

**Выполнение норм по продуктам
МБДОУ ДС № 25 "Родничок"**

Детсад

Март 2025г.

21 дн., Склад 1

по нетто

наименование	Нор.	3	4	5	6	7	10	11	12	13	14	план	факт	потр	17	18	19	20	21	24	25	26	27	28	31	план	факт	потр	разн	проц	
т-во питающихся		200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200			200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200				4200		
снэки хлебобулочные	0.5	-	1.2	-	0.9	0.9	-	-	0.9	0.9	-	5	4.8	0.48	-	-	0.9	0.9	-	-	0.9	0.9	-	0.9	0.9	10.5	10.2	0.485	-0.3	97	
снэки	0.6	3	-	-	-	1.2	-	1.2	-	1.2	-	6	6.6	0.66	1.2	-	-	-	2.5	-	-	1.2	-	1.2	-	12.6	12.7	0.604	+0.1	101	
пшеничные изделия	140	146	217	60	186	124	237	83	72	72	135	1400	1332	133.2	64	72	194	72	237	172	72	132	203	117	225	2940	2892	137.7	-48	98	
кондитерские изделия	20	25	-	-	25	-	45	70	-	-	44	200	209	20.9	25	25	-	-	64	25	25	-	-	25	-	420	398	18.95	-22	95	
чай, кофе	1.2	-	2.4	-	2.2	-	2.8	-	2.4	-	2.2	12	12	1.2	-	2.8	-	2.2	-	-	2.8	-	2.2	-	2.2	25.2	24.2	1.152	-1	96	
сахар	3	5	-	10	2	-	5	-	5	4	-	30	31	3.1	5	10	-	-	-	-	4	-	4	-	6	63	60	2.857	-3	95	
макаронные изделия	43	20	29	76	10	27	25	50	45	37	22	430	341	34.1	20	74	22	45	47	45	82	-	34	57	88	903	855	40.71	-48	95	
картофельные изделия	12	50	-	-	17	-	55	-	-	-	-	120	122	12.2	50	-	-	-	-	50	-	17	-	-	-	252	239	11.38	-13	95	
сладости	11	10	11	10	11	12	9	12	8	6	9	110	98	9.8	11	12	13	10	12	10	8	18	6	10	17	231	225	10.71	-6	97	
молоко	21	18	24	23	17	17	19	17	31	22	12	210	200	20	17	21	23	21	12	23	23	24	14	25	28	441	431	20.52	-10	98	
крупы	450	440	476	445	411	465	430	499	476	460	330	4500	4432	443.2	440	430	507	410	427	483	496	516	350	470	342	9450	9303	443	-147	98	
каши	29	2	55	11	47	60	6	10	33	38	-	290	262	26.2	5	33	40	50	9	2	57	43	-	70	46	609	617	29.38	+8	101	
хлеб	55	140	-	-	83	82	83	-	-	83	60	550	531	53.1	83	-	27	82	83	140	-	23	83	83	23	1155	1158	55.14	+3	100	
овощи	220	215	107	186	186	286	192	265	207	273	300	2200	2217	221.7	335	157	146	242	328	234	66	268	283	275	194	4620	4745	225.9	+125	103	
фрукты	24	-	65	22	-	-	-	126	23	-	-	240	236	23.6	-	130	-	-	-	-	116	-	-	-	-	504	482	22.95	-22	96	
ягоды	37	98	-	122	-	71	71	-	-	-	92	370	454	45.4	62	-	-	-	71	62	-	-	-	-	98	777	747	35.57	-30	96	
масло	30	23	37	36	38	22	23	25	37	43	16	300	300	30	30	46	32	31	19	26	42	27	44	31	36	630	664	31.61	+34	105	
сахар	11	3	10	20	10	17	20	29	10	-	-	110	119	11.9	15	20	-	22	15	10	-	10	10	-	5	231	226	10.76	-5	98	
кисломолочные продукты	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	1000	1000	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	2100	2100	100	0	100	
молоко	5	5	5.2	4.8	5.5	4.3	4.6	5.3	4.6	4.3	2.9	50	46.5	4.65	5.2	3.7	5.7	3.5	2.9	5.1	6.1	7.6	3.9	3.8	6.3	105	100.3	4.776	-4.7	96	
яйца	25	-	-	103	-	-	-	-	113	-	-	250	216	21.6	-	-	76	-	-	-	-	85	-	40	85	525	502	23.90	-23	96	
фрукты	11	15	18	15	-	-	10	-	17	7	18	110	100	10	15	-	10	45	9	10	-	15	-	17	7	231	228	10.85	-3	99	
ягоды	6	10	-	6	-	11	10	-	-	10	-	60	47	4.7	-	-	20	10	19	-	9	9	-	-	-	11.5	126	125.5	5.976	-0.5	100
яйца	40	-	115	-	90	-	-	99	-	115	-	400	419	41.9	-	110	-	75	-	-	115	20	40	-	20	840	799	38.04	-41	95	
яйца	100	90	108	138	110	154	50	147	135	105	80	1000	1117	111.7	80	135	98	50	80	7	125	80	192	130	55	2100	2149	102.3	+49	102	

Утверждаю:
Заведующий Т.А. Невьянцева

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МБДОУ ДС № 25 "Родничок"

