

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 35 «МОРЕ» г. ФЕОДОСИИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ»

Утверждено
Заведующий детским садом №35 «Море»
«Детский сад № 35»
Хлебникова Н.Н.
Приказ №235 от 18.10.2021г.



Меню приготавливаемых блюд
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад №35 «Море» на зимне-весенний период (ясли)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сведения о сертификате
Сертификат: E7309EB9E509CD237F2FC4CF1B78AD8D0D54E388
Срок действия с 04.07.2023 по 01.07.2033
Владелец: Хлебникова Н.Н.
Организация: Детский сад №35 "Море"
Должность: заведующий
Основание: Я утверждаю этот документ
Дата: 27-02-2025
QR-код содержит адрес оригинала документа в сети



Приним пищу	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 1							
Завтрак	Итого за Завтрак	285	6.95	8.23	31.89	239.19	
	Макароны отварные с сыром	80	5.10	3.92	18.24	134.74	19
	Бутерброд с маслом	25	1.73	4.29	8.54	85.80	24
	Чай с сахаром и лимоном	180	0.12	0.02	5.11	18.65	12
	Итого за Завтрак 2	170	2.25	2.11	29.88	152.40	
Завтрак 2	Печенье галетное	20	1.50	1.96	14.88	83.40	44
	Сок фруктовый	150	0.75	0.15	15.00	69.00	5
	Итого за Обед	570	20.83	21.29	68.20	562.72	
	Борщ со свежей капустой и картофелем, мясом	150	2.53	6.34	8.01	102.72	3
	Хлеб пшеничный	25	2.13	0.83	10.63	60.50	40
Обед	Плов с мясом	150	13.30	13.05	25.72	275.44	23
	Огурец консервированный	35	0.12	0.07	0.79	3.85	1
	Компот из сухофруктов	180	0.20	0.01	10.30	42.51	10
	Хлеб ржаной	30	2.55	0.99	12.75	77.70	40
	Итого за Полдник	265	23.23	20.75	43.76	448.64	
Полдник	Запеканка творожно-манная со сметаной	85	15.19	13.03	24.33	274.62	21
	Кофейный напиток с молоком	180	8.04	7.72	19.43	174.02	25
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1290	53.26	52.38	173.73	1402.95	

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Итого за Завтрак	379	27.60	29.02	59.68	603.72	
Каша молочная овсяная	150	13.18	13.99	32.26	305.36	41
Вутерброд с сыром	25	3.16	3.88	8.54	85.14	13
Яйцо отварное	24	3.05	2.76	0.17	37.68	9
Кашю на молоке	180	8.21	8.39	18.71	175.54	7
Итого за Завтрак 2	80	1.20	0.40	16.80	76.80	
Балан свежий порционный	80	1.20	0.40	16.80	76.80	10
Итого за Обед	605	34.65	18.79	66.26	582.93	
Суп картофельный с фрикадельками	150	5.32	8.00	10.97	140.09	47
Хлеб пшеничный	25	2.13	0.83	10.63	60.50	40
Картофельное пюре на молоке	110	3.66	4.21	18.65	129.53	46
Рыба, тушеная с овощами (хек)	65	20.25	4.68	2.31	132.34	50
Капуста квашенная	45	0.41	0.05	1.94	8.55	45
Хлеб ржаной	30	2.55	0.99	12.75	77.70	40
Компот из свежих яблок с курагой	180	0.33	0.03	9.01	34.22	7
Итого за Полдник	210	12.85	13.06	74.30	472.88	
Булочка домашняя сладкая	60	8.80	9.31	58.10	354.38	18
Напиток кисломолочный Снежок	150	4.05	3.75	16.20	118.50	10
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1274	76.30	61.27	217.04	1736.33	

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Итого за Завтрак	385	24.79	27.07	65.66	596.61	
Каша молочная гречневая	180	14.92	14.43	37.60	330.99	51
Бутерброд с маслом	25	1.73	4.29	8.54	85.80	24
Кофейный напиток на молоке	180	8.14	8.35	19.52	179.82	25
Итого за Завтрак 2	150	0.75	0.15	15.00	69.00	
Сок фруктовый	150	0.75	0.15	15.00	69.00	5
Итого за Обед	545	21.39	19.35	67.84	543.79	
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	2.01	4.26	12.61	100.11	53
Хлеб пшеничный	25	2.13	0.83	10.63	60.50	40
Мясо тушеное с овощами с томатом	160	14.50	13.26	21.55	262.97	22
Компот из сухофруктов	180	0.20	0.01	10.30	42.51	10
Хлеб ржаной	30	2.55	0.99	12.75	77.70	40
Итого за Полдник	265	13.26	12.09	20.61	241.83	
Запеканка рисовая с творогом	85	13.14	12.07	15.53	223.47	
Чай с сахаром и лимоном	180	0.12	0.02	5.08	18.36	12
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1345	60.19	58.66	169.11	1451.23	

