

СОГЛАСОВАНО:
На Совете родителей
Протокол № 1
от «30» августа 2023г.
Председатель Л.А.Жемердей Л.А.Жемердей

УТВЕРЖДЕНО:
И. о. заведующего МБДОУ МО
г.Краснодар «Детский сад №209»
И.П. Колоскова
Приказ от 01.09.2023 № 159-0



**Основное десятидневное меню питания
детей с 2 до 7 лет с 12-часовым пребыванием
в весенне-летний период
муниципального бюджетного дошкольного образовательного
учреждения муниципального образования город Краснодар
«Детский сад общеразвивающего вида № 209 «Чапаёнок»**

Сборник технических нормативов: Тутельян В.А., Могильный М.П. "Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях" 2016 год.

Составитель: заведующий производством Свиридова Е.В.

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МБДОУ МО г.Краснодар "Детский сад № 209

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Лето

Руководитель _____

Возрастная категория: ясли

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 1							
Завтрак	пудинг из творога (запеченный) с повидлом	70/5	13,0	12,6	19,6	227,9	249
	Чай с лимоном.	150	0,1	0,0	5,1	11,7	412
	Бутерброды с маслом и сыром	25/5/5	3,0	5,8	9,7	90,9	3
Общий выход всех блюд на Завтрак		260	16,1	18,4	34,4	330,5	
Завтрак2	Кефир	150	4,4	3,9	6,1	93,6	420
Общий выход всех блюд на Завтрак2		150	4,4	3,9	6,1	93,6	
Обед	Помидор свежий	47	0,1	0,0	1,4	6,3	04.07
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,7	1,8	12,6	93,1	88
	Мясное суфле	70	14,6	9,0	5,8	153,0	02.16
	Напиток яблочный	150	0,1	0,0	7,9	24,1	154.03
	Хлеб ржаной и пшеничный	15/20	2,4	0,3	15,3	67,5	1
Общий выход всех блюд на Обед		452	19,0	11,1	43,0	344,1	
Полдник	Рыба припущенная	90	10,3	3,9	3,8	87,7	259
	Картофель отварной	105	0,9	4,1	8,5	136,2	136
	Хлеб ржаной и пшеничный	15/20	2,4	0,3	15,3	67,5	1
	Кофейный напиток с молоком	150	3,8	4,2	12,0	86,2	414
	Пряники	20	1,1	0,8	13,5	58,7	
	Бананы	80	1,7	0,6	24,1	110,4	386
Общий выход всех блюд на Полдник		480	20,3	13,9	77,2	546,6	
Итого за 1 день:			59,7	47,3	160,7	1314,8	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МБДОУ МО г.Краснодар "Детский сад № 209

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Лето

Руководитель _____

Возрастная категория: ясли

подпись _____
расшифровка подписи _____

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 2							
Завтрак	Биточки рыбные запеченные	70	13,0	7,0	8,6	140,4	271
	Каша пшеничная	60	2,5	1,9	11,5	85,4	179
	Салат из свеклы	50	0,9	1,0	1,5	32,7	34
	Чай с лимоном.	150	0,1	0,0	5,1	11,7	412
	Бутерброды с маслом и сыром	25/5/5	3,0	5,8	9,7	90,9	3
Общий выход всех блюд на Завтрак		365	19,5	15,6	36,4	361,0	
Завтрак2	Сок	125	0,6	0,1	12,6	55,0	418
Общий выход всех блюд на Завтрак2		125	0,6	0,1	12,6	55,0	
Обед	Огурец свежий	46	0,4	0,0	0,6	7,5	04.02
	Борщ с капустой и картофелем	150	2,2	2,9	9,6	99,8	63
	Жаркое по-домашнему	150	12,7	7,6	11,5	227,3	292
	Компот из сушеных фруктов	150	0,0	0,0	5,5	12,1	394
	хлеб пшеничный	20	1,5	0,2	9,6	34,0	1
	Хлеб ржаной	30	1,9	0,3	12,0	63,0	1
Общий выход всех блюд на Обед		546	18,8	11,0	48,9	443,7	
Полдник	Суп молочный с рисовой крупой	150	4,9	6,5	19,5	142,6	101
	ватрушка	70	12,8	12,9	35,0	269,6	441
	Ряженка	150	4,3	3,9	6,4	131,8	420
	Яблоки	74	0,3	0,0	8,3	40,0	386
Общий выход всех блюд на Полдник		444	22,3	23,3	69,1	583,8	
Итого за 2 день:			61,2	50,0	167,0	1443,5	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МБДОУ МО г.Краснодар "Детский сад № 209