Приложение №12
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 1							
ЗАВТРАК							
	Каша манная молочная	200	6,44	7,90	24,21	193,74	7/1
	Какао с молоком	200	3,48	3,70	13,27	100,34	7/3
	Печенье	20	1,28	3,36	13,70	90,16	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	420	11	15	51	384	
10 Ч							
	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	11,94	49,76	
	ИТОГО ЗА 10 Ч	100	1	0	12	50	
ОБЕД							
	Салат из тушеной капусты	50	1,10	5,09	3,82	65,30	44/2
	Суп картофельный	180	5,34	7,70	15,38	152,04	18/5
	-Говядина тушеная с томатным пюре	80	22,47	21,66	3,30	298,02	371/3
	Макаронные изделия с маслом	150	0,04	3,63	0,07	33,05	6/1
	Кисель из сухих фруктов	180	0,38	0,07	13,01	54,23	12/3
	Хлеб столичный	50	3,85	1,50	25,05	129,10	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	690	33	40	61	732	
ПОЛДНИК							
	Кефир	180	5,22	5,76	7,20	101,52	
	Батон с сыром	40	4,88	3,53	15,42	112,97	/0
	Яблоки	50	0,20	0,20	4,90	22,20	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	270	10	9	28	237	
УЖИН							
	Рыба отварная	80	15,79	5,89	0,62	118,66	256/9
	Рагу овощное со сметаной*	150	2,97	5,38	15,13	120,75	18/2
	Чай полусладкий	180	0,00	0,00	3,01	12,05	6/3
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	Апельсины	40	0,36	0,08	3,24	15,12	
	ИТОГО ЗА УЖИН	500	23	12	47	384	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1980	78	76	198	1786	

Утверждаю:
Заведующий Т.А. Невьянцева

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МБДОУ ДС № 25 "Родничок"

Приложение №12
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 2			0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	Каша ячневая молочная	200	6,58	7,99	24,48	196,15	13/1
	Кофейный напиток с молоком *	200	3,51	3,58	13,70	101,04	10/3
	Батон с маслом сливочным	35	2,29	4,50	15,49	111,56	/0
	Кофейный напиток без молока *	180	0,29	0,06	7,40	31,27	11/3
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	616	18	21	61	503	
10 Ч			0	0	0	0	
	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	11,94	49,76	
	ИТОГО ЗА 10 Ч	100	1	0	12	50	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из свеклы с соленым огурцом	50	0,95	4,08	5,10	60,76	26/1
	Суп с мучными клецками	180	3,77	5,68	21,50	152,11	37/1
	Куриное рагу с картофелем	220	15,39	16,71	25,87	315,20	2/2
	Компот из свежих фруктов	180	0,21	0,12	14,50	59,99	33/1
	Хлеб столичный	50	3,85	1,50	25,05	129,10	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	680	24	28	92	717	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Снежок	180	4,86	4,50	19,44	137,70	
	Булочка домашняя	70	6,19	5,16	36,82	218,35	3/3
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	11	10	56	356	
УЖИН			0	0	0	0	
	Мандарин	70	0,56	0,14	5,25	24,50	
	Пудинг творожный с курагой (изюмом)	150	28,43	11,23	20,57	297,04	9/3
	Подлив сметанный сладкий	40	0,59	3,48	4,51	51,69	10/2
	Чай полусладкий	180	0,00	0,00	3,01	12,05	6/3
	Хлеб прибрежный	50	3,75	1,00	24,10	120,40	
	ИТОГО ЗА УЖИН	490	33	16	57	506	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	2136	87	74	279	2132	

Утверждаю:
Заведующий Т.А. Невьянцева

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МБДОУ ДС № 25 "Родничок"

Приложение №12
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 3			0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша овсяная "Геркулес" молочная	200	6,84	8,94	22,45	197,66	9/1
	Чай с молоком	200	2,90	3,20	10,71	83,22	4/3
	Батон с маслом сливочным и сыром	41	3,87	6,10	15,49	132,24	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	441	14	18	49	413	
10 Ч			0	0	0	0	
	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	11,94	49,76	
	ИТОГО ЗА 10 Ч	100	1	0	12	50	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Огурец порционный	60	0,42	0,06	1,14	6,78	86/1
	Щи со свежей капустой	180	5,97	9,65	13,88	166,12	56/3
	-Печень по-строгановски	95	16,51	11,08	7,91	197,36	403/3
	Каша перловая рассыпчатая	150	5,17	4,96	36,88	212,74	3/1
	Компот из чернослива	180	0,35	0,11	17,61	72,76	15/2
	Хлеб столичный	50	3,85	1,50	25,05	129,10	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	715	32	27	102	785	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Йогурт	180	6,30	7,20	1,98	97,92	
	Яблоко печеное с сахаром	80	0,35	0,35	13,61	59,03	15/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	260	7	8	16	157	
УЖИН			0	0	0	0	
	Груша	50	0,20	0,15	5,15	22,75	
	Икра кабачковая консерв	60	0,72	4,20	4,44	58,44	2/2
	Рыба запеченная в омлете *	100	25,30	16,45	5,29	270,31	12/9
	*Кисель из плодового или ягодного конц	180	0,11	0,08	1,69	7,88	25/3
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА УЖИН	440	30	21	41	477	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1956	83	74	220	1881	

Утверждаю:
Заведующий Т.А. Невьянцева

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МБДОУ ДС № 25 "Родничок"

