



Утверждаю

Заведующий БМАДОУ «Детский сад № 27»

Е.О.Казанцева

Меню приготавливаемых блюд

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1							
День 1	Сад с 3 до 7 лет						
завтрак: 1	Макароны с сыром	150/8	7.29	5.73	30.37	205.5	32
	Чай с молоком	200	1.4	1.5	11.2	69.9	50
	Масло сливочное	8	0.06	5.8	0.11	52.96	20
	Хлеб	20	2.6	0.3	16.4	86.1	рецепт 20 ур
Итого за завтрак: 1		401	11.35	13.33	58.08	414.46	
Завтрак: 2	Сок	110	0.5	0	10.1	42.2	94
обед:	Салат из свеклы	50	0.69	4.13	3.4	53.3	62
	Рассольник со сметаной	180	1.29	2.36	8.41	61.2	72
	Жаркое по-домашнему	200	15.7	15.7	19.8	285	9
	Компот из сух. фруктов	180	0.44	0.02	18.26	72	51
	Хлеб пшеничный	25	1.8	0.21	11.7	61.5	25
	Хлеб ржаной	37.5	2.7	0.48	17.2	84.75	25
Итого за обед:		672.5	22.62	22.9	78.77	617.75	
полдник:	Булочка « Домашняя»	60	5.3	3.9	32.4	188	26
	Молоко кипяченое	200	6.08	5.42	10.07	113.3	96
Итого за полдник:		260	11.38	9.32	42.47	301.3	
Итого за день:			45.85	45.55	189.42	1375.71	

Утверждаю

Заведующий БМАДОУ «Детский сад № 27»

Е.О.Казанцева



Меню приготавливаемых блюд

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1							
День 2	Сад с 3 до 7 лет						
завтрак: 1	Каша гречневая	200	7.2	6.6	29.25	206	36
	Кофейный напиток	180	2.71	2.59	12.02	80	53
	Масло сливочное	8	0.06	5.8	0.11	52.96	20
	Хлеб	20	1.5	0.18	9.37	49.2	20
Итого за завтрак: 1		408	11.47	15.17	50.75	388.16	
Завтрак: 2	10:00 Фрукт	100	0.40	0.40	9.80	47.0	93
обед:	Салат витаминный	50	0.57	4.2	5.1	60	14
	Суп гороховый со сметаной	180	4.68	1.62	12.96	86.4	79
	Рыба тушеная с овощами	80	10.97	1.6	6.39	84	6
	Пюре картофельное	130	2.67	3.66	17.89	117	29
	Компот из кураги	180	0.44	0.02	18.26	72	97
	Хлеб пшеничный	40	3.09	0.33	20.29	98.4	25
	Хлеб ржаной	37.5	2.7	0.48	17.2	84.75	25
Итого за обед:		687.5	25.12	11.91	98.09	602.5	
полдник:	Пудинг из творога	150	21.84	15.78	31.28	355.5	8
	Чай с лимоном	180	0.07	0.01	8.1	32	46
Итого за полдник:		330	21.91	15.79	39.38	387.5	
Итого за день:			58.9	43.3	198.02	1425.16	

Утверждаю



Заведующий БМАДОУ «Детский сад № 27»

Е.О.Казанцева

Меню приготавливаемых блюд

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1							
День 3	Сад с 3 до 7 лет						
завтрак: 1	Каша пшенная	200	5.53	5.97	31.23	206	41
	Какао с молоком	200	3.87	3.5	22.9	135	45
	Масло сливочное	8	0.06	5.8	0.11	52.96	20
	Хлеб	20	1.5	0.18	9.37	49.2	20
Итого за завтрак: 1		428	10.96	15.45	63.61	443.16	
Завтрак: 2	Сок	100	0.5	0	10.1	42.2	94
обед:	Салат из свежий капусты	50	0.8	3.3	4.9	52.5	55
	Уха рыбная	180	6.12	1.89	8.82	78.3	80
	Котлета из куры	80	14.3	11.7	11.9	211	105
	Рагу из овощей	130	2.03	3.2	11.69	84	33
	Компот из шиповника	180	0.23	0.09	16.68	65	54
	Хлеб пшеничный	40	3.09	0.33	20.28	98.4	25
	Хлеб ржаной	37.5	2.7	0.48	17.2	84.75	25
Итого за обед:		697.5	29.27	20.99	91.47	673.95	
полдник:	Омлет	100	9.75	13.12	1.75	163.7	64
	Чай с молоком	180	1.26	1.28	10.1	54.9	50
Итого за полдник:		280	11.01	14.4	11.85	218.6	
Итого за день:			51.74	50.84	177.03	1377.91	

Утверждаю

Заведующий БМАДОУ «Детский сад № 27»