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Лето

Руководитель _____

Возрастная категория: ясли

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угле-воды		
День: 3							
Завтрак	Омлет натуральный	70	13,8	14,4	2,6	195,2	229
	Огурец свежий	46	0,4	0,0	0,6	7,5	04.02
	Чай	150	0,0	0,0	5,0	10,0	410
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	1,6	4,3	9,7	71,4	1
Общий выход всех блюд на Завтрак		291	15,8	18,7	17,8	284,1	
Завтрак2	Сок	125	0,6	0,1	12,6	55,0	418
Общий выход всех блюд на Завтрак2		125	0,6	0,1	12,6	55,0	
Обед	Салат из белокачанной капусты	46	0,8	2,0	2,6	28,5	21
	суп картофельный с бобовыми со сметаной	150	3,0	4,8	10,3	117,9	87
	Котлета паровая	70	15,6	10,9	8,6	186,2	299
	Картофельное пюре	120	1,7	2,6	9,9	131,1	04.01
	Компот из сушеных фруктов	150	0,0	0,0	5,5	12,1	394
	хлеб пшеничный и ржаной	15/20	2,4	0,3	15,3	67,5	1
Общий выход всех блюд на Обед		571	23,5	20,6	52,1	543,4	
Полдник	Макароны отварные с сыром	70	4,4	4,0	22,6	130,0	220
	Печенье	15	0,5	0,7	4,8	25,7	
	Какао с молоком	150	4,5	4,8	16,8	109,5	416
	Яблоки	74	0,3	0,0	8,3	40,0	386
Общий выход всех блюд на Полдник		309	9,7	9,5	52,5	305,1	
Итого за 3 день:			49,7	49,0	135,1	1187,5	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МБДОУ МО г.Краснодар "Детский сад № 209

Сезон: Лето

Возрастная категория: ясли

Руководитель _____

УТВЕРЖДАЮ

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угле-воды		
День: 4							
Завтрак	пудинг творожно-яблочный со сметаной	80/5	11,1	12,4	13,5	196,7	254
	Чай с лимоном.	150	0,1	0,0	5,1	11,7	412
	Бутерброды с маслом и сыром	25/5/5	3,0	5,8	9,7	90,9	3
Общий выход всех блюд на Завтрак		270	14,2	18,2	28,3	299,3	
Завтрак2	Кефир	150	4,4	3,9	6,1	93,6	420
Общий выход всех блюд на Завтрак2		150	4,4	3,9	6,1	93,6	
Обед	Помидор свежий	47	0,1	0,0	1,4	6,3	04.07
	Суп картофельный с клецками	150	6,1	8,2	14,0	174,6	91
	Запеканка из печени с рисом	155	19,0	10,0	15,3	232,4	311
	кисель	150	0,2	0,0	17,1	65,5	398
	Хлеб ржаной и пшеничный	15/20	2,4	0,3	15,3	67,5	1
Общий выход всех блюд на Обед		537	27,9	18,6	63,2	546,3	
Полдник	Рагу из овощей	160	2,1	5,0	13,0	156,7	148
	Хлеб ржаной и пшеничный	15/20	2,4	0,3	15,3	67,5	1
	Кофейный напиток с молоком	150	4,1	4,5	12,4	92,0	414
	Пряники	20	1,1	0,8	13,5	58,7	
	Яблоки	74	0,3	0,0	8,3	40,0	386
Общий выход всех блюд на Полдник		439	10,1	10,7	62,5	414,8	
Итого за 4 день:			56,5	51,3	160,1	1354,0	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МБДОУ МО г.Краснодар "Детский сад № 209

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Лето

Руководитель _____

Возрастная категория: ясли

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угле-воды		
День: 5							
Завтрак	Суфле из рыбы	70	13,4	7,4	3,6	127,7	284
	каша пшенная	60	2,3	3,1	12,7	84,6	179
	Помидор свежий	47	0,1	0,0	1,4	6,3	04.07
	Чай с лимоном.	150	0,1	0,0	5,1	11,7	412
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	1,6	4,3	9,7	71,4	1
Общий выход всех блюд на Завтрак		352	17,5	14,7	32,5	301,8	
Завтрак2	Сок.	135	0,7	0,1	13,6	59,4	418
Общий выход всех блюд на Завтрак2		135	0,7	0,1	13,6	59,4	
Обед	Салат из белокачанной капусты	46	0,8	2,0	2,6	28,5	21
	Бульон из кур с гренками	150	5,4	6,3	4,2	92,0	116
	Птица, тушеная в соусе с овощами	150	8,6	5,7	11,7	194,8	319
	Компот из сушеных фруктов	150	0,0	0,0	5,5	12,1	394
	хлеб ржаной и пшеничный	15/30	3,1	0,4	19,3	88,5	1
Общий выход всех блюд на Обед		541	17,9	14,4	43,3	416,0	
Полдник	Суп кукурузный молочный	150	5,3	7,8	18,7	146,4	101
	Бифидок.	150	4,5	3,9	1,4	46,5	420
	Булочка домашняя	70	9,1	9,2	35,2	235,2	452
	Яблоки	74	0,3	0,0	8,3	40,0	386
Общий выход всех блюд на Полдник		444	19,3	20,8	63,6	468,1	
Итого за 5 день:			55,3	50,1	153,1	1245,3	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МБДОУ МО г.Краснодар "Детский сад № 209