Приложение №12
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		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	Вермешель в молоке	200	4,38	7,70	10,09	127,22	15/1
	Кофейный напиток без молока *	180	0,29	0,06	7,40	31,27	11/3
	Батон с джемом	40	2,27	0,89	21,01	101,13	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	421	12	13	39	322	
10 Ч			0	0	0	0	
	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	11,94	49,76	
	ИТОГО ЗА 10 Ч	100	1	0	12	50	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из моркови тушеной с чесноком	60	1,05	4,08	5,48	62,70	35/2
	Свекольник с отварной свеклой	180	5,84	9,59	14,97	169,58	34/8
	Жаркое по-домашнему	220	14,40	15,83	25,11	300,38	6/3
	Компот лимонный	180	0,14	0,02	14,42	58,37	16/3
	Хлеб столичный	50	3,85	1,50	25,05	129,10	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	690	25	31	85	720	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Ряженка	180	5,22	4,50	7,56	91,62	
	Крендель в сахаре	70	6,03	5,54	41,03	238,10	5/3
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	11	10	49	330	
УЖИН			0	0	0	0	
	Апельсины	50	0,45	0,10	4,05	18,90	
	Запеканка с фруктами и творогом	150	21,94	8,98	21,22	253,40	2/5
	Сладкий молочный подлив из крахмала	40	1,32	1,44	6,72	45,11	8/3
	Конфеты шоколадные	20	0,39	0,40	2,72	16,03	
	Чай без сахара	180	0,00	0,00	0,02	0,07	3/3
	Хлеб прибрежный	50	3,75	1,00	24,10	120,40	
	ИТОГО ЗА УЖИН	490	28	12	59	454	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1951	77	66	243	1876	

Утверждаю:
Заведующий Т.А. Невьянцева

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МБДОУ ДС № 25 "Родничок"

Приложение №12
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 5			0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша пшеничная молочная	200	6,91	7,99	25,03	199,67	8/1
	Какао с молоком	200	3,48	3,70	13,27	100,34	7/3
	Батон к Чаю	30	2,25	0,87	15,42	78,51	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	430	13	13	54	379	
10 Ч			0	0	0	0	
	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	11,94	49,76	
	ИТОГО ЗА 10 Ч	100	1	0	12	50	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Помидор порционный	60	0,66	0,12	2,28	12,84	84/1
	Рассольник	180	5,98	9,72	17,41	180,82	50/2
	-Котлеты из говядины	80	12,71	10,41	12,23	193,52	299/9
	Гарнир свекольно-морковный*	150	2,60	7,47	13,74	132,60	19/1
	Компот из свежих яблок и груш	180	0,18	0,16	13,41	55,71	24/3
	Хлеб столичный	50	3,85	1,50	25,05	129,10	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	700	26	29	84	705	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Йогурт	180	6,30	7,20	1,98	97,92	
	Гренки с сыром	40	5,34	5,37	15,78	132,75	/1
	Яблоки	40	0,16	0,16	3,92	17,76	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	260	12	13	22	248	
УЖИН			0	0	0	0	
	Мандарин	70	0,56	0,14	5,25	24,50	
	-Салат картофельный	60	1,18	3,23	9,32	71,01	62/3
	Расстегай с рыбой	150	19,10	8,63	46,64	340,52	312/1
	Чай без сахара	180	0,00	0,00	0,02	0,07	3/3
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	
	ИТОГО ЗА УЖИН	500	24	12	81	530	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1990	75	67	252	1911	

Утверждаю:
Заведующий Т.А. Невьянцева

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МБДОУ ДС № 25 "Родничок"

Приложение №12
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 2 ДЕНЬ 1							
ЗАВТРАК							
	Каша пшённая молочная	200	7,26	8,53	26,72	212,65	5/1
	Кофейный напиток с молоком *	200	3,51	3,58	13,70	101,04	10/3
	Пряник "Северный"	25	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	425	11	12	40	314	
10 Ч							
	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	11,94	49,76	
	ИТОГО ЗА 10 Ч	100	1	0	12	50	
ОБЕД							
	Огурец порционный консерв	50	0,48	0,06	1,02	6,54	/1
	Борщ	180	6,02	9,69	16,12	175,63	25/3
	Запеканка вермишелевая с отварным м	220	12,64	15,40	1,12	193,61	34/2
	-Соус сметанный с томатом и луком	20	0,39	1,22	1,73	19,37	375/9
	Кисель из сухих фруктов	180	0,38	0,07	13,01	54,23	12/3
	Хлеб столичный	50	3,85	1,50	25,05	129,10	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	700	24	28	58	578	
ПОЛДНИК							
	Кефир	180	5,22	5,76	7,20	101,52	
	Батон с маслом сливочным и сыром	41	3,87	6,10	15,49	132,24	/0
	Груша	50	0,20	0,15	5,15	22,75	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	271	9	12	28	257	
УЖИН							
	салат "Заря"	50	1,38	4,65	3,52	61,38	92/1
	Рыба, запеченная в сметане с картофел	220	16,50	6,62	31,70	252,32	114/2
	Чай без сахара	180	0,00	0,00	0,02	0,07	3/3
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	
	Мармелад	20	0,08	0,00	15,36	61,76	
	ИТОГО ЗА УЖИН	500	20	12	65	446	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1996	65	64	204	1644	