Е.О.Казанцева



Меню приготавливаемых блюд

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1							
День 4	Сад с 3 до 7 лет						
завтрак: 1	Суп молочный	200	3.44	3.67	11.96	95	21/2
	Чай с молоком	200	1.4	1.5	11.2	69.9	32
	Масло сливочное	5	0.03		0.006		19
	Сыр	10					19
	Хлеб	30	5	6.6	14.1	137	19
Итого за завтрак:		445	9.84	12.86	37.26	312	
Завтрак: 2	Фрукт	100	0.40	0.40	9.8	47	
обед:	Салат морковный	50	0.57	3.31	5.49	53.3	10/1
	Суп с рисом со сметаной	200	1.8	3.88	12.8	93	30
	Бигус	210	22.95	16.71	12.85	294.02	5
	Компот из сух. фруктов	180	0.44	0.02	18.26	72	51
	Хлеб пшеничный	30	2.31	0.24	15.21	73.8	25
	Хлеб ржаной	37.5	2.7	0.48	17.2	84.75	25
Итого за обед:		707.5	30.33	24.64	81.81	670.87	
полдник:	Булочка творожная	60	7.4	7.9	28	214	483
	Молоко кипяченое	200	6.08	5.42	10.07	113.3	96
Итого за полдник:		260	13.48	13.32	38.07	327.3	
Итого за день:			54.05	51.22	166.94	1357.17	



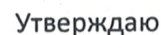
Утверждаю

Заведующий БМАДОУ «Детский сад № 27»

Е.О.Казанцева

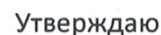
Меню приготавливаемых блюд

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1							
День 5	Сад с 3 до 7 лет						
завтрак: 1	Каша пшеничная	200	6.5	5.97	31.23	206	39
	Напиток кофейный	180	2.71	2.59	12.02	80	53
	Масло сливочное	8	0.06	5.8	0.1	52.96	20
	Хлеб	20	1.5	0.18	9.37	49.2	20
Итого за завтрак:		408	10.77	14.54	52.72	388.16	
Завтрак: 2	Сок	100	0.5	0	10.1	42.2	94
обед:	Солёный огурец	20	0.15	0	0.35	2.6	
	Борщ со сметаной	200	1.73	4.33	10.28	81	68
	Запеканка картофель. с мясом	250	19.2	17.6	35.0	379	10
	Соус молочный	30	0.6	1.7	1.97	25.95	77
	Компот из кураги и изюма	200	0.28	0.01	18.35	71	49
	Хлеб пшеничный	40	3.09	0.33	20.28	98.4	25
	Хлеб Ржаной	37.5	2.7	0.48	17.2	84.75	25
Итого за обед:		777.5	27.75	24.45	101.75	742.7	
полдник:	Пряник	50	3.0	2.8	37.2	181.85	99
	Йогурт	200	6.0	5.0	22.0	158	92
Итого за полдник:		250	9.0	7.8	59.2	339.85	
Итого за день:			48.02	46.79	223.77	1512.06	



Е.О.Казанцева

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2							
День 6	Сад с 3 до 7 лет						
завтрак: 1	Каша «Дружба»	200	4.99	5.88	25.63	175	38
	Чай с сахаром	180	0	0	9.1	35	47
	Масло сливочное	5					19
	Сыр	10					19
	Хлеб	30	5	6.6	14.1	137	19
Итого за завтрак:		425	9.99	12.48	48.83	347	
Завтрак: 2	Сок	100	0.5	0	10.1	42.2	94
обед:	Зелёный горошек	20	0.62	0.04	1.3	8.45	
	Щи со сметаной	200	1.58	2.56	6.57	56	82
	Плов с мясом	250	18.6	18.2	43.3	415	12
	Кисель	200	0	0	28.7	114.0	43
	Хлеб пшеничный	30	2.31	0.24	15.21	73.8	25
	Хлеб ржаной	37.5	2.7	0.48	17.2	84.75	25
Итого за обед:		737.5	25.81	21.52	112.28	752	
полдник:	Ватрушка с повидлом	70	4.12	3.49	42.38	214	23
	Молоко кипяченое	200	6.08	5.42	10.07	113.3	96
Итого за полдник:		270	10.2	8.91	52.45	327.3	
Итого за день:			46.5	42.91	223.66	1426.3	



Заведующий БМАДОУ «Детский сад № 27»

Е.О.Казанцева

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2							
День 7	Сад с 3 до 7 лет						
завтрак: 1	Каша пшенная	200	6.5	5.97	31.23	206	41
	Какао с молоком	200	3.87	3.5	22.9	135	45
	Масло сливочное	8	0.06	5.8	0.11	52.96	20
	Хлеб	20	1.5	0.18	9.37	49.2	20
Итого за завтрак: 1		428	11.93	15.45	63.61	443.16	
Завтрак: 2	Фрукт	100	0.40	0.40	9.8	47.0	
обед:	Салат витаминный	50	0.57	4.2	5.1	60	57
	Свекольник со сметаной	200	1.74	4.37	11.67	93	86
	Котлета рыбная	70	9.6	1.4	5.59	73.5	28
	Пюре розовое	130	2.45	3.56	14.81	102.3	28
	Компот из сух. фруктов	180	0.44	0.02	16.44	65	51
	Хлеб пшеничный	40	3.09	0.33	20.38	98.4	25
	Хлеб ржаной	37.5	2.7	0.48	17.2	84.75	25
Итого за обед:		707.5	20.59	14.36	91.19	576.95	
полдник:	Запеканка творожная	140	23.6	13.41	18.4	292.6	1
	Чай с лимоном	180	0.07	0.01	8.1	32.4	46
Итого за полдник:		320	23.67	13.42	26.5	325	
Итого за день:			56.59	43.63	191.1	1392.11	