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Лето

Руководитель _____

Возрастная категория: ясли

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 6							
Завтрак	сырники творожные со сметаной	70/9	11,1	12,0	14,4	189,5	245
	Чай с лимоном.	150	0,1	0,0	5,1	11,7	412
	Бутерброды с маслом и сыром	25/5/5	3,0	5,8	9,7	90,9	3
Общий выход всех блюд на Завтрак		264	14,1	17,8	29,3	292,1	
Завтрак2	Сок.	135	0,7	0,1	13,6	59,4	418
Общий выход всех блюд на Завтрак2		135	0,7	0,1	13,6	59,4	
Обед	Помидор свежий	47	0,1	0,0	1,4	6,3	04.07
	суп картофельный с бобовыми со сметаной	150	3,0	4,8	10,3	117,9	87
	гуляш из отварного мяса	80	13,2	7,5	7,5	148,8	293
	каша гречневая рассыпчатая	70	2,4	3,9	15,1	112,2	179
	Компот из яблок	150	0,1	0,0	7,9	24,1	390
	Хлеб ржаной и пшеничный	15/20	2,4	0,3	15,3	67,5	1
Общий выход всех блюд на Обед		532	21,4	16,5	57,6	476,9	
Полдник	Яйца вареные	40	12,7	11,5	0,7	157,0	228
	Икра из кабачков	70	1,3	3,0	8,0	58,0	53
	Хлеб ржаной и пшеничный	15/20	2,4	0,3	15,3	67,5	1
	Кофейный напиток с молоком	150	4,1	4,5	12,4	92,0	414
	Вафля	15	0,4	0,3	11,6	53,1	
	Бананы	80	1,7	0,6	24,1	110,4	386
Общий выход всех блюд на Полдник		390	22,7	20,3	72,1	537,9	
Итого за 6 день:			58,9	54,6	172,6	1366,3	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МБДОУ МО г.Краснодар "Детский сад № 209

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Лето

Руководитель _____

Возрастная категория: ясли

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угле-воды		
День: 7							
Завтрак	Суп молочный с крупой	150	5,2	6,5	19,1	144,6	101
	Чай с лимоном.	150	0,1	0,0	5,1	11,7	412
	Бутерброды с маслом и сыром	25/5/5	3,0	5,8	9,7	90,9	3
Общий выход всех блюд на Завтрак		335	8,3	12,3	33,9	247,1	
Завтрак2	бифидок	150	4,5	3,9	1,4	46,5	420
Общий выход всех блюд на Завтрак2		150	4,5	3,9	1,4	46,5	
Обед	Огурец свежий	46	0,4	0,0	0,6	7,5	04.02
	Свекольник со сметаной	150	1,9	2,7	6,1	94,5	01.08
	Тефтели мясные	80	15,3	9,0	13,6	190,3	304
	Компот из сушеных фруктов	150	0,0	0,0	5,5	12,1	394
	Хлеб ржаной и пшеничный	15/20	2,4	0,3	15,3	67,5	1
Общий выход всех блюд на Обед		461	20,1	12,0	41,1	372,0	
Полдник	Рыба, тушенная с овощами	70	9,6	3,2	1,7	70,8	261
	Картофель отварной	105	0,9	4,1	8,5	136,2	136
	Хлеб ржаной и пшеничный	15/20	2,4	0,3	15,3	67,5	1
	Кофейный напиток с молоком	150	4,1	4,5	12,4	92,0	414
	Пряники	20	1,1	0,8	13,5	58,7	
	Яблоки	74	0,3	0,0	8,3	40,0	386
Общий выход всех блюд на Полдник		454	18,4	13,0	59,6	465,1	
Итого за 7 день:			51,3	41,3	136,0	1130,8	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МБДОУ МО г.Краснодар "Детский сад № 209