Утверждаю:
Заведующий Т.А. Невьянцева

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МБДОУ ДС № 25 "Родничок"

Приложение №12
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 2 ДЕНЬ 2		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	Каша молочная из разных круп	200	6,95	8,45	25,45	205,68	18/1
	Какао с молоком	200	3,48	3,70	13,27	100,34	7/3
	Батон с маслом сливочным	35	2,29	4,50	15,49	111,56	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	436	18	21	54	480	
10 Ч			0	0	0	0	
	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	11,94	49,76	
	ИТОГО ЗА 10 Ч	100	1	0	12	50	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Суп картофельный с домашней лапшой	180	3,60	5,39	22,59	153,13	47/1
	Суфле куриное	90	27,13	27,75	3,54	372,37	25/3
	Капуста белокачанная с фасолью*	150	8,28	5,87	20,64	168,49	22/1
	Компот из яблок с лимоном	180	0,22	0,17	16,11	66,82	17/3
	Хлеб столичный	50	3,85	1,50	25,05	129,10	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	650	43	41	88	890	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Ряженка	180	5,22	4,50	7,56	91,62	
	Кекс песочный	70	6,64	7,82	45,06	277,05	12/2
	Яблоки	50	0,20	0,20	4,90	22,20	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	300	12	13	58	391	
УЖИН			0	0	0	0	
	Груша	50	0,20	0,15	5,15	22,75	
	Салат из консерв, кукурузы б/лука	60	1,28	4,23	6,50	69,14	34/7
	Творог, припущенный (запеченный) со с	120	19,23	10,05	8,62	201,82	14/1
	Чай без сахара	180	0,00	0,00	0,02	0,07	3/3
	Мармелад	20	0,08	0,00	15,36	61,76	
	Хлеб прибрежный	40	3,00	0,80	19,28	96,32	
	ИТОГО ЗА УЖИН	470	24	15	55	452	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1956	97	90	267	2263	

Утверждаю:
Заведующий Т.А. Невьянцева

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МБДОУ ДС № 25 "Родничок"

Приложение №12
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 2 ДЕНЬ 3			0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша кукурузная на молоке	200	6,21	7,96	25,71	199,38	4/1
	Кофейный напиток с молоком *	200	3,51	3,58	13,70	101,04	10/3
	Батон с маслом сливочным и джемом	40	1,94	4,38	18,51	121,10	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	440	12	16	58	422	
10 Ч			0	0	0	0	
	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	11,94	49,76	
	ИТОГО ЗА 10 Ч	100	1	0	12	50	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Суп картофельный с соленым огурцом	180	5,83	9,69	15,95	174,17	32/1
	+Запеканка из печени с рисом	185	24,19	9,65	26,86	290,96	22/9
	Соус красный основной	40	0,53	1,50	3,11	27,96	2/3
	Компот из апельсинов, сухофруктов или	180	0,43	0,11	16,44	68,45	14/2
	Хлеб столичный	50	3,85	1,50	25,05	129,10	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	635	35	22	87	691	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Кефир	180	5,22	5,76	7,20	101,52	
	Ватрушка с яблоком	75	4,36	5,42	31,44	191,91	8/3
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	255	10	11	39	293	
УЖИН			0	0	0	0	
	Мандарин	70	0,56	0,14	5,25	24,50	
	Салат из огурцов и помидоров	60	0,63	4,10	2,41	48,96	12/2
	Омлет с овощами	85	6,23	11,84	3,11	143,73	10/9
	Кисель из отвара шиповника	180	0,38	0,14	18,83	78,09	28/3
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА УЖИН	445	12	17	54	412	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1875	68	66	250	1868	

Утверждаю:
Заведующий Т.А. Невьянцева

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МБДОУ ДС № 25 "Родничок"

Приложение №12
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 2 ДЕНЬ 4		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	Каша рисовая с изюмом	200	5,94	7,94	29,50	213,20	17/1
	Какао с молоком	200	3,48	3,70	13,27	100,34	7/3
	Батон с сыром	40	4,88	3,53	15,42	112,97	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	441	19	20	58	489	
10 Ч			0	0	0	0	
	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	11,94	49,76	
	ИТОГО ЗА 10 Ч	100	1	0	12	50	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Свекла порционная	50	0,90	0,06	5,28	25,26	/1
	Суп гречневый	180	5,94	7,88	17,06	162,81	60/2
	Бигус с мясом	220	14,68	15,44	10,29	238,72	9/2
	Компот яблочный	180	0,18	0,18	14,39	59,90	1/2
	Хлеб столичный	50	3,85	1,50	25,05	129,10	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	680	26	25	72	616	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Снежок	180	4,86	4,50	19,44	137,70	
	Булочка дорожная	60	4,04	7,10	34,11	216,47	451/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	240	9	12	54	354	
УЖИН			0	0	0	0	
	Апельсины	60	0,54	0,12	4,86	22,68	
	Пудинг творожный	150	28,32	11,24	18,61	288,82	10/3
	Подлив киселевый *	40	0,05	0,03	0,68	3,15	11/1
	Чай полусладкий	180	0,00	0,00	3,01	12,05	6/3
	Хлеб прибрежный	40	3,00	0,80	19,28	96,32	
	ИТОГО ЗА УЖИН	470	32	12	46	423	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1931	86	69	242	1932	

