

Новикова
Лилия
Владимир
овна

Имеет цифровую подпись отНовикова
Лилия Владимировна
DN:ИНН=234101850574,
СНИЛС=01224138588,
E=ya.detskijasad9@yandex.ru, C=RU,
S=Краснодарский край, L=Кушевская,
O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА № 9,
G=Лилия Владимировна, SN=Новикова,
CN=Новикова Лилия Владимировна
Причина:I am the author of this document
Размещение:
Дата:2022-03-24 09:17:11

Утверждаю:

заведующий МБДОУ д/с ОВ № 9

Л.В. Новикова

Приказ № 17 от 11.01.2021 г.

**Меню приготавливаемых блюд
для организации питания детей
в возрасте от 3 до 7 лет
в холодное время года
на период 2 недели**

**МБДОУ д/с ОВ № 9
поселка Первомайского Кушевского района**

Категория: Дети 3-7 лет ЗИМА

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическа я ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Понедельник (1ая неделя)							
Завтрак	Каша манная вязкая или др молоч,каша	200	7,92	9,5	27,58	225,2	256
Завтрак	Яйцо вареное	41	5,8	4,6	0	62,8	139
Завтрак	Чай с сахаром	200	0	0	10,04	40,1	136/1
Завтрак	Хлеб с маслом	30	1,96	3,71	11,71	80,36	1/13
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		430	9,88	13,21	49,33	345,66	
2ой завтрак	Фрукты	120	0,48	0,48	11,76	56,4	199
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		120	0,48	0,48	11,76	56,4	
Обед	Борщ с капустой и картофелем	200	2,7	4	13,62	100,76	133
Обед	Жаркое по-домашнему	180	10,55	23,47	25,65	347,99	294
Обед	Овощи квашеные	60	0,48	0,06	1,02	7,8	246
Обед	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,34	42,72	114
Обед	Хлеб ржаной	38	2,51	0,46	13	62,85	115
Обед	Компот из сока и сухофруктов с витами́н,	200	0,52	0	23	96,12	283
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		698	18,28	28,17	85,63	658,24	
Полдник	Ватрушка с творогом	90	15,11	14,44	60,31	434,23	5/12(вар)
Полдник	Кофейный напиток с молоком	200	6,06	6,66	17,66	156,38	286
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		290	21,17	21,1	77,97	590,61	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1538	49,81	62,96	224,69	1650,91	
Вторник (1 неделя)							
Завтрак	Шарлотка	200	2,64	2,46	35	170,66	72
Завтрак	Хлеб с маслом	30	1,96	3,71	11,71	80,36	1/13

Завтрак	<u>Чай сладкий с молоком</u>	200	4,94	5,44	17,96	141,9	505
Завтрак	<u>Сыр порционный</u>	13	3,02	3,84	0	47,32	29
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		443	12,56	15,45	64,67	440,24	
2ой завтрак	<u>Фрукты</u>	120	0,48	0,48	11,76	56,4	199
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		120	0,48	0,48	11,76	56,4	
Обед	<u>Суп картофельный</u>	200	1,58	3,18	11,72	78,18	768
Обед	<u>Голубцы ленивые</u>	114	9,46	20,33	10,24	260,92	371
Обед	<u>Картофельное пюре</u>	156	2,3	2,82	14,99	92,21	241
Обед	<u>Икра овощная(свекольная , кабачковая, морковная)</u>	60	1,19	3,18	6,19	59,09	233
Обед	<u>Хлеб пшеничный</u>	20	1,52	0,18	9,34	42,72	114
Обед	<u>Хлеб ржаной</u>	38	2,51	0,46	13	62,85	115
Обед	<u>Компот из сока и сухофруктов с витамином</u>	200	0,52	0	23	96,12	283
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		788	18,68	31,39	75,54	652,07	
Полдник	<u>Печенье творожное</u>	150	20,88	16,8	37,8	378,87	128
Полдник	<u>Молоко кипяченое</u>	200	5,8	6,4	9,4	120	534
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		340	26,8	23,2	65,1	567,87	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1699	58,52	70,52	217,07	1716,58	
Среда (1 неделя)							
Завтрак	<u>Омлет натуральный</u>	80	10,33	10,24	1,31	139,91	507
Завтрак	<u>Икра овощная(свекольная , кабачковая, морковная)</u>	60	1,19	3,18	6,19	59,09	233
Завтрак	<u>Хлеб пшеничный</u>	20	1,52	0,18	9,34	42,72	114
Завтрак	<u>Кофейный напиток с молоком</u>	200	6,06	6,66	17,66	156,38	286
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		360	19,1	20,26	34,5	398,1	
2ой завтрак	<u>Фрукты</u>	120	0,48	0,48	11,76	56,4	199
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		120	0,48	0,48	11,76	56,4	
Обед	<u>Гуляш</u>	60	8,32	19,36	1,59	213,04	180
Обед	<u>Овощи квашеные</u>	60	0,48	0,06	1,02	7,8	246
Обед	<u>Суп картофельный с бобовыми</u>	200	5,94	8,64	19,42	179,82	149
Обед	<u>Макароны отварные</u>	145	6,38	4,66	39,06	218,69	19

