 2001г.
Вареники ленивые отварные (творог, мука, сахар, яйцо, соль, слив.масло, сахар)	150	18,84	9,23	18,82	234,23	Т-к№218 сб/под ред. М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г
Кисломолочный напиток	200	5,8	5	8	101	Т-к№470сд/сб сост. А.Я. Первалов 4-е изд. Пермь 2021
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-к№1ПР сб/под ред. М.П. Могильного ДеЛи плюс 2017г
Яблоко печеные (яблоки, сахар)	75	0,3	0,2	15	63	Т-к№446сд/сб сост. А.Я. Первалов 4-е изд. Пермь 2021
Итого	495	28,86	16,43	66,04	528,8	
Всего	1715	57,13	52,01	251,17	1565,27	

Составил Шеф-повар *Мустафаева А.Вк* Мустафаева А.Вк