Утверждаю:
Заведующий Т.А. Невьянцева

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МБДОУ ДС № 25 "Родничок"

Приложение №12
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 2 ДЕНЬ 5							
ЗАВТРАК							
	Каша "Дружба"	200	6,28	8,10	25,77	201,18	2/1
	Кофейный напиток без молока *	200	0,29	0,06	7,40	31,27	11/3
	Батон с джемом	40	2,27	0,89	21,01	101,13	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	440	9	9	54	334	
10 Ч							
	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	11,94	49,76	
	ИТОГО ЗА 10 Ч	100	1	0	12	50	
ОБЕД							
	Салат из тушеной моркови с луком	50	0,91	5,09	4,93	69,06	43/4
	Рыба в бульоне с гренками	180	22,13	7,20	21,09	237,71	41/3
	Азу с чесноком и картофелем	220	14,49	15,82	24,69	298,94	14/3
	Компот из кураги и изюма	180	0,65	0,07	19,64	81,82	2/2
	Хлеб столичный	40	3,08	1,20	20,04	103,28	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	670	41	29	90	791	
ПОЛДНИК							
	Йогурт	180	6,30	7,20	1,98	97,92	
	Вафли	20	0,56	0,66	15,46	70,02	
	Яблоки	70	0,28	0,28	6,86	31,08	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	270	7	8	24	199	
УЖИН							
	Шоколад	24	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	Капуста тушеная с томатом*	200	3,07	4,37	9,22	88,40	10/1
	Чай без сахара	180	0,00	0,00	0,02	0,07	3/3
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА УЖИН	455	12	9	34	269	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1935	70	56	215	1642	

Утверждаю:
Заведующий Т.А. Невьянцева

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МБДОУ ДС № 25 "Родничок"

Приложение №12
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 3 ДЕНЬ 1			0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша манная молочная	200	6,44	7,90	24,21	193,74	7/1
	Какао с молоком	200	3,48	3,70	13,27	100,34	7/3
	Печенье Вечернее	25	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	425	10	12	37	294	
10 Ч			0	0	0	0	
	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	11,94	49,76	
	ИТОГО ЗА 10 Ч	100	1	0	12	50	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из зеленого горошка б/лука	60	1,80	4,12	3,77	59,28	34/7
	Щи из свежей капусты без картофеля	180	4,58	8,96	5,05	118,99	55/1
	Бефстроганов из мяса	100	11,93	14,84	3,95	197,05	19/3
	Макаронные изделия с маслом	150	0,04	3,63	0,07	33,05	6/1
	Кисель из сухих фруктов	180	0,38	0,07	13,01	54,23	12/3
	Хлеб столичный	50	3,85	1,50	25,05	129,10	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	720	23	33	51	592	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Снежок	180	4,86	4,50	19,44	137,70	
	Гренки из батона	20	3,00	1,16	20,56	104,68	10/1
	Банан	70	1,05	0,07	13,44	58,59	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	270	9	6	53	301	
УЖИН			0	0	0	0	
	Свекла порционная	50	0,90	0,06	5,28	25,26	/1
	Рыба под овощами	200	13,12	5,13	18,10	171,05	144/1
	Чай с лимоном	180	0,09	0,01	10,30	41,64	19/3
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	
	ИТОГО ЗА УЖИН	470	17	6	53	332	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1985	59	56	207	1568	

Утверждаю:
Заведующий Т.А. Невьянцева

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МБДОУ ДС № 25 "Родничок"

Приложение №12
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 3 ДЕНЬ 2			0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша гречневая на молоке	200	7,15	8,43	22,65	195,09	4/1
	Кофейный напиток с молоком *	200	3,51	3,58	13,70	101,04	10/3
	Батон с маслом сливочным	35	2,29	4,50	15,49	111,56	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	435	13	17	52	408	
10 Ч			0	0	0	0	
	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	11,94	49,76	
	ИТОГО ЗА 10 Ч	100	1	0	12	50	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из консервированных огурцов и т	60	0,61	4,06	1,79	46,04	32/1
	Свекольник	180	5,81	8,23	16,37	162,68	34/1
	Плов с курами	220	28,54	29,58	41,91	547,85	3/3
	Компот лимонный	180	0,14	0,02	14,42	58,37	16/3
	Хлеб столичный	50	3,85	1,50	25,05	129,10	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	690	39	43	100	944	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Кефир	180	5,22	5,76	7,20	101,52	
	Мармелад	25	0,10	0,00	19,20	77,20	
	Яблоки	50	0,20	0,20	4,90	22,20	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	255	6	6	31	201	
УЖИН			0	0	0	0	
	Мандарин	70	0,56	0,14	5,25	24,50	
	Вареники ленивые	150	27,07	8,79	31,56	313,60	8/3
	Подлив сметанный сладкий	40	0,59	3,48	4,51	51,69	10/2
	*Кисель из плодового или ягодного конц	180	0,11	0,08	1,69	7,88	25/3
	Хлеб прибрежный	40	3,00	0,80	19,28	96,32	
	ИТОГО ЗА УЖИН	480	31	13	62	494	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1960	89	79	257	2096	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 3			0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	Каша пшеничная молочная	200	6,91	7,99	25,03	199,67	8/1
	Чай с молоком	200	2,90	3,20	10,71	83,22	4/3
	Батон с маслом сливочным и джемом	40	1,94	4,38	18,51	121,10	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	441	17	20	55	467	
10 Ч			0	0	0	0	
	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	11,94	49,76	
	ИТОГО ЗА 10 Ч	100	1	0	12	50	
ОБЕД			0	0	0	0	
	-Салат из свежих помидоров	60	0,63	3,71	2,17	44,57	13/9
	Суп картофельный с мясными фрикадел	180	7,26	9,56	13,34	168,27	39/1
	Язык отварной	60	0,13	0,01	0,51	2,68	/3
	Картофельное пюре*	150	3,31	5,07	21,04	142,97	9/1
	Компот из свежих фруктов	180	0,21	0,12	14,50	59,99	33/1
	Хлеб столичный	40	3,08	1,20	20,04	103,28	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	670	15	20	72	522	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Йогурт	180	6,30	7,20	1,98	97,92	
	Хачапури	75	10,69	10,18	31,15	258,94	11/3
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	255	17	17	33	357	
УЖИН			0	0	0	0	
	Апельсины	50	0,45	0,10	4,05	18,90	
	Икра свекольная с чесноком	50	1,05	4,07	6,00	64,79	22/2
	Омлет натуральный с маслом	105	11,07	15,79	2,04	194,47	110/1
	Чай с шиповником	180	0,34	0,14	14,83	61,93	26/3
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	
	ИТОГО ЗА УЖИН	425	16	20	47	434	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1891	65	78	218	1829	