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Лето

Руководитель _____

Возрастная категория: ясли

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угле-воды		
День: 8							
Завтрак	Омлет натуральный	70	13,8	14,4	2,6	195,2	229
	каша ячневая	50	2,0	1,9	13,1	77,6	179
	Огурец свежий	46	0,4	0,0	0,6	7,5	04.02
	Чай	150	0,0	0,0	5,0	10,0	410
	Бутерброды с маслом и сыром	25/5/5	3,0	5,8	9,7	90,9	3
Общий выход всех блюд на Завтрак		351	19,2	22,1	30,9	381,1	
Завтрак2	Сок	125	0,6	0,1	12,6	55,0	418
Общий выход всех блюд на Завтрак2		125	0,6	0,1	12,6	55,0	
Обед	Помидор свежий	47	0,1	0,0	1,4	6,3	04.07
	Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,7	4,7	8,5	108,8	73
	Шницель мясной	70	15,1	9,6	6,8	165,5	299
	Пюре картофельное	110	1,8	3,4	10,4	144,4	339
	Компот из сушеных фруктов	150	0,0	0,0	5,5	12,1	394
	хлеб пшеничный и ржаной	20/40	4,1	0,6	25,7	118,0	1
Общий выход всех блюд на Обед		587	22,9	18,3	58,4	555,2	
Полдник	Суп молочный с овсяными хлопьями	150	4,8	7,4	15,9	137,8	101
	Ряженка.	150	4,3	3,9	6,4	131,8	420
	Булочка "Веснушка"	50	8,0	8,4	30,6	208,0	456
	Яблоки	74	0,3	0,0	8,3	40,0	386
Общий выход всех блюд на Полдник		424	17,5	19,7	61,2	517,5	
Итого за 8 день:			60,3	60,3	163,1	1508,8	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МБДОУ МО г.Краснодар "Детский сад № 209

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Лето

Руководитель _____

Возрастная категория: ясли

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угле-воды		
День: 9							
Завтрак	Суп молочный с пшенной крупой	150	5,4	7,3	19,8	154,1	101
	Чай	150	0,0	0,0	5,0	10,0	410
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	1,6	4,3	9,7	71,4	1
Общий выход всех блюд на Завтрак		325	7,0	11,6	34,5	235,5	
Завтрак2	Сок.	135	0,7	0,1	13,6	59,4	418
Общий выход всех блюд на Завтрак2		135	0,7	0,1	13,6	59,4	
Обед	Салат из белокачанной капусты	46	0,8	2,0	2,6	28,5	21
	Суп картофельный с крупой	150	1,9	6,0	12,5	130,3	86
	суфле из печени	70	19,3	11,2	9,2	217,9	309
	Макаронные изделия отварные с маслом	60	2,6	2,7	18,8	97,9	219
	кисель	150	0,2	0,0	17,1	65,5	398
	хлеб ржаной и пшеничный	15/30	3,1	0,4	19,3	88,5	1
Общий выход всех блюд на Обед		521	27,8	22,3	79,5	628,7	
Полдник	Вареники ленивые(отварные)	100	15,6	14,2	22,5	254,6	244
	Какао на молоке	150	4,5	4,8	11,8	99,5	14.07
	Печенье	15	0,5	0,7	4,8	25,7	
	Яблоки	74	0,3	0,0	8,3	40,0	386
Общий выход всех блюд на Полдник		339	20,9	19,7	47,4	419,7	
Итого за 9 день:			56,4	53,8	175,0	1343,3	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МБДОУ МО г.Краснодар "Детский сад № 209

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Лето

Руководитель _____

Возрастная категория: ясли

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угле-воды		
День: 10							
Завтрак	Суфле из рыбы	70	13,4	7,4	3,6	127,7	284
	Огурец свежий	46	0,4	0,0	0,6	7,5	04.02
	Чай с лимоном.	150	0,1	0,0	5,1	11,7	412
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	1,6	4,3	9,7	71,4	1
Общий выход всех блюд на Завтрак		291	15,5	11,7	18,9	218,3	
Завтрак2	Сок	125	0,6	0,1	12,6	55,0	418
Общий выход всех блюд на Завтрак2		125	0,6	0,1	12,6	55,0	
Обед	Помидор свежий	47	0,1	0,0	1,4	6,3	04.07
	Суп с яйцом и гречками	150	5,3	7,7	9,9	158,2	84
	Плов из птицы	140	10,9	6,8	26,7	203,8	321
	Компот из сушеных фруктов	150	0,0	0,0	5,5	12,1	394
	хлеб пшеничный и ржаной	15/20	2,4	0,3	15,3	67,5	1
Общий выход всех блюд на Обед		522	18,8	14,8	58,8	447,9	
Полдник	Суп молочный с гречневой крупой	150	5,0	8,2	22,9	166,9	
	Булочка домашняя	70	9,1	9,2	35,2	235,2	452
	Кефир.	150	4,3	3,9	6,0	93,0	14.13
	Яблоки	74	0,3	0,0	8,3	40,0	386
Общий выход всех блюд на Полдник		444	18,8	21,2	72,5	535,1	
Итого за 10 день:			53,7	47,8	162,9	1256,3	
Итого за весь период:			562,9	505,6	1585,5	13150,6	
Среднее значение за период:			56,3	50,6	158,5	1315,1	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности:			4,3	3,8	12,1		