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Итого за Завтрак	365	22.14	25.12	57.45	543.72	
Суп молочный с макаронными изделиями	150	10.32	10.50	28.05	248.50	11
Бутерброд с сыром	35	3.61	6.23	10.69	119.68	13
Какао на молоке	180	8.21	8.39	18.71	175.54	7
Итого за Завтрак 2	80	1.20	0.40	16.80	76.80	
Банан свежий порционный	80	1.20	0.40	16.80	76.80	10
Итого за Обед	605	25.69	24.25	87.15	694.97	
Суп гороховый	150	5.40	3.95	18.49	130.97	14
Хлеб пшеничный	25	2.13	0.83	10.63	60.50	40
Каша пшеничная	100	3.75	2.09	21.04	124.40	23
Гуляш из отварного мяса в томатном соусе	60	10.88	12.33	4.22	173.94	50
Свекольная икра	60	0.61	3.99	6.47	72.05	55
Хлеб ржаной	30	2.55	0.99	12.75	77.70	40
Кисель из сока	180	0.37	0.07	13.55	55.41	8
Итого за Полдник	240	6.35	4.78	56.26	288.86	
Пирожок с повидлом	60	6.26	4.76	51.24	271.23	16
Чай с сахаром	180	0.09	0.02	5.02	17.63	22
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1290	55.38	54.55	217.66	1604.35	

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Итого за Завтрак	355	20.74	24.34	58.84	534.37	
Каша молочная Дружба	150	10.87	11.70	30.78	268.75	15
Вутерброд с маслом	25	1.73	4.29	8.54	85.80	24
Кофейный напиток на молоке	180	8.14	8.35	19.52	179.82	25
Итого за Завтрак 2	80	0.21	0.14	9.18	41.60	
Яблока порционные	80	0.21	0.14	9.18	41.60	10
Итого за Обед	580	47.24	28.78	59.47	687.75	
Рассольник ленинградский	150	1.81	4.69	12.34	102.16	19
Хлеб пшеничный	25	2.13	0.83	10.63	60.50	40
Птица тушеная в сметанном соусе с овощами	150	40.12	22.15	15.09	410.61	30
Капуста квашенная	45	0.41	0.05	1.94	8.55	45
Хлеб ржаной	30	2.55	0.99	12.75	77.70	40
Компот из компотной смеси	180	0.22	0.07	6.72	28.23	38
Итого за Полдник	259	7.29	7.60	55.55	320.42	
Яйцо отварное	49	6.22	5.63	0.34	76.84	9
Кабачковая икра	30	0.48	1.89	2.22	29.40	34
Зефир порционный	30	0.48	0.06	47.88	195.60	44
Чай с сахаром и лимоном	150	0.11	0.02	5.11	18.58	12
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1274	75.48	60.86	183.04	1584.14	

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Итого за Завтрак	355	15.54	18.69	49.47	428.00	
Каша молочная манная	150	5.73	6.09	22.07	165.48	1
Бутерброд с маслом	25	1.73	4.29	8.54	85.80	24
Кофейный напиток на молоке	180	8.08	8.31	18.86	176.72	25
Итого за Завтрак 2	100	0.50	0.10	10.00	46.00	
Сок фруктовый	100	0.50	0.10	10.00	46.00	5
Итого за Обед	545	22.94	22.84	73.84	617.62	
Свекольник со сметаной	150	1.71	4.62	11.42	99.40	36
Хлеб пшеничный	25	2.13	0.83	10.63	60.50	40
Макаронны отварные с маслом	70	3.66	2.88	18.22	120.44	47
Биточки мясные в томатном соусе	60	12.59	13.45	9.84	213.77	29
Огурец консервированный	30	0.10	0.06	0.68	3.30	1
Хлеб ржаной	30	2.55	0.99	12.75	77.70	40
Компот из сухофруктов	180	0.20	0.01	10.30	42.51	10
Итого за Полдник	265	14.71	11.49	32.40	292.35	
Вареники ленивые со сметаной	85	14.60	11.47	27.32	274.04	53
Чай с сахаром и лимоном	180	0.11	0.02	5.08	18.31	12
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1265	53.69	53.12	165.71	1383.97	

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Итого за Завтрак	335	21.32	23.89	66.36	562.58	
Каша молочная пшеничная жидкая	150	10.41	10.98	38.48	292.61	29
Вутерброд с сыром	35	3.60	5.50	10.68	112.20	13
Какао на молоке	150	7.31	7.41	17.20	157.77	7
Итого за Завтрак 2	80	1.20	0.40	16.80	76.80	
Банан свежий порционный	80	1.20	0.40	16.80	76.80	10
Итого за Обед	483	22.84	21.32	57.88	524.65	
Суп рыбный	150	4.55	6.54	14.11	140.15	39
Хлеб пшеничный	25	2.13	0.83	10.63	60.50	40
Голубцы ленивые со сметаной (б/к)	128	13.31	12.91	11.13	210.80	22
Хлеб ржаной	30	2.55	0.99	12.75	77.70	40
Компот из свежих яблок с курагой	150	0.30	0.05	9.26	35.50	7
Итого за Полдник	295	11.04	15.40	21.17	264.32	
Омлет натуральный	85	8.82	11.54	3.46	154.29	41
Кабачковая икра (конс)	30	0.48	1.89	2.22	29.40	34
Вафли	30	1.65	1.95	10.47	63.00	47
Чай с сахаром	150	0.09	0.02	5.02	17.63	19
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1193	56.40	61.01	162.21	1428.35	

