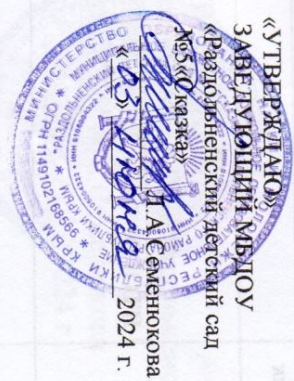


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«РАЗДОЛЬНЕНСКИЙ ДЕТСКИЙ САД №5 «СКАЗКА» РАЗДОЛЬНЕНСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
(МБДОУ «РАЗДОЛЬНЕНСКИЙ ДЕТСКИЙ САД №5 «СКАЗКА»)**

МЕНЮ
ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД
Летний-осенний период
2024год.

МБДОУ «РАЗДОЛЬНОЕ



МЕНЮ приготовляемых блюд
Летний - осенний период
2024г.

№	Наименование блюд	1-3 лет	Выход, г	Пищевые вещества			Минеральные вещества				Витамины мг	
		3-7 лет		Белки, г	Жиры г	Угле-воды, г	Энерг, цен- ность, ккал	Ca	Fe	B ₁	№ рецепт ур	C
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1 ДЕНЬ												
Завтрак												
1	Каша манная молочная		150	3,40	3,96	22,94	141,0	8,4	0,34	0,03		-
			200	4,52	4,07	30,57	177,9	10,6	0,45	0,04		-
2	Чай с сахаром		150	0,04	0,01	6,99	28,0	8,0	0,19	0,00		0,02
			180	0,06	0,02	9,99	40,00	10,00	0,28	0,00		0,03
3	Хлеб пшеничный		10	0,71	0,11	4,64	22,9	2,00	0,17	0,01		-
			20	1,41	0,22	9,08	45,77	4,00	0,34	0,02		-
4	Хлеб ржаной		10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01		-
			10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01		-
5	Масло сливочное (порциями)		6	1,71	5,28	10,23	9,52	6,57	0,43	0,03		-
			8	3,06	9,43	18,27	17,0	11,67	0,77	0,06		-
6	Сыр		5	1,16	1,47	-	18,0	44,0	0,07	0,002		0,03
			8	2,32	2,95	-	36,0	88,0	0,15	0,005		0,07
				8,7	12,43	49,23	258,72	115,87	1,48	0,085		0,08
ИТОГО:				11,89	16,81	72,34	337,97	127,17	2,19	0,135		0,1

«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий МБДОУ «Раздольненский
детский сад №5 «Сказка»
И.А. Семеновская
«20» июля 2024 г.

МЕНЮ приготавливаемых блюд Летний - осенний период 2024г.

№	Наименование блюд	1-3 лет	Выход, г	Пищевые вещества			Энерг. цен- ность, ккал	Минеральные вещества		Витамины мг		
		3-7 лет		Белки, г	Жиры г	Угле-воды, г		Са	Fe	B ₁	№ рецеп тур	C
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10		12
2 ДЕНЬ												
Завтрак												
1	Каша гречневая молочная		150	4,67	4,86	20,94	146	9,2	2,48	0,11		-
			200	6,21	5,28	27,9	184	12,1	3,3	0,15		-
2	Чай с сахаром		150	0,04	0,01	6,99	28,0	8,0	0,19	0,00		0,02
			180	0,06	0,02	9,99	40,00	10,00	0,28	0,00		0,03
3	Хлеб пшеничный		10	0,71	0,11	4,64	22,9	2,00	0,17	0,01		-
			20	1,41	0,22	9,08	45,77	4,00	0,34	0,02		-
4	Хлеб ржаной		10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01		-
			10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01		-
5	Масло сливочное (порциями)		6	1,71	5,28	10,23	9,52	6,57	0,43	0,03		-
			8	3,06	9,43	18,27	17,0	11,67	0,77	0,06		-
	ИТОГО:			11,13	14,81	47,2	153,92	160,67	3,67	0,17		0,13
				15,9	20,97	69,67	380,07	216,67	5,19	0,25		0,17

