

СОГЛАСОВАНО: УТВЕРЖДАЮ:
 Мед.сестра *С.М. Гергерт* Заведующий МАДОУ "ДС №8 Белоснежка"
 "26" 12 2024 г. "26" 12 2024 г.
 В.А. Павленко
 Неделя: 1
 День: 4
МЕНЮ
 26 декабря 2024г.
 Сад (3-7 лет)

Наименование блюда	Выход гр.	Химический состав				Энерг. ценность ккал.	N рецептуры
		Белки гр.	Жиры гр.	Углеводы гр.	Вит. гр.		
Завтрак							
Повидло, джем, варенье (порциями)	10	0,04	0	6,5	26,2	Т-Ф68/64/65 сб/6б с/ост.А.Я Перешапов 4-е изд.Период. 2021г.	7
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-Ф67/1 сб/6а/6а ред. М.П. Мотышиного Делл/и т/мсе 2017г.	
Каша жидкая (пшеница) с сахаром (т/пшено, молоко, слив.масло, вода, сахар, соль)	180	3,96	1,08	33,66	163,8	Т-Ф63/11 сб/6а/а ПОП "Хлебродошарфур" 2004г.	
Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток, молоко, сахар, вода)	175	2,45	2,18	11,9	77	Т-Ф64/65 сб/6б с/ост.А.Я Перешапов 4-е изд.Период. 2021	
Итого	405	9,61	3,66	71,38	360,52		
Второй завтрак							
Фрукты свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,4	Т-Ф68/24/6 сб/ост.А.Я Перешапов 4-е изд.Период. 2021	
Итого	120	0,48	0,48	11,76	56,4		
Обед							
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	114,95	Т-Ф67/1 сб/6а ред.М.П. Мотышиного Делл/и т/мсе 2017г.	
Свекольник (свекла, картофель, морковь, реп.лук, слив.масло, сахар, томат-паста, кис.лимонная, сметана)	200	1,54	5,07	8,04	83,32	Т-Ф63/5 Перешапов сб/орник 2001г (шест. 1)	
Кабачки или тыква тушеная в сметане (тыква, мука, слив.масло, сахар, сметана)	80	0,76	3,59	4,87	54,8	Т-Ф63/25 сб/6а ред.М.П.Мотышиного Делл/и т/мсе 2017г.	
Жаркое по-домашнему (говядина, картофель, реп.лук, томат-пюре, раст.масло)	200	18,51	20,67	18,95	337,1	Т-Ф62/59 сб/6а ред. М.П. Мотышиного Делл/и т/мсе 2017г.	
Компот из свежих плодов или ягод (яблоки, вода, груша, сахар, кис.лимонная)	200	0,1	0,1	11,1	46	Т-Ф64/86 сб/6б с/ост.А.Я Перешапов 4-е изд.Период. 2021	
Итого	730	23,71	29,98	67,66	636,17		
"Уплотненный" полдник с включением блюд ужина							
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-Ф67/1 сб/6а ред. М.П. Мотышиного Делл/и т/мсе 2017г.	
Овощи натуральные свежие (помидоры)	50	0,55	0,1	1,9	11	Т-Ф67/1 сб/6а ред. М.П. Мотышиного 2017г.	
Омлет натуральный (яйца, молоко, раст.масло, соль, слив.масло)	170	14,65	22,23	3,66	272	Т-Ф62/68 сб/6б с/ост.А.Я Перешапов 4-е изд.Период. 2021г.	
Пряники	40	2,36	1,88	30	146,4	Т-Ф63/1 сб/6б с/ост.А.Я Перешапов 4-е изд.Период. 2021г.	
Чай с лимоном (чай, вода, сахар, лимон)	200	0,3	0,1	9,5	40	Т-Ф64/59 сб/6б с/ост.А.Я Перешапов 4-е изд.Период. 2021	
Итого	500	21,02	24,71	64,38	562,92		
Всего	1755	54,82	58,83	215,18	1616,01		
Составил	Шеф-повар						Муштафаева А.В.к