Утверждаю

Заведующий БМАДОУ «Детский сад № 27»

Е.О.Казанцева



Меню приготавливаемых блюд

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2							
День 8	Сад с 3 до 7 лет						
завтрак: 1	Каша ячневая	200	6	5.26	30.73	195	40
	Напиток кофейный	180	2.71	2.59	12.02	80	53
	Масло сливочное	8	0.06	5.8	0.01	52.96	20
	Хлеб	20	1.5	0.18	9.37	49.2	20
Итого за завтрак: 1		408	10.27	13.83	52.13	377.16	
Завтрак: 2	Сок	100	0.5	0	10.1	42.2	94
обед:	Кукуруза сладкая	20	1.07	0	0.05	1.45	
	Суп с рисом со сметаной	200	1.8	4.4	10.1	88	102
	Кура отварная	80	18.92	17.88	0.18	236.8	71
	Капуста тушеная	130	3.18	2.91	32.17	170.7	30
	Компот из шиповника	180	0.20	0.08	15.1	58.5	54
	Хлеб пшеничный	40	3.09	0.33	20.28	98.4	25
	Хлеб ржаной	35	2.7	0.48	17.2	84.75	25
Итого за обед:		685	30.96	26.08	95.08	738.6	
полдник:	Манник	60	5.15	9.86	28.88	189.9	11
	Снежок	200	5.4	5.0	21.6	158.0	92
Итого за полдник:		260	10.55	14.86	50.48	347.9	
Итого за день:			52.28	54.77	207.79	1505.86	

Утверждаю

Заведующий БМАДОУ «Детский сад № 27»

БМАДОУ

Е.О.Казанцева

Е.О.Казанцева



Меню приготавливаемых блюд

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2							
День 9	Сад с 3 до 7 лет						
завтрак: 1	Каша рисовая	200	7.2	6.6	29.25	206	36
	Какао с молоком	200	3.87	3.5	22.9	135	45
	Масло сливочное	8	0.06	5.8	0.1	52.96	20
	Хлеб	20	1.5	0.18	9.37	49.2	20
Итого за завтрак: 1		428	12.63	16.08	61.62	443.16	
Завтрак: 2	Фрукт	100	0.40	0.40	9.8	47	93
обед:	Салат из моркови	50	0.57	3.31	5.49	53.3	59
	Суп с лапшой с курой	200	1.9	2.8	11.1	78	77
	Гуляш из мяса	70	12.1	12.8	6.0	188	17
	Греча с овощами	130	3.03	2.47	11.76	81	27
	Компот из кураги	180	0.44	0.02	18.26	72	97
	Хлеб пшеничный	40	3.09	0.33	20.28	98.4	25
	Хлеб ржаной	37.5	2.7	0.48	17.2	84.75	25
Итого за обед:		717.5	23.83	22.21	90.09	655.45	
полдник:	Салат из вареных овощей	50	0.9	6.0	5.2	78	8
	Печенье	40	3.2	7.6	26	184	99
	Чай с молоком	180	1.26	1.28	10.1	54.9	32
Итого за полдник:		270	5.36	14.88	41.3	316.9	
Итого за день:			42.22	53.17	202.81	1462.51	

Утверждаю

Заведующий БМАДОУ «Детский сад № 27»

Е.О.Казанцева



Меню приготавливаемых блюд

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюд а	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2							
День 10	Сад с 3 до 7 лет						
завтрак: 1	Каша гречневая	200	6.05	5.81	42.35	248	42
	Напиток кофейный	180	2.71	2.59	12.02	80	53
	Масло сливочное	5	0.03		0.006		19
	Сыр	10					19
	Хлеб	30	5	6.6	14.1	137	
Итого за завтрак: 1		425	14.4	15	68.47	465	
Завтрак: 2	Сок	100	0.5	0	10.1	42.2	94
обед:	Салат из свежей капусты	50	0.84	3.31	4.93	52.5	55
	Суп крестьянский со сметаной	200	1.8	3.88	12.8	93	41
	Печень в сметане	80	10.06	10.53	2.01	144	67
	Макароны отварные	150	5.31	3.77	32.41	188	89
	Компот из сух. фруктов	180	0.44	0.00	16.47	64.8	51
	Хлеб пшеничный	40	3.09	0.33	20.28	98.4	25
	Хлеб ржаной	37.5	2.7	0.48	17.2	84.75	25
Итого за обед:		737.5	24.24	22.3	110.29	725.45	
полдник:	Пряник	50	3.0	2.8	37.2	181.85	99
	Молоко кипяченое	200	6.08	5.42	10.07	113.3	96
Итого за полдник:		250	9.08	8.22	47.27	295.15	
Итого за день:			47.58	45.52	236.13	1527.8	