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МБДОУ МО г.Краснодар "Детский сад № 209

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Лето

Руководитель _____

Возрастная категория: Сад

подпись _____
расшифровка подписи _____

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 1							
Завтрак	пудинг из творога (запеченный) с повидлом	80/10	15,4	14,4	27,5	273,1	249
	Чай с лимоном.	180	0,1	0,0	10,1	21,7	412
	Бутерброды с маслом и сыром	30/8/6	4,2	8,8	14,5	136,1	3
Общий выход всех блюд на Завтрак		314	19,7	23,2	52,2	430,9	
Завтрак2	Кефир	160	4,7	4,2	6,5	99,6	420
Общий выход всех блюд на Завтрак2		160	4,7	4,2	6,5	99,6	
Обед	Помидор свежий	57	0,2	0,0	1,7	7,6	04.07
	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	2,3	1,8	16,6	106,0	88
	Мясное суфле	80	13,8	9,1	5,9	150,8	02.16
	Сок.	180	0,9	0,2	18,2	79,2	418
	Хлеб ржаной и пшеничный	20/25	3,1	0,4	19,7	86,5	1
Общий выход всех блюд на Обед		542	20,4	11,5	62,1	430,1	
Полдник	Рыба припущенная	100	11,2	6,2	4,3	111,3	259
	Картофель отварной	120	0,9	3,3	9,0	134,5	136
	Хлеб ржаной и пшеничный	20/25	3,1	0,4	19,7	86,5	1
	Кофейный напиток с молоком	180	5,0	5,4	19,1	119,6	414
	Пряники	30	1,8	1,4	22,5	97,8	
	Бананы	77	1,6	0,6	23,1	105,6	386
Общий выход всех блюд на Полдник		552	23,7	17,3	97,6	655,3	
Итого за 1 день:			68,4	56,2	218,3	1616,0	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МБДОУ МО г.Краснодар "Детский сад № 209

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Лето

Руководитель _____

Возрастная категория: Сад

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угле-воды		
День: 2							
Завтрак	Биточки рыбные запеченные	80	15,6	6,8	8,1	147,1	271
	Каша пшеничная	60	3,2	1,9	14,4	103,0	179
	Салат из свеклы	57	0,9	1,0	1,5	32,7	34
	Чай с лимоном.	180	0,1	0,0	10,1	21,7	412
	Бутерброды с маслом и сыром	30/8/6	4,2	8,8	14,5	136,1	3
Общий выход всех блюд на Завтрак		421	23,9	18,4	48,6	440,5	
Завтрак2	напиток из груши-дички	115	0,6	0,0	11,6	52,9	418
Общий выход всех блюд на Завтрак2		115	0,6	0,0	11,6	52,9	
Обед	Огурец свежий	55	0,5	0,0	0,7	9,0	04.02
	Борщ с капустой и картофелем	180	2,8	4,2	12,1	123,3	63
	Жаркое по-домашнему	160	13,2	9,4	13,1	243,6	292
	Компот из сушеных фруктов	180	0,0	0,0	8,6	18,7	394
	хлеб ржаной и пшеничный	30/40	4,9	0,6	30,5	135,0	1
Общий выход всех блюд на Обед		645	21,3	14,2	65,0	529,5	
Полдник	Суп молочный с рисовой крупой	180	3,9	5,8	20,8	136,3	101
	ватрушка	80	12,3	14,0	26,3	252,0	06.02
	Ряженка	184	5,3	4,8	7,8	161,5	420
	Яблоки	83	0,4	0,0	9,3	44,6	386
Общий выход всех блюд на Полдник		527	21,8	24,5	64,3	594,5	
Итого за 2 день:			67,6	57,2	189,5	1617,4	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МБДОУ МО г.Краснодар "Детский сад № 209