2 завтрак												
1	Фрукты	70	0,35	0,35	8,80	38,00	10,00	1,20	0,01			7,00
		75	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03			10,00
		ИТОГО:										
Обед												
1	Суп вермишелевый	150	2,13	5,89	14,96	121,5	51,8	1,42	0,05			10,99
		200	3,54	9,81	24,94	202,5	86,34	2,35	0,095			18,32
		120	2,04	3,2	13,62	92	24,65	0,67	0,09			12,1
3	Компот из сухофруктов	130	3,06	4,8	20,43	138	36,97	1,00	0,13			18,15
		150	0,12	0,12	17,91	73,2	10,86	0,7	0,007			1,29
		180	0,16	0,16	23,88	97,6	14,48	0,94	0,01			1,72
4	Хлеб пшеничный	20	1,42	0,22	9,28	45,8	4,00	0,34	0,02			-
		45	3,19	0,49	20,43	103	9	0,76	0,045			-
		10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01			-
5	Хлеб ржаной	30	1,56	0,36	13,29	64,2	8,7	0,6	0,045			-
		ИТОГО:										
		20,53 17,86 55,97 466,86 79,53 3,99 0,22										-
1	Сырники	100	6,42	1,20	35,7	186	37,2	0,76	0,07			0,12
		120	7,42	1,58	41,7	211	48,3	1,16	0,13			0,20
		150	4,35	3,75	6,3	76	186	0,15	0,04			0,45
2	Чай	180	5,22	4,5	7,56	92	232	0,18	0,05			0,54
		15	0,8	1,2	0,7	58,6	58,0	0,02	0,007			0,1
		20	1,4	1,6	1,1	65,6	61,0	0,04	0,01			0,2
3	Сладкая подлива	ИТОГО:										
		20,17 13,74 91,3 568 265,42 2,41 0,24										2,18
		21,07 14,54 92,72 585 302,62 2,44 0,26										2,59
ВСЕГО за 2 день:												
52,23 46,81 204,22 1233 521,62 13,27 0,66 28,31												
67,18 59,94 266,71 1627 657,31 16,18 0,91 35,06												

Составила ст. м.д. [подпись] А. И

Составила ст.м/с.

Аджиева Э.Ф.

«УТВЕРЖДАЮ»
 Заведующий МБДОУ «Раздольненский
 детский сад №5 «Сказка»
Сидорова Л.А. Семёнюкова
 «25» *Июня* 2024 г.

**МЕНЮ приготавливаемых блюд
 Летний - осенний период 2024 г.**

№	Наименование блюд	1-3 лет	Выход, г	Пищевые вещества				Минеральные вещества			Витамины мг		
		3-7 лет		Белки, г	Жиры г	Угле- воды, г	Энерг. ккал	Ca	Fe	B ₁	№ рецептуры	C	
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
3 ДЕНЬ													
Завтрак													
1	Каша пшеничная молочная		150	4,67	4,86	20,94	146	9,2	2,48	0,11		-	
			200	6,21	5,28	27,9	184	12,1	3,3	0,15		-	
2	Чай с сахаром		150	0,04	0,01	6,99	28,0	8,0	0,19	0,00		0,02	
			180	0,06	0,02	9,99	40,00	10,00	0,28	0,00		0,03	
3	Хлеб пшеничный		10	0,71	0,11	4,64	22,9	2,00	0,17	0,01		-	
			20	1,41	0,22	9,08	45,77	4,00	0,34	0,02		-	
4	Хлеб ржаной		10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01		-	
			10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01		-	
5	Масло сливочное (порциями)		6	1,71	5,28	10,23	9,52	6,57	0,43	0,03		-	
			8	3,06	9,43	18,27	17,0	11,67	0,77	0,06		-	
6	Сыр		5	1,16	1,47	-	18,0	44,0	0,07	0,002		0,03	
			8	2,32	2,95	-	36,0	88,0	0,15	0,005		0,07	
ИТОГО:													
				9,97	13,33	47,23	263,72	116,67	3,62	0,165		0,09	
2 завтрак				13,58	18,02	69,67	344,07	128,67	5,04	0,245		0,1	