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Итого за Завтрак	355	21.21	25.89	67.84	587.09	
Каша молочная рисовая	150	11.40	13.29	40.44	324.57	25
Бутерброд с маслом	25	1.73	4.29	8.54	85.80	24
Кофейный напиток на молоке	180	8.08	8.31	18.86	176.72	52
Итого за Завтрак 2	150	0.75	0.15	15.00	69.00	
Сок фруктовый	150	0.75	0.15	15.00	69.00	5
Итого за Обед	585	23.67	16.25	71.66	543.46	
Суп овощной с зеленым горошком со сметаной	150	2.59	4.34	13.79	106.78	60
Хлеб пшеничный	25	2.13	0.83	10.63	60.50	40
Картофельное пюре с молоком	110	3.66	4.21	18.65	129.53	46
Котлета рыбная лобительская	60	12.27	5.84	4.25	120.74	59
Капуста квашенная	30	0.27	0.03	1.29	5.70	45
Хлеб ржаной	30	2.55	0.99	12.75	77.70	40
Компот из сухофруктов	180	0.20	0.01	10.30	42.51	10
Итого за Полдник	285	13.37	11.41	30.18	274.20	
Лапшевник с творогом	85	11.83	9.69	13.93	192.23	45
Молоко стуженное порционное	20	1.44	1.70	11.20	64.00	34
Чай с сахаром и лимоном	180	0.10	0.02	5.05	17.97	12
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1375	59.00	53.70	184.68	1473.75	

Период период	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 9	Итого за Завтрак	389	23.79	24.69	56.41	536.64	
	Каша молочная пшеничная	150	8.93	8.76	26.86	218.70	46
	Яйцо отварное	24	3.05	2.76	0.17	37.68	9
	Бутерброд с сыром	35	3.60	4.78	10.67	104.72	13
	Какао на молоке	180	8.21	8.39	18.71	175.54	7
Завтрак 2	Итого за Завтрак 2	100	0.90	0.20	8.10	43.00	
	Апельсин	100	0.90	0.20	8.10	43.00	10
	Итого за Обед	605	23.77	21.93	79.18	617.12	
	Суп фасолевый	150	3.94	3.86	14.91	110.49	32
	Хлеб пшеничный	25	2.13	0.83	10.63	60.50	40
Обед	Каша гречневая рассыпчатая	100	4.30	2.54	22.90	124.72	51
	Гуляш из отварного мяса в томатном соусе	60	9.95	11.53	4.22	163.04	27
	Свекольная икра с черносливом	60	0.74	2.13	7.48	55.26	37
	Компот из компотной смеси	180	0.16	0.05	6.29	25.41	44
	Хлеб ржаной	30	2.55	0.99	12.75	77.70	40
Полдник	Итого за Полдник	210	10.50	9.49	46.86	319.72	
	Булочка с изюмом	60	6.30	5.74	40.86	240.22	35
	Кефир	150	4.20	3.75	6.00	79.50	10
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1304	58.96	56.31	190.55	1516.48	

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Итого за Завтрак	355	15.57	18.71	52.98	443.29	
Каша молочная манная	150	5.70	6.07	24.92	177.67	57
Бульбурд с маслом	25	1.73	4.29	8.54	85.80	24
Кофейный напиток на молоке	180	8.14	8.35	19.52	179.82	25
Итого за Завтрак 2	80	0.21	0.14	9.18	41.60	
Блоки порционные	80	0.21	0.14	9.18	41.60	10
Итого за Обед	565	30.89	22.64	73.32	623.58	
Суп картофельный с гречкой	150	2.09	3.72	13.53	97.08	33
Хлеб пшеничный	25	2.13	0.83	10.63	60.50	40
Капуста тушеная	120	2.19	4.64	12.46	98.03	22
Тефтели куриные с томатным соусом	60	21.55	12.39	9.61	231.73	47
Хлеб ржаной	30	2.55	0.99	12.75	77.70	40
Кисель из сока	180	0.38	0.07	14.34	58.54	8
Итого за Полдник	299	7.33	7.60	12.51	285.71	
Яйцо отварное	49	6.22	5.63	0.34	76.84	9
Кабачковая икра консерв.	30	0.48	1.89	2.22	29.40	34
Пряник	40	0.44	0.04	0.64	144.80	27
Чай с сахаром и лимоном	180	0.19	0.04	9.31	34.67	12
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1299	54.00	49.09	147.99	1394.18	

И.И. Хлебников

Муниципальное образование
Муниципальное образование
Муниципальное образование
Муниципальное образование