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Лето

Руководитель _____

Возрастная категория: Сад

подпись _____
расшифровка подписи _____

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 3							
Завтрак	Омлет натуральный	80	13,6	14,9	2,1	196,8	229
	каша ячневая	50	2,5	2,0	16,4	93,2	179
	Огурец свежий	55	0,5	0,0	0,7	9,0	04.02
	Чай	180	0,0	0,0	10,0	20,0	410
	Хлеб пшеничный с маслом	30/8	2,3	6,8	14,5	110,8	1
Общий выход всех блюд на Завтрак		403	18,9	23,8	43,7	429,9	
Завтрак2	Сок	165	0,8	0,2	16,7	72,6	418
Общий выход всех блюд на Завтрак2		165	0,8	0,2	16,7	72,6	
Обед	Салат из белокачанной капусты	54	0,9	3,0	3,0	38,4	21
	суп картофельный с бобовыми со сметаной	180	3,3	7,8	12,1	158,4	87
	Котлета паровая	80	18,2	10,9	15,1	218,6	299
	Картофельное пюре	130	1,8	3,4	10,4	144,4	04.01
	Компот из сушеных фруктов	180	0,0	0,0	8,6	18,7	394
	хлеб пшеничный и ржаной	25/45	4,8	0,7	30,1	137,0	1
Общий выход всех блюд на Обед		694	29,0	25,7	79,3	715,5	
Полдник	Макароны отварные с сыром	90	6,8	5,9	33,9	194,7	220
	Какао с молоком	180	5,4	5,8	13,3	118,7	416
	Печенье	30	1,1	1,4	9,6	51,4	
	Яблоки	83	0,4	0,0	9,3	44,6	386
Общий выход всех блюд на Полдник		383	13,7	13,1	66,0	409,5	
Итого за 3 день:			62,4	62,8	205,7	1627,4	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МБДОУ МО г.Краснодар "Детский сад № 209

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Лето

Руководитель _____

Возрастная категория: Сад

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 4							
Завтрак	пудинг творожно-яблочный со сметаной	100/5	14,3	14,6	22,1	255,7	254
	Чай с лимоном.	180	0,1	0,0	10,1	21,7	412
	Бутерброды с маслом и сыром	30/8/6	4,2	8,8	14,5	136,1	3
Общий выход всех блюд на Завтрак		329	18,6	23,4	46,7	413,5	
Завтрак2	Кефир	160	4,7	4,2	6,5	99,6	420
Общий выход всех блюд на Завтрак2		160	4,7	4,2	6,5	99,6	
Обед	Помидор свежий	57	0,2	0,0	1,7	7,6	04.07
	Суп картофельный с клецками	180	7,0	10,6	17,6	201,3	91
	Запеканка из печени с рисом	185	23,4	10,9	24,6	294,5	311
	кисель	180	0,3	0,0	24,3	99,8	398
	хлеб пшеничный и ржаной	20/25	3,1	0,4	19,7	86,5	1
Общий выход всех блюд на Обед		647	34,1	21,9	87,9	689,7	
Полдник	Рагу из овощей	180	2,2	5,0	13,3	135,3	148
	Кофейный напиток с молоком	180	5,0	5,4	17,1	115,6	414
	Хлеб ржаной и пшеничный	20/25	3,1	0,4	19,7	86,5	1
	Пряники	30	1,8	1,4	22,5	97,8	
	Яблоки	83	0,4	0,0	9,3	44,6	386
Общий выход всех блюд на Полдник		518	12,5	12,3	81,9	479,9	
Итого за 4 день:			69,8	61,7	223,0	1682,7	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МБДОУ МО г.Краснодар "Детский сад № 209

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Лето

Руководитель

Возрастная категория: Сад

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 5							
Завтрак	Суфле из рыбы	80	14,4	7,4	6,0	138,7	284
	каша пшенная	60	3,5	3,4	19,0	115,7	179
	Помидор свежий	57	0,2	0,0	1,7	7,6	04.07
	Чай с лимоном.	180	0,1	0,0	10,1	21,7	412
	Хлеб пшеничный с маслом	30/8	2,3	6,8	14,5	110,8	1
Общий выход всех блюд на Завтрак		415	20,4	17,6	51,4	394,6	
Завтрак2	напиток из груши-дички	115	0,6	0,0	11,6	52,9	418
Общий выход всех блюд на Завтрак2		115	0,6	0,0	11,6	52,9	
Обед	Салат из белокачанной капусты	54	0,9	3,0	3,0	38,4	21
	Бульон из кур с гренками	180	6,3	6,5	6,7	104,2	116
	Птица, тушеная в соусе с овощами	180	9,9	6,0	13,7	217,9	319
	Компот из сушеных фруктов	180	0,0	0,0	8,6	18,7	394
	хлеб ржаной и пшеничный	30/40	4,9	0,6	30,5	135,0	1
Общий выход всех блюд на Обед		664	22,0	16,2	62,5	514,2	
Полдник	Суп кукурузный молочный	180	6,6	8,8	23,2	174,4	101
	Бифидок.	180	5,4	4,7	1,7	55,8	
	Булочка домашняя	60	9,6	8,7	41,6	255,3	452
	Яблоки	83	0,4	0,0	9,3	44,6	386
Общий выход всех блюд на Полдник		503	22,0	22,1	75,8	530,1	
Итого за 5 день:			65,0	55,9	201,3	1491,9	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МБДОУ МО г.Краснодар "Детский сад № 209