Утверждаю:
Заведующий Т.А. Невьянцева

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МБДОУ ДС № 25 "Родничок"

Приложение №12
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 3 ДЕНЬ 4		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша овсяная "Геркулес" молочная	200	6,84	8,94	22,45	197,66	9/1
	Кофейный напиток без молока *	200	0,29	0,06	7,40	31,27	11/3
	Батон с сыром	40	4,88	3,53	15,42	112,97	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	440	12	13	45	342	
10 Ч			0	0	0	0	
	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	11,94	49,76	
	ИТОГО ЗА 10 Ч	100	1	0	12	50	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Рассольник	180	5,98	9,72	17,41	180,82	50/2
	Суфле мясное (мясо-филе)	85	15,44	17,70	2,25	229,99	24/3
	Морковь в сметане*	150	3,13	8,26	16,24	151,77	25/1
	-Компот из сушеных фруктов	180	1,03	0,21	10,02	46,13	394/9
	Хлеб столичный	40	3,08	1,20	20,04	103,28	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	635	29	37	66	712	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Снежок	180	4,86	4,50	19,44	137,70	
	Булочка домашняя	70	6,19	5,16	36,82	218,35	3/3
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	11	10	56	356	
УЖИН			0	0	0	0	
	Груша	50	0,20	0,15	5,15	22,75	
	Запеканка из риса с творогом	150	19,31	9,24	25,56	262,58	6/3
	Подлив сметанный сладкий	40	0,59	3,48	4,51	51,69	10/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	
	Чай без сахара	180	0,00	0,00	0,02	0,07	3/3
	ИТОГО ЗА УЖИН	460	23	13	55	431	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1885	75	72	234	1891	

Утверждаю:
Заведующий Т.А. Невьянцева

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МБДОУ ДС № 25 "Родничок"

Приложение №12
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 3 ДЕНЬ 5			0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша ячневая молочная	200	6,58	7,99	24,48	196,15	13/1
	-Какао с молоком	180	3,92	3,97	13,46	105,25	416/9
	Батон с сыром	40	4,88	3,53	15,42	112,97	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	420	15	15	53	414	
10 Ч			0	0	0	0	
	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	11,94	49,76	
	ИТОГО ЗА 10 Ч	100	1	0	12	50	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Суп овощной	180	2,77	6,81	15,48	134,20	35/3
	Люля-кебаб	73	12,31	10,86	6,64	173,53	18/5
	Капуста белокачанная с фасолью*	150	8,28	5,87	20,64	168,49	22/1
	Компот из апельсинов и кураги	180	0,63	0,08	14,98	63,20	14/2
	Хлеб столичный	40	3,08	1,20	20,04	103,28	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	623	27	25	78	643	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Кефир	180	5,22	5,76	7,20	101,52	
	Вафли	32	0,90	1,06	24,74	112,03	
	Груша	50	0,20	0,15	5,15	22,75	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	262	6	7	37	236	
УЖИН			0	0	0	0	
	Салат из моркови тушеной с чесноком	60	1,05	4,08	5,48	62,70	35/2
	Рыба, запеченная в сметане с картофелем	220	16,50	6,62	31,70	252,32	114/2
	Чай без сахара	180	0,00	0,00	0,02	0,07	3/3
	Мармелад	16	0,06	0,00	12,29	49,41	
	ИТОГО ЗА УЖИН	476	18	11	49	365	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1881	67	58	230	1708	

Утверждаю:
Заведующий Т.А. Невьянцева

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МБДОУ ДС № 25 "Родничок"