СОГЛАСОВАНО: УТВЕРЖДАЮ:
 Мед.сестра *С.М. Гергерт* Заведующий МАДОУ "ДС №8 Белоснежка"
 "26" 12 2024 г. "26" 12 2024 г.
 В.А. Павленко
 Неделя: 1
 День: 4
МЕНЮ
 26 декабря 2024г.
 Ясли (1-3 года)

Наименование блюда	Выход гр.	Химический состав				Энерг. ценность ккал.	N рецептуры
		Белки гр.	Жиры гр.	Углеводы гр.	Вит. гр.		
Завтрак							
Повидло, джем, варенье (порциями)	10	0,04	0	6,5	26,2	Т-Ф68/64/65 сб/6б с/ост.А.Я Перешапов 4-е изд.Период. 2021г.	7
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,14	Т-Ф67/1 сб/6а ред. М.П. Мотышиного Делл/и т/мсе 2017г.	
Каша жидкая (пшеница) с сахаром (пшеница, молоко, слив.масло, вода, сахар, соль)	150	3,3	0,9	28,05	136,5	Т-Ф63/11 сб/6а/а ПОП "Хлебродошарфур" 2004г.	
Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток, молоко, сахар, вода)	165	2,31	2,06	11,22	72,6	Т-Ф64/65 сб/6б с/ост.А.Я Перешапов 4-е изд.Период. 2021	
Итого	335	8,02	3,26	60,26	305,44		
Второй завтрак							
Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	Т-Ф68/24/6 сб/ост.А.Я Перешапов 4-е изд.Период. 2021	
Итого	100	0,4	0,4	9,8	47		
Обед							
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	Т-Ф67/1 сб/6а ред.М.П. Мотышиного Делл/и т/мсе 2017г.	
Свекольник (свекла, картофель, морковь, реп.лук, слив.масло, сахар, томат-паста, кис.лимонная, сметана)	150	1,16	3,8	7,53	62,5	Т-Ф63/5 Перешапов сб/орник 2001г (шест. 1)	
Кабачки или тыква тушеная в сметане (тыква, мука, слив.масло, сахар, сметана)	50	0,47	2,24	3,05	34,25	Т-Ф63/25 сб/6а ред.М.П.Мотышиного Делл/и т/мсе 2017г.	
Жаркое по-домашнему (говядина, картофель, реп.лук, томат-пюре, раст.масло)	140	12,95	14,46	13,26	252,86	Т-Ф62/59 сб/6а ред. М.П. Мотышиного Делл/и т/мсе 2017г.	
Компот из свежих плодов или ягод (яблоки, вода, груша, сахар, кис.лимонная)	180	0,09	0,09	9,99	41,4	Т-Ф64/86 сб/6б с/ост.А.Я Перешапов 4-е изд.Период. 2021	
Итого	560	16,91	21,03	53,59	482,97		
"Уплотненный" полдник с включением блюд ужина							
Хлеб пшеничный	40	5,08	4,6	0,28	63	Т-Ф67/1 сб/6а ред. М.П. Мотышиного Делл/и т/мсе 2017г.	
Овощи натуральные свежие (помидоры)	40	0,44	0,08	1,52	8,8	Т-Ф67/1 сб/6а ред. М.П. Мотышиного 2017г.	
Омлет натуральный (яйца, молоко, раст.масло, соль, слив.масло)	130	11,21	17	2,8	208	Т-Ф62/68 сб/6б с/ост.А.Я Перешапов 4-е изд.Период. 2021г.	
Чай с лимоном (чай, вода, сахар, лимон)	30	1,77	1,41	22,5	109,8	Т-Ф63/1 сб/6б с/ост.А.Я Перешапов 4-е изд.Период. 2021г.	
Итого	190	0,28	0,09	9,02	38	Т-Ф64/59 сб/6б с/ост.А.Я Перешапов 4-е изд.Период. 2021	
Всего	430	18,78	23,18	36,12	427,6		
Всего	1445	44,11	47,87	159,77	1263,01		
Составил	Шеф-повар						Муштафаева А.В.к