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Лето

Руководитель _____

Возрастная категория: Сад

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угле-воды		
День: 6							
Завтрак	сырники творожные со сметаной	90/11	15,6	14,2	29,8	281,2	245
	Чай с молоком	180	3,4	3,8	15,6	89,6	413
	Бутерброды с маслом и сыром	30/8/6	4,2	8,8	14,5	136,1	3
Общий выход всех блюд на Завтрак		325	23,2	26,8	59,9	506,9	
Завтрак2	напиток из груши-дички	115	0,6	0,0	11,6	52,9	418
Общий выход всех блюд на Завтрак2		115	0,6	0,0	11,6	52,9	
Обед	Помидор свежий	57	0,2	0,0	1,7	7,6	04.07
	суп картофельный с бобовыми со сметаной	180	3,3	7,8	12,1	158,4	87
	гуляш из отварного мяса	90	15,8	6,7	10,5	162,3	293
	каша гречневая рассыпчатая	80	2,9	4,0	18,1	128,6	179
	Компот из яблок	180	0,2	0,0	8,9	28,8	390
	Хлеб ржаной и пшеничный	20/25	3,1	0,4	19,7	86,5	1
	Икра из кабачков	80	1,6	3,0	9,8	66,2	53
Общий выход всех блюд на Обед		712	27,1	21,9	80,9	638,5	
Полдник	Яйца вареные	40	12,7	11,5	0,7	157,0	228
	Хлеб ржаной и пшеничный	20/25	3,1	0,4	19,7	86,5	1
	Кофейный напиток с молоком	180	5,0	5,4	17,1	115,6	414
	Вафля	25	0,7	0,6	19,3	88,5	
	Бананы	77	1,6	0,6	23,1	105,6	386
Общий выход всех блюд на Полдник		367	23,2	18,5	79,8	553,2	
Итого за 6 день:			74,0	67,2	232,3	1751,5	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МБДОУ МО г.Краснодар "Детский сад № 209

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Лето

Руководитель _____

Возрастная категория: Сад

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угле-воды		
День: 7							
Завтрак	Суп молочный с крупой	180	5,3	8,2	19,1	159,5	101
	Чай с лимоном.	180	0,1	0,0	10,1	21,7	412
	Бутерброды с маслом и сыром	30/8/6	4,2	8,8	14,5	136,1	3
Общий выход всех блюд на Завтрак		404	9,5	17,0	43,8	317,3	
Завтрак2	бифидок	160	4,8	4,1	1,5	49,5	420
Общий выход всех блюд на Завтрак2		160	4,8	4,1	1,5	49,5	
Обед	Огурец свежий	55	0,5	0,0	0,7	9,0	04.02
	Свекольник со сметаной	180	2,1	4,0	6,9	113,2	01.08
	Тефтели мясные	90	16,5	10,3	16,7	216,1	304
	Сок.	180	0,9	0,2	18,2	79,2	418
	хлеб пшеничный и ржаной	20/25	3,1	0,4	19,7	86,5	1
Общий выход всех блюд на Обед		550	23,1	14,9	62,1	504,0	
Полдник	Рыба, тушенная с овощами	90	9,2	3,2	2,5	72,2	261
	Картофель отварной	120	0,9	3,3	9,0	134,5	136
	Хлеб ржаной и пшеничный	20/25	3,1	0,4	19,7	86,5	1
	Кофейный напиток с молоком	180	5,0	5,4	17,1	115,6	414
	Пряники	30	1,8	1,4	22,5	97,8	
	Яблоки	83	0,4	0,0	9,3	44,6	386
Общий выход всех блюд на Полдник		548	20,4	13,8	80,0	551,3	
Итого за 7 день:			57,8	49,8	187,4	1422,1	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МБДОУ МО г.Краснодар "Детский сад № 209