Приложение №12
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 4 ДЕНЬ 1			0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша кукурузная на молоке	200	6,21	7,96	25,71	199,38	4/1
	Чай с молоком	200	2,90	3,20	10,71	83,22	4/3
	Пряник "Северный"	20	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	420	9	11	36	283	
10 Ч			0	0	0	0	
	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	11,94	49,76	
	ИТОГО ЗА 10 Ч	100	1	0	12	50	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Морковь порционная	60	0,78	0,06	4,14	20,22	/1
	Суп крестьянский с пшеном	180	6,35	9,84	18,08	186,09	42/3
	-Говядина тушеная с томатным пюре	80	22,47	21,66	3,30	298,02	371/3
	Макаронные изделия с маслом	150	0,04	3,63	0,07	33,05	6/1
	Компот из шиповника с лимоном	180	0,40	0,15	19,01	78,99	30/3
	Хлеб столичный	40	3,08	1,20	20,04	103,28	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	690	33	37	65	720	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Батон с маслом сливочным	35	2,29	4,50	15,49	111,56	/0
	Йогурт	180	6,30	7,20	1,98	97,92	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	215	9	12	17	209	
УЖИН			0	0	0	0	
	Салат из тушеной капусты	50	1,10	5,09	3,82	65,30	44/2
	Рыбное суфле	80	12,11	6,03	1,49	108,49	110/2
	Картофельное пюре красное*	150	3,15	4,71	20,39	136,43	13/5
	Чай полусладкий	180	0,00	0,00	3,01	12,05	6/3
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	
	ИТОГО ЗА УЖИН	500	19	16	48	416	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1925	71	76	179	1678	

Утверждаю:
Заведующий Т.А. Невьянцева

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МБДОУ ДС № 25 "Родничок"

Приложение №12
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 4 ДЕНЬ 2		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	Каша "Дружба"	200	6,28	8,10	25,77	201,18	2/1
	Кофейный напиток с молоком *	200	3,51	3,58	13,70	101,04	10/3
	Батон с маслом сливочным и джемом	40	1,94	4,38	18,51	121,10	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	441	17	21	58	486	
10 Ч			0	0	0	0	
	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	11,94	49,76	
	ИТОГО ЗА 10 Ч	100	1	0	12	50	
ОБЕД			0	0	0	0	
	-Салат из свеклы с сыром	60	3,12	5,44	4,38	78,95	32/9
	Суп с мучными клецками	180	3,77	5,68	21,50	152,11	37/1
	Куры порционные	80	21,69	18,68	1,04	259,03	15/3
	Пюре из гороха с маслом	150	12,42	6,11	25,54	206,81	7/1
	Компот яблочный	180	0,18	0,18	14,39	59,90	1/2
	Хлеб столичный	40	3,08	1,20	20,04	103,28	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	690	44	37	87	860	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Ряженка	180	5,22	4,50	7,56	91,62	
	Крендель в сахаре	70	6,03	5,54	41,03	238,10	5/3
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	11	10	49	330	
УЖИН			0	0	0	0	
	Яблоки	70	0,28	0,28	6,86	31,08	
	Пудинг творожный	150	28,32	11,24	18,61	288,82	10/3
	Подлив киселевый *	40	0,05	0,03	0,68	3,15	11/1
	Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,02	0,07	3/3
	Конфеты шоколадные	20	0,39	0,40	2,72	16,03	
	Хлеб прибрежный	50	3,75	1,00	24,10	120,40	
	ИТОГО ЗА УЖИН	530	33	13	53	460	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	2011	106	81	259	2185	

Утверждаю:
Заведующий

Т.А. Невьянцева

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ ДС № 25 "Родничок"

Приложение №12
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 4 ДЕНЬ 3		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Вермешель в молоке	200	4,38	7,70	10,09	127,22	15/1
	Какао с молоком	200	3,48	3,70	13,27	100,34	7/3
	Батон с маслом сливочным	35	2,29	4,50	15,49	111,56	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	435	10	16	39	339	
10 Ч			0	0	0	0	
	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	11,94	49,76	
	ИТОГО ЗА 10 Ч	100	1	0	12	50	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из зеленого горошка б/лука	60	1,80	4,12	3,77	59,28	34/7
	Свекольник	180	5,81	8,23	16,37	162,68	34/1
	Суфле из печени	80	15,42	9,66	5,38	170,04	20/3
	*Сложный гарнир	150	3,21	5,44	15,14	122,30	17/1
	Компот из чернослива	180	0,35	0,11	17,61	72,76	15/2
	Хлеб столичный	40	3,08	1,20	20,04	103,28	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	690	30	29	78	690	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Ряженка	180	5,22	4,50	7,56	91,62	
	Булочка творожная	70	9,64	4,37	35,05	218,09	53/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	15	9	43	310	
УЖИН			0	0	0	0	
	Мандарин	80	0,64	0,16	6,00	28,00	
	Салат из огурцов и помидоров	60	0,63	4,10	2,41	48,96	12/2
	Омлет с сыром с маслом	95	11,49	16,38	1,66	199,94	8/1
	Чай полусладкий	200	0,00	0,00	3,01	12,05	6/3
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА УЖИН	485	17	21	38	406	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1960	72	75	209	1795	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 4		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша рисовая молочная	200	5,92	7,92	26,37	200,48	12/1
	Кофейный напиток без молока *	200	0,29	0,06	7,40	31,27	11/3
	Батон к Чаю	30	2,25	0,87	15,42	78,51	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	430	8	9	49	310	
10 Ч			0	0	0	0	
	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	11,94	49,76	
	ИТОГО ЗА 10 Ч	100	1	0	12	50	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Свекла порционная	50	0,90	0,06	5,28	25,26	/1
	Щи со свежей капустой	180	5,97	9,65	13,88	166,12	56/3
	Жаркое по-домашнему	220	14,40	15,83	25,11	300,38	6/3
	Компот из яблок с лимоном	180	0,22	0,17	16,11	66,82	17/3
	Хлеб столичный	50	3,85	1,50	25,05	129,10	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	680	25	27	85	688	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Йогурт	180	6,30	7,20	1,98	97,92	
	Яблоко печеное с сахаром	80	0,35	0,35	13,61	59,03	15/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	260	7	8	16	157	
УЖИН			0	0	0	0	
	Салат грушево-яблочный с сахаром	60	0,23	0,20	8,72	37,61	33/7
	Суфле морковно-творожное	150	14,54	8,38	27,10	241,83	15/5
	Подлив киселевый *	40	0,05	0,03	0,68	3,15	11/1
	Чай полусладкий	180	0,00	0,00	3,01	12,05	6/3
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	
	ИТОГО ЗА УЖИН	470	18	9	59	388	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1940	59	53	221	1593	

