



УТВЕРЖДАЮ

ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ

ДЕТСКИЙ САД № 50"

О.Т. Жильцова

19.02.2021г

**Меню приготавливаемых блюд с 24.02.2021г по 26.02.2021г
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения "Детский сад №50".**

Возрастная Дети 2-3 года

категория:

Длительность пребывания в детском саду : 11-12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 6							
ЗАВТРАК	Каша молочная овсяная	175	5,58	6,06	18,42	186,06	185.3
	Батон нарезной	25	1,88	0,73	12,85	65,5	701.3
	Масло (порциями)	4	0,05	2,46	0,07	22,64	6
	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66	0,00	35	7
	Кофейный напиток с молоком	180	5,74	6,41	28,67	194,31	395
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		394	15,88	18,32	60,01	503,51	
10:00	Соки фруктовые и ягодные	130	0,53	0,10	17,03	71,5	399
ИТОГО ЗА 10:00		130	0,53	0,10	17,03	71,5	
ОБЕД	Суп с рыбными консервами	175	4,65	2,71	13,74	106,3	87
	Икра кабачковая (порция)	30	0,00	0,00	0,00	27,65	7a
	Пельмени мясные отварные с маслом	150	11,86	13,10	22,62	294,2	293
	Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,9	700
	Компот из сушеных фруктов	150	0,42	0,09	17,68	70,29	376
ИТОГО ЗА ОБЕД		565	19,24	16,32	65,73	559,34	
ПОЛДНИК	Овощи, припущенные со сливочным маслом	50	1,03	4,08	2,09	49,63	331
	Рис отварной	100	3,06	4,12	25,01	149,5	315
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	701
	Чай с лимоном	160/10/4	0,08	0,00	8,24	32,46	393
	Вафли	20	0,00	0,00	0,00	0	702.2
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		355	6,07	8,40	47,64	290,34	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1444	41,72	43,14	207,71	1424,69	
День 25.02.2021г							
ЗАВТРАК	Запеканка из творога	100	8,68	10,71	13,29	223,18	237
	Соус молочный (сладкий)	30	0,19	1,12	4,01	26,36	351
	Батон нарезной	25	1,88	0,73	12,85	65,5	701.3
	Масло (порциями)	4	0,05	2,46	0,07	22,64	6
	Чай с сахаром	157/10	0,05	0,00	8,73	33,55	392
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		316	10,85	15,02	38,95	371,23	
10:00	Напиток "Снежок" 2,5%	130	3,51	3,25	14,04	102,7	4016
ИТОГО ЗА 10:00		130	3,51	3,25	14,04	102,7	
ОБЕД	Суп свекольный на мясном бульоне со сметаной	175	6,49	7,06	8,87	134,85	44
	Бефстроганов из отварного мяса	75	6,55	8,18	2,44	130,88	278
	Каша рассыпчатая пшеничная	205	2,56	3,37	43,52	238	165.3
	Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,9	700
	Компот из ягод с/м	150	0,00	0,00	10,82	41,04	375a
ИТОГО ЗА ОБЕД		640	17,91	19,03	77,34	605,67	
ПОЛДНИК	Котлеты рыбные любительские	50	4,87	2,90	3,38	67,3	256
	Рагу из овощей	100	5,12	5,10	26,30	184,89	137
	Печенье	15	0,96	2,52	10,28	67,65	702.4
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,75	701
	Чай с лимоном	160/10/4	0,08	0,00	8,24	32,46	393
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		350	12,93	10,72	60,50	411,05	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1436	45,20	48,02	190,83	1490,65	
День 26.02.2021г							
ЗАВТРАК	Каша молочная манная	175	4,37	4,81	26,23	153,4	185.4
	Батон нарезной	25	1,88	0,73	12,85	65,5	701.3
	Масло (порциями)	4	0,05	2,46	0,07	22,64	6
	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66	0,00	35	7
	Кофейный напиток с молоком	180	5,74	6,41	28,67	194,31	395
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		394	14,67	17,07	67,82	470,85	
10:00	Йогурт питьевой 1,5%	130	4,15	1,95	7,67	74,1	401a

ИТОГО ЗА 10:00		130	4,15	1,95	7,67	74,1	
ОБЕД	Рассольник на мясном бульоне	175	5,18	5,16	13,49	138,65	74
	Тефтели мясные	50	5,20	6,31	6,93	131,38	286
	Соус сметанный с томатом и луком	30	0,65	1,09	2,71	23,52	357
	Картофель отварной	100	2,05	2,45	24,50	132,48	125
	Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	60,9	700
	Компот из сушеных фруктов	150	0,42	0,09	17,68	70,29	376
ИТОГО ЗА ОБЕД		565	15,81	15,52	77,00	557,22	
ПОЛДНИК	Голубцы ленивые	175	7,40	9,98	22,91	172,44	298
	Хлеб пшеничный	15	2,40	0,15	10,50	50,32	701.2
	Чай с сахаром	150	0,06	0,00	8,34	32,23	392a
	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	368
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		440	10,26	10,53	51,55	301,99	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1529	43,89	45,07	204,04	1404,16	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			130,81	136,23	602,58	4319,5	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			43,60	45,41	200,86	1439,83	