Обед	<u>Хлеб пшеничный</u>	20	1,52	0,18	9,34	42,72	114
Обед	<u>Хлеб ржаной</u>	38	2,51	0,46	13	62,85	115
Обед	<u>Кисель из сухофруктов</u>	170	0,31	0	15,18	91,03	524
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		693	25,46	33,36	98,61	815,95	
Полдник	<u>Пирожок печеный с капустой</u>	80	4,42	5,46	24,65	164,49	142
Полдник	<u>Какао с молоком</u>	200	5,8	6,4	19,38	159,9	508
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		280	10,22	11,86	44,03	324,39	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1503	47,47	61,8	196,18	1542,03	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Четверг (1 неделя)							
Завтрак	<u>Сельдь с маслом</u>	50	5,84	8,15	0	96,76	35/1
Завтрак	<u>Каша пшеничная или другая каша</u>	150	3,51	4,24	20,03	128,07	222
Завтрак	<u>Хлеб с маслом</u>	30	1,96	3,71	11,71	80,36	1/13
Завтрак	<u>Чай с сахаром</u>	200	0	0	10,04	40,1	136/1
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		430	11,31	16,1	41,78	345,29	
2ой завтрак	<u>Фрукты</u>	120	0,48	0,48	11,76	56,4	199
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		120	0,48	0,48	11,76	56,4	
Обед	<u>Борщ с капустой и картофелем</u>	200	2,7	4	13,62	100,76	133
Обед	<u>Куриная котлета, биточки, шницель</u>	80	14,19	7,22	9,24	150,97	209
Обед	<u>Картофельное пюре</u>	156	2,3	2,82	14,99	92,21	241
Обед	<u>Овощи квашеные</u>	60	0,48	0,06	1,02	7,8	246
Обед	<u>Хлеб пшеничный</u>	20	1,52	0,18	9,34	42,72	114
Обед	<u>Хлеб ржаной</u>	38	2,51	0,46	13	62,85	115
Обед	<u>Компот из сухофруктов</u>	200	0,28	0,02	17,64	72,78	527
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		748	25,8	16,11	88,54	588,32	
Полдник	<u>Печень по-строгановски</u>	65	9,8	7,5	2,3	116,2	405
Полдник	<u>Икра овощная (свекольная, кабачковая, морковная)</u>	60	1,19	3,18	6,19	59,09	
Полдник	<u>Печенье сахарное</u>	50	3,75	4,9	37,2	208,5	151

Полдник	<u>Кофейный напиток с молоком</u>	200	6,06	6,66	17,66	156,38	286
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		256	9,81	11,56	54,86	364,88	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1504	55,19	48,41	189,66	1407,7	
Пятница (1 неделя)							
Завтрак	<u>Котлеты рыбные с капустой и морковью запеченные</u>	80	10,79	6,33	5,1	121,67	248
Завтрак	<u>Хлеб пшеничный</u>	20	1,52	0,18	9,34	42,72	114
Завтрак	<u>Хлеб с маслом</u>	30	1,96	3,71	11,71	80,36	1/13
Затрак	<u>Печенье сахарное</u>	50	3,75	4,9	37,2	208,5	151
Завтрак	<u>Чай с сахаром</u>	200	0	0	10,04	40,1	136/1
Завтрак	<u>Сыр порционный</u>	13	3,02	3,84	0	47,32	29
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		358	15,99	14,94	28,74	307,44	
2ой завтрак	<u>Кисломолочный напиток</u>	200	5,6	8	8,4	134	535
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		200	5,6	8	8,4	134	
Обед	<u>Салат из моркови</u>	60	0,68	1,85	5,44	41,84	9
Обед	<u>Суп картофельный с клецками</u>	200	2,12	2,94	13,26	88,22	151
Обед	<u>Бефстроганов</u>	60	8,26	6,19	0,5	90,64	176
Обед	<u>Рис отварной с овощами</u>	160	4	3,58	31,78	172,8	60
Обед	<u>Хлеб пшеничный</u>	20	1,52	0,18	9,34	42,72	114
Обед	<u>Хлеб ржаной</u>	38	2,51	0,46	13	62,85	115
Обед	<u>Кисель из сока фрукт.и сухофруктов</u>	170	0,31	0	15,18	91,03	524
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		708	19,4	15,2	88,5	590,1	
Полдник	<u>Зразы творожные с изюмом</u>	110	15,93	11,82	38,55	317,09	145
Полдник	<u>Чай с сахаром</u>	200	0	0	10,04	40,1	136/1
Полдник	<u>Повидло (джем)</u>	25	0,12	0	17,9	69	181
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		335	16,05	11,82	66,49	426,19	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1601	57,04	49,96	192,13	1457,73	
Понедельник (2 неделя)							
Завтрак	<u>Макароны, запеченные с сыром</u>	150	5,71	6,9	26,2	184,05	124
Завтрак	<u>Хлеб с маслом</u>	30	1,96	3,71	11,71	80,36	1/13
Завтрак	<u>Кофейный напиток с молоком</u>	200	6,06	6,66	17,66	156,38	286
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		380	13,73	17,27	55,57	420,79	