Утверждаю:
Заведующий

Т.А. Невьянцева

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МБДОУ ДС № 25 "Родничок"

Приложение №12
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 4 ДЕНЬ 5		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	Каша пшеничная с изюмом	200	7,03	8,46	28,01	216,24	3/1
	Какао с молоком	200	3,48	3,70	13,27	100,34	7/3
	Батон с маслом сливочным	35	2,29	4,50	15,49	111,56	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	436	18	21	57	491	
10 Ч			0	0	0	0	
	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	11,94	49,76	
	ИТОГО ЗА 10 Ч	100	1	0	12	50	
ОБЕД			0	0	0	0	
	-Помидоры свежие	60	0,66	0,12	2,28	12,84	112/3
	Суп гороховый	180	9,62	7,97	22,60	200,48	36/3
	Мясо с рисом и овощами	220	14,75	17,28	19,15	291,04	17/2
	Компот из кураги	180	0,62	0,04	14,10	59,24	23/3
	Хлеб столичный	50	3,85	1,50	25,05	129,10	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	690	30	27	83	693	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Снежок	180	4,86	4,50	19,44	137,70	
	Печень Хрупокое	25	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Банан	50	0,75	0,05	9,60	41,85	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	255	6	5	29	180	
УЖИН			0	0	0	0	
	Мандарин	70	0,56	0,14	5,25	24,50	
	-Салат из картофеля с солеными огурца	60	0,83	3,14	5,44	53,26	23/9
	пирог с печенью	140	16,56	10,76	59,04	399,21	38/1
	Чай с лимоном	180	0,09	0,01	10,30	41,64	19/3
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	
	ИТОГО ЗА УЖИН	480	20	14	95	589	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1961	74	67	276	2002	

Утверждаю:
Заведующий

Т.А. Невьянцева

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ ДС № 25 "Родничок"

Приложение №12
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 5 ДЕНЬ 1		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша молочная из разных круп	200	6,95	8,45	25,45	205,68	18/1
	Кофейный напиток без молока *	200	0,29	0,06	7,40	31,27	11/3
	Батон с маслом сливочным	35	2,29	4,50	15,49	111,56	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	435	10	13	48	349	
10 Ч			0	0	0	0	
	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	11,94	49,76	
	ИТОГО ЗА 10 Ч	100	1	0	12	50	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Икра свекольная с чесноком	50	1,05	4,07	6,00	64,79	22/2
	Суп сырный	180	8,79	10,79	18,06	204,34	18/5
	Бефстроганов из печени	100	15,27	8,24	8,24	168,15	21/3
	Каша перловая рассыпчатая	150	5,17	4,96	36,88	212,74	3/1
	Компот из апельсинов и кураги	180	0,63	0,08	14,98	63,20	14/2
	Хлеб столичный	40	3,08	1,20	20,04	103,28	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	700	34	29	104	817	
ПОЛДНИК			0	0	0	0	
	Булочка творожная	70	9,64	4,37	35,05	218,09	53/1
	Снежок	180	4,86	4,50	19,44	137,70	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	15	9	54	356	
УЖИН			0	0	0	0	
	Салат из тушеной капусты	50	1,10	5,09	3,82	65,30	44/2
	Рыба отварная	80	15,79	5,89	0,62	118,66	256/9
	Картофель отварной с луком*	150	3,22	6,97	25,51	177,65	20/5
	Кисель из клюквы (брусники)	180	0,17	0,05	19,73	80,02	27/3
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	
	ИТОГО ЗА УЖИН	510	24	18	74	559	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1995	83	70	293	2129	
			0	0	0	0	
	ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	41100	1604	1465	4954	39409	
			0	0	0	0	
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	1957	76	70	236	1877	
			0	0	0	0	
	Содержание БЖУ в % от калорийности		16	34	50	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

- 4 К.С. Ладодо, Л.В. Дружинина "Питание здорового и больного ребёнка"
- 5 "Питание детей по гипоаллергенной диете" г. Екатеринбург
- 7 Л.Л. Татарская "Кулинария и организация производства детского питания"
- 8 "Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений" Уральский региональный центр питания, 2004г.
- 9 Учреждением Российской Академии медицинских Наук Научноисследовательский институт питания РАМН ,
Директор Тутельян В.А.