1	Сок	100	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	10,00
	ИТОГО:	100	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	10,00
			0,35	0,35	8,80	38,00	10,00	1,20	0,01	7,00
			0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	10,00
Обед										
1	Суп гречневый	150	1,15	3,8	7,47	62,49	36,12	0,78	0,07	7,41
2	Макароны отварные	200	1,92	6,33	10,05	104,12	60,2	1,3	0,12	12,35
		80	2,04	3,2	13,62	92	24,65	0,67	0,09	12,1
3	Гуляш	100	3,06	4,8	20,43	138	36,97	1,00	0,13	18,15
		60	8,93	6,74	8,97	132	10,6	0,89	0,05	-
		70	11,92	8,80	11,64	173	14,0	1,18	0,07	-
4	Салат из овощей	40	0,6	1,8	2,8	30	-	-	-	4,37
		60	0,9	2,7	4,2	45	-	-	-	6,55
5	Кисель	150	0,12	0,12	17,91	73,2	10,86	0,7	0,007	1,29
		200	0,16	0,16	23,88	97,6	14,48	0,94	0,01	1,72
6	Хлеб пшеничный	20	1,42	0,22	9,28	45,8	4,00	0,34	0,02	-
		45	3,19	0,49	20,43	103	9	0,76	0,045	-
7	Хлеб ржаной	10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01	-
		30	1,56	0,36	13,29	64,2	8,7	0,6	0,045	-
8	ИТОГО:		17,98	18,02	66,97	496,79	85,47	3,49	0,14	15,12
			27,06	26,23	105,84	772,92	135,33	5,68	0,27	21,58
Подник										
1	Снежок	150	4,35	3,75	6,3	76	186	0,15	0,04	0,45
		180	5,22	4,5	7,56	92	232	0,18	0,05	0,54
2	Сдоба	70	3,64	6,26	26,96	179	13,7	0,65	0,06	-
		80	3,64	6,26	26,96	179	13,7	0,65	0,06	-
	ИТОГО:		11,77	5,33	48	287	234,3	1,31	0,17	0,65
			12,64	6,08	49,26	303	280,3	1,34	0,18	0,74
			47,77	47,46	172	1320	481,11	14,14	0,67	25,88
	ВСЕГО за 3 день:		64,94	87,91	234,57	1772	600,97	19,15	0,97	32,45

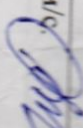
Составлен ст.м.с. АДЖИВЕЛА Э.Ф.



МЕНЮ приготавливаемых блюд
Летний-осенний период
2024г.

№	Наименование блюда	1-3	Выход, г	Пищевые вещества			Минеральные вещества			Витамины мг		
		лет 3-7 лет										
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
4 ДЕНЬ												
Завтрак												
1	Каша рисовая молочная		150	4,09	6,85	23,39	169,00	5,9	0,20	0,03		-
			200	5,5	8,77	29,27	213,0	7,8	0,26	0,04		-
2	Чай с сахаром		150	1,69	1,47	25,2	120,37	68,62	1,12	0,03		1,12
			180	2,03	1,76	30,24	144,45	82,35	1,35	0,03		1,35
3	Хлеб пшеничный		10	0,71	0,11	4,64	22,9	2,00	0,17	0,01		-
			20	1,41	0,22	9,08	45,77	4,00	0,34	0,02		-
4	Хлеб ржаной		10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01		-
			10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01		-
5	Масло сливочное (порциями)		6	1,71	5,28	10,23	9,52	6,57	0,43	0,03		-
			8	3,06	9,43	18,27	17,0	11,67	0,77	0,06		-
	ИТОГО:			8,72	13,83	67,89	343,09	85,99	2,18	0,11		1,12
				12,52	20,3	91,29	441,52	108,72	2,92	0,16		1,35
2 завтрак												
	Соки		100	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03		10,00
1			100	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03		10,00