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Лето

Руководитель _____

Возрастная категория: Сад

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угле-воды		
День: 8							
Завтрак	Омлет натуральный	80	13,6	14,9	2,1	196,8	229
	каша ячневая	50	2,5	2,0	16,4	93,2	179
	Огурец свежий	55	0,5	0,0	0,7	9,0	04.02
	Чай	180	0,0	0,0	10,0	20,0	410
	Бутерброды с маслом и сыром	30/8/6	4,2	8,8	14,5	136,1	3
Общий выход всех блюд на Завтрак		409	20,8	25,7	43,7	455,2	
Завтрак2	Сок	165	0,8	0,2	16,7	72,6	418
Общий выход всех блюд на Завтрак2		165	0,8	0,2	16,7	72,6	
Обед	Помидор свежий	57	0,2	0,0	1,7	7,6	04.07
	Щи из свежей капусты с картофелем	180	2,2	5,1	10,3	125,5	73
	Шницель мясной	80	13,7	7,9	7,6	146,9	299
	Пюре картофельное	120	2,1	3,8	11,8	161,8	339
	Компот из сушеных фруктов	180	0,0	0,0	8,6	18,7	394
	хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,5	51,0	1
	Хлеб ржаной	30	1,9	0,3	12,0	63,0	1
Общий выход всех блюд на Обед		677	22,4	17,3	66,6	574,5	
Полдник	Суп молочный с овсяными хлопьями	180	6,6	8,0	22,3	175,3	101
	Ряженка.	180	5,2	4,7	7,6	158,1	
	Булочка "Веснушка"	60	9,1	8,6	37,9	239,6	456
	Яблоки	83	0,4	0,0	9,3	44,6	386
Общий выход всех блюд на Полдник		503	21,3	21,3	77,2	617,6	
Итого за 8 день:			65,3	64,4	204,1	1719,8	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МБДОУ МО г.Краснодар "Детский сад № 209

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Лето

Руководитель _____

Возрастная категория: Сад

подпись _____
расшифровка подписи _____

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Угле-воды		
День: 9							
Завтрак	Суп молочный с пшенной крупой	180	6,5	7,5	22,5	170,2	101
	Чай	180	0,0	0,0	10,0	20,0	410
	Бутерброды с маслом и сыром	30/8/6	4,2	8,8	14,5	136,1	3
Общий выход всех блюд на Завтрак		404	10,7	16,3	47,0	326,3	
Завтрак2	напиток из груши-дички	110	0,6	0,0	11,1	50,6	
Общий выход всех блюд на Завтрак2		110	0,6	0,0	11,1	50,6	
Обед	Салат из белокачанной капусты	54	0,9	3,0	3,0	38,4	21
	Суп картофельный с крупой	180	2,6	7,2	18,1	179,4	86
	суфле из печени	100	22,6	11,4	12,8	246,3	309
	Макаронные изделия отварные с маслом	80	5,2	2,9	37,6	173,4	05.09
	кисель	180	0,3	0,0	24,3	99,8	398
	хлеб ржаной и пшеничный	30/40	4,9	0,6	30,5	135,0	1
Общий выход всех блюд на Обед		664	36,5	25,2	126,3	872,4	
Полдник	Вареники ленивые(отварные)	120	18,5	16,1	31,8	306,5	244
	Какао на молоке	180	5,4	5,8	18,3	128,7	14.07
	Печенье	30	1,1	1,4	9,6	51,4	
	Яблоки	83	0,4	0,0	9,3	44,6	386
Общий выход всех блюд на Полдник		413	25,4	23,3	69,0	531,3	
Итого за 9 день:			73,1	64,8	253,3	1780,6	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МБДОУ МО г.Краснодар "Детский сад № 209

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: Лето

Руководитель _____

Возрастная категория: Сад

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 10							
Завтрак	Суфле из рыбы	80	14,4	7,4	6,0	138,7	284
	Огурец свежий	55	0,5	0,0	0,7	9,0	04.02
	Чай с лимоном.	180	0,1	0,0	10,1	21,7	412
	Хлеб пшеничный с маслом	30/8	2,3	6,8	14,5	110,8	1
Общий выход всех блюд на Завтрак		353	17,3	14,3	31,3	280,3	
Завтрак2	Сок	165	0,8	0,2	16,7	72,6	418
Общий выход всех блюд на Завтрак2		165	0,8	0,2	16,7	72,6	
Обед	Помидор свежий	57	0,2	0,0	1,7	7,6	04.07
	Суп с яйцом и гречками	180	7,0	9,5	12,9	209,9	84
	Плов из птицы	160	13,5	11,5	36,3	286,2	321
	Компот из сушеных фруктов	180	0,0	0,0	8,6	18,7	394
	хлеб пшеничный и ржаной	25/45	4,8	0,7	30,1	137,0	1
Общий выход всех блюд на Обед		647	25,5	21,6	89,7	659,4	
Полдник	Суп молочный с гречневой крупой	180	6,2	8,3	29,1	194,4	101
	Булочка домашняя	60	9,6	8,7	41,6	255,3	452
	Кефир.	180	5,2	4,7	7,3	112,2	420
	Яблоки	83	0,4	0,0	9,3	44,6	386
Общий выход всех блюд на Полдник		503	21,4	21,6	87,3	606,5	
Итого за 10 день:			65,0	57,7	224,9	1618,8	
Итого за весь период:			668,5	597,6	2139,7	16328,3	
Среднее значение за период:			66,8	59,8	214,0	1632,8	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности:			4,1	3,7	13,1		