2ой завтрак	<u>Фрукты</u>	120	0,48	0,48	11,76	56,4	199
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		120	0,48	0,48	11,76	56,4	
Обед	<u>Суп крестьянский с крупой</u>	200	1,28	3,32	8,8	70,64	51
Обед	<u>Плов из мяса</u>	180	10,55	20,63	22,03	316,62	4/8
Обед	<u>Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком или др овощной салат</u>	60	5,96	1,49	14,11	90,29	6
Обед	<u>Компот из сока и сухофруктов с вит.</u>	200	0,31	0	15,18	91,03	283
Обед	<u>Хлеб пшеничный</u>	20	1,52	0,18	9,34	42,72	114
Обед	<u>Хлеб ржаной</u>	38	2,51	0,46	13	62,85	115
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		698	22,13	26,08	82,46	674,15	
Полдник	<u>Рыба, тушенная в томате с овощами</u>	120	12,42	3,65	6,05	105,16	349
Полдник	<u>Хлеб пшеничный</u>	20	1,52	0,18	9,34	42,72	114
Полдник	<u>Чай с сахаром</u>	200	0	0	10,04	40,1	136/1
Полдник	<u>Печенье сахарное</u>	50	3,75	4,9	37,2	208,5	151
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		390	17,69	8,73	62,63	396,48	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1588	54,03	52,56	212,42	1547,82	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Вторник (2 неделя)							
Завтрак	<u>Рагу овощное</u>	150	2,34	1,8	13,28	79,77	59
Завтрак	<u>Печень по-строгановски</u>	65	9,8	7,5	2,3	116,2	405
Завтрак	<u>Чай с сахаром</u>	200	0	0	10,04	40,1	136/1
Завтрак	<u>Хлеб с маслом</u>	30	1,96	3,71	11,71	80,36	1/13
Завтрак	<u>Хлеб пшеничный</u>	20	1,52	0,18	9,34	42,72	114
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		315	21,87	24,46	117,45	764,02	
2ой завтрак	<u>Кисломолочный напиток</u>	200	5,6	8	8,4	134	535
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		200	5,6	8	8,4	134	
Обед	<u>Суп картофельный</u>	200	1,58	3,18	11,72	78,18	768

Обед	<u>Тефтели мясо-крупяные</u>	80	10,14	23,07	3,65	261,51	108
Обед	<u>Овощи квашеные</u>	60	0,48	0,06	1,02	7,8	246
Обед	<u>Картофельное пюре</u>	150	2,65	3,26	17,29	106,4	241
Обед	<u>Хлеб пшеничный</u>	20	1,52	0,18	9,34	42,72	114
Обед	<u>Хлеб ржаной</u>	38	2,51	0,46	13	62,85	115
Обед	<u>Компот из сока и сухофруктов с витамин.</u>	200	0,52	0	23	96,12	283
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		748	19,4	30,21	79,02	655,58	
Полдник	<u>Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом</u>	70	0,93	4,54	27,68	134,02	561
Полдник	<u>Какао с молоком</u>	200	5,8	6,4	19,38	159,9	508
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		270	6,73	10,94	47,06	293,92	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1568	53,6	73,61	251,93	1847,52	
Среда (2 неделя)							
Завтрак	<u>Каша ячневая</u>	150	3,51	4,24	20,03	128,07	222
Завтрак	<u>Яйцо вареное</u>	41	5,8	4,6	0	62,8	139
Завтрак	<u>Горошек зеленый консервированный отварной для подгарнировки</u>	30	6,9	0,36	15,99	90,81	229
Завтрак	<u>Чай сладкий с молоком</u>	200	4,94	5,44	17,96	141,9	505
Завтрак	<u>Хлеб с маслом</u>	30	1,96	3,71	11,71	80,36	1/13
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		451	21,28	7,72	43,79	316,43	
2ой завтрак	<u>Соки овощные, фруктовые и ягодные</u>	170	0,85	0	21,59	93,5	537
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		170	0,85	0	21,59	93,5	
Обед	<u>Борщ с капустой и картофелем</u>	200	2,7	4	13,62	100,76	133
Обед	<u>Гуляш</u>	60	8,32	19,36	1,59	213,04	180
Обед	<u>Каша гречневая рассыпчатая и др.</u>	150	3,82	3,16	17,17	109,38	243
Обед	<u>Салат из свеклы и моркови</u>	60	0,79	3,05	4,46	48,64	52
Обед	<u>Хлеб пшеничный</u>	20	1,52	0,18	9,34	42,72	114
Обед	<u>Хлеб ржаной</u>	38	2,51	0,46	13	62,85	115
Обед	<u>Кисель из сухофруктов</u>	170	0,31	0	15,18	91,03	524

ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		698	19,97	30,21	74,36	668,42	
Полдник	<u>Запеканка из творога</u>	130	18,95	13,9	19,1	274,53	319
Полдник	<u>Кофейный напиток с молоком</u>	200	6,06	6,66	17,66	156,38	286
Полдник	<u>Фрукты</u>	120	0,48	0,48	11,76	56,4	199
Полдник	<u>Соус сметанный сладкий</u>	20	0,5	2,21	2,26	31,09	117
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		470	25,99	23,25	50,78	518,4	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1768	68,09	61,18	190,52	1596,75	
Четверг (2 неделя)							
Завтрак	<u>Каша пшенная молочная жидкая</u>	200	7,34	5,88	9,32	221,92	112
Завтрак	<u>Сыр порционный</u>	13	3,02	3,84	0	47,32	29
Завтрак	<u>Хлеб с маслом</u>	30	1,96	3,71	11,71	80,36	1/13
Завтрак	<u>Чай с сахаром</u>	200	0	0	10,04	40,1	136/1
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		443	17,26	18,87	38,99	491,5	
2ой завтрак	<u>Кисломолочный напиток</u>	200	5,6	8	8,4	134	535
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		200	5,6	8	8,4	134	
Обед	<u>Суп картофельный с клецками</u>	200	2,12	2,94	13,26	88,22	151
Обед	<u>Рагу из птицы</u>	200	17,68	10,58	19,62	240,84	412
Обед	<u>Икра овощная (свекольная , кабачковая, морковная)</u>	60	1,19	3,18	6,19	59,09	233
Обед	<u>Хлеб пшеничный</u>	20	1,52	0,18	9,34	42,72	114
Обед	<u>Хлеб ржаной</u>	38	2,51	0,46	13	62,85	115
Обед	<u>Компот из сухофруктов</u>	200	0,28	0,02	17,64	72,78	527
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		718	25,3	17,36	79,05	566,5	
Полдник	<u>Ватрушка с творогом</u>	90	11,43	6,57	29,88	225	140
Полдник	<u>Молоко кипяченое</u>	200	5,8	6,4	9,4	120	534
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		300	17,23	12,97	39,28	345	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1661	65,39	57,2	165,72	1537	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		

Пятница (2 неделя)							
Завтрак	<u>Омлет с зеленым горошком</u>	120	10,89	10,77	11,96	183,84	219
Завтрак	<u>Хлеб с маслом</u>	30	1,96	3,71	11,71	80,36	1/13
Завтрак	<u>Чай с сахаром</u>	200	0	0	10,04	40,1	136/1
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		350	17,39	15,55	38,16	355,14	
2ой завтрак	<u>Фрукты</u>	120	0,48	0,48	11,76	56,4	199
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		120	0,48	0,48	11,76	56,4	
Обед	<u>Суп картофельный с мясными фрикадельками</u>	220	6,82	15,64	10,76	209,48	154
Обед	<u>Печень тушеная</u>	60	9,8	7,5	2,3	116,2	405
Обед	<u>Каша пшеничная или другая каша</u>	150	3,51	4,24	20,03	128,07	222
Обед	<u>Салат из квашеной капусты с луком</u>	60	1,01	1,26	1,87	24,44	7
Обед	<u>Хлеб пшеничный</u>	20	1,52	0,18	9,34	42,72	114
Обед	<u>Хлеб ржаной</u>	38	2,51	0,46	13	62,85	115
Обед	<u>Компот из сока и сухофруктов с витамин.</u>	200	0,52	0	23	96,12	283
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		718	27,39	37,65	91,38	810,53	
Полдник	<u>Зразы или рулет из рыбы</u>	100	11,3	6	11,7	143	16/7
Полдник	<u>Соус сметанный с томатом</u>	25	0,56	1,89	1,64	26,08	733
Полдник	<u>Чай с сахаром</u>	200	0	0	10,04	40,1	136/1
Полдник	<u>Хлеб пшеничный</u>	20	1,52	0,18	9,34	42,72	114
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		345	13,38	8,07	32,72	251,9	
		1613	51,75	61,41	170,89	1435,56	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 706699936057990200889301522920754506789801582764

Владелец Новикова Лилия Владимировна

Действителен с 27.03.2024 по 27.03.2025