УТВЕРЖДАЮ

ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ

"ДЕТСКИЙ САД № 50"

О.Т. Жильцова

19.02.2021г

**Меню приготавливаемых блюд с 24.02.2021г по 26.02.2021г
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения "Детский сад №50"**

Возрастная Дети 3-7 лет
категория:

Длительность пребывания в детском саду : 11-12 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 24.02.2021г							
ЗАВТРАК	Каша молочная овсяная	200	7,78	8,18	26,76	212,64	185.3
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6	701.3
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,3	6
	Сыр (порциями)	14	3,68	3,72	0,00	49	7
	Кофейный напиток с молоком	180	5,74	6,41	28,67	194,31	395
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		429	19,51	22,26	70,94	562,85	
10:00	Соки фруктовые и ягодные	150	0,61	0,12	19,65	82,5	399
ИТОГО ЗА 10:00		150	0,61	0,12	19,65	82,5	
ОБЕД	Суп с рыбными консервами	200	7,60	3,10	15,70	121,48	87
	Икра кабачковая (порция)	45	0,00	0,00	0,00	0	7а
	Пельмени мясные отварные с маслом	180	17,84	31,21	27,14	473,22	293
	Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	78,3	700
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	701
	Компот из сушеных фруктов	180	0,50	0,11	21,22	84,35	376
ИТОГО ЗА ОБЕД		680	31,19	35,20	93,85	827,85	
ПОЛДНИК	Овощи, припущенные со сливочным маслом	60	1,24	4,90	2,50	59,56	331
	Рис отварной	120	3,67	4,94	30,01	179,4	315
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	701
	Чай с лимоном	197/10/4	0,10	0,00	10,15	39,97	393
	Вафли	20	0,00	0,00	0,00	0	702.2
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		427	7,29	10,08	57,42	349,43	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1686	58,60	67,66	241,86	1822,63	
День 25.07.2021г							
ЗАВТРАК	Запеканка из творога	120	10,91	14,05	15,95	267,82	237
	Соус молочный (сладкий)	40	0,26	1,50	5,35	35,15	351
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6	701.3
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,3	6
	Чай с сахаром	190/10	0,06	0,00	10,56	40,6	392
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		385	13,54	19,50	47,37	450,47	
10:00	Напиток "Снежок" 2,5%	155	4,19	3,88	16,74	122,45	4016
ИТОГО ЗА 10:00		155	4,19	3,88	16,74	122,45	
ОБЕД	Суп свекольный на мясном бульоне со сметаной	200	7,42	9,24	10,14	154,12	44
	Бефстроганов из отварного мяса	95	9,10	11,63	3,10	165,78	278
	Каша рассыпчатая	205	3,11	4,37	43,52	238	165.3
	Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	78,3	700
	Компот из ягод с/м	180	0,00	0,00	12,98	49,25	375а
ИТОГО ЗА ОБЕД		725	22,60	25,78	84,77	685,45	
ПОЛДНИК	Котлеты рыбные любительские	60	5,24	3,48	4,06	80,76	256
	Рагу из овощей	120	7,34	7,44	31,56	221,87	137
	Печенье	15	0,96	2,52	10,28	67,65	702.4
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	701
	Чай с лимоном	197/10/4	0,10	0,00	10,15	39,97	393
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		422	18,92	13,68	70,81	480,75	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1687	56,25	62,84	219,69	1739,12	
День 26.07.2021г							

ЗАВТРАК	Каша молочная манная	200	6,28	6,64	29,98	209,6	185,4
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6	701,3
	Масло (порциями)	5	0,06	3,08	0,09	28,3	6
	Сыр (порциями)	14	3,68	3,72	0,00	49	7
	Кофейный напиток с молоком	180	5,74	6,41	28,67	194,31	395
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		429	18,01	20,72	74,16	559,81	
10:00	Йогурт питьевой 1,5%	150	6,15	2,25	8,85	85,5	401a
ИТОГО ЗА 10:00		150	4,15	2,25	8,85	85,5	
ОБЕД	Рассольник на мясном бульоне	200	7,18	7,04	15,42	158,46	74
	Тефтели мясные	60	6,50	9,97	8,31	157,65	286
	Соус сметанный с томатом и луком	45	0,97	1,63	4,06	35,28	357
	Картофель отварной	120	2,65	2,94	29,40	158,98	125
	Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	78,3	700
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	701
	Компот из сушеных фруктов	180	0,50	0,11	21,22	84,35	376
ИТОГО ЗА ОБЕД		680	22,55	22,47	108,20	743,52	
ПОЛДНИК	Голубцы ленивые	200	8,32	15,98	26,18	311,36	298
	Хлеб пшеничный	15	2,40	0,15	10,50	50,32	701,2
	Чай с сахаром	180	0,07	0,00	10,01	38,68	392a
	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	368
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		495	11,19	16,53	56,49	447,36	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1754	56,40	61,97	247,70	1836,19	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		16992	171,25	192,47	709,25	5397,94	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1699,2	57,08	64,16	236,42	1800	