	ИТОГО:				0,75	0,00	15,15	64	10,5	2,10	0,02		3,00
Обед					0,75	0,00	18,18	76	12,6	2,52	0,02		3,60
1	Консервированные огурцы	30	0,18	-		0,33		2,1	6,6	0,33	-		-
		30	0,18	-		0,33		2,1	6,6	0,33	-		-
2	Суп фасолевый	150	1,04	2,93	5,09	35			25,99	0,47	0,034		-
		200	1,74	4,88	9,21	85			43,32	0,79	0,057		11,07
3	Котлеты рыбные	70	5,78	4,66	10,34	106,37			16,06	0,35	0,03		18,45
		80	6,8	5,84	12,16	125,14			18,83	0,41	0,04		0,64
4	Картофельное пюре	120	2,04	3,2	13,62	92			24,65	0,67	0,09		0,75
		130	3,06	4,8	20,43	138			36,97	1,00	0,13		12,1
5	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,015	20,82	84,75			23,86	0,93	0,0015		18,15
		180	0,40	0,018	24,98	101,7			28,63	1,12	0,0018		0,30
6	Хлеб пшеничный	20	1,42	0,22	9,28	45,8			4,00	0,34	0,02		0,36
7	Хлеб ржаной	45	3,19	0,49	20,43	103			9	0,76	0,045		-
		10	0,52	0,12	4,43	21,3			2,9	0,2	0,01		-
		30	1,56	0,36	13,29	64,2			8,7	0,6	0,045		-
	ИТОГО:				11,9	13,57	66,92	422,78	111,92	3,49	0,19		27,91
					17,6	20,03	105,69	673,38	167,14	5,47	0,33		43,41
Подник													
2	Омлет	65	5,73	11,0	1,1	127,0			46,4	1,18	0,04		0,1
		85	7,52	13,4	1,51	157,0			62,8	1,54	0,05		0,15
2	Какао с молоком	150	1,69	1,47	25,2	120,37			68,62	1,12	0,03		1,12
		180	2,03	1,76	30,24	144,45			82,35	1,35	0,03		1,35
	ИТОГО:				18,24	11,99	95,03	560	187,82	2,53	0,22		1,32
					18,26	12	98,03	572	189,72	2,62	0,22		1,33
	ВСЕГО за 4 день:				39,61	39,39	244,99	1390	396,23	10,3	0,54		33,35
					49,28	52,33	313,19	1763	478,18	13,53	0,73		49,69

Составила ст.м/с  Аджишева Э.Ф.

МЕНЮ приготавливаемых блюд Летний - осенний период 2024 г.

«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий МБДОУ «Раздольненский
детский сад №5 «Сказка»
Л.А. Семеновская
«03» июля 2024 г.

№	Наименование блюд	1-3	Выход, г	Пищевые вещества				Минеральные вещества			Витамины мг	
		лет 3-7 лет		Белки, г	Жиры г	Угле-воды, г	Энерг. цен- ность, ккал	Ca	Fe	B ₁	№ рецепт ур	C
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12		
5 ДЕНЬ												
Завтрак												
1	Каша овсяная молочная	150	4,3	3,5	14,12	108	121,2	0,38	0,064			0,66
2	Чай с сахаром	200	6,2	5,28	27,09	181	202	0,63	0,107			1,13
3	Хлеб пшеничный	150	0,04	0,01	6,99	28,0	8,0	0,19	0,00			0,02
4	Хлеб ржаной	180	0,06	0,02	9,99	40,00	10,00	0,28	0,00			0,03
5	Масло сливочное (порциями)	10	0,71	0,11	4,64	22,9	2,00	0,17	0,01			-
6	Сыр	20	1,41	0,22	9,08	45,77	2,9	0,34	0,02			-
7		10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01			-
8		10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01			-
9		6	1,71	5,28	10,23	9,52	6,57	0,43	0,03			-
10		8	3,06	9,43	18,27	17,0	11,67	0,77	0,06			-
11		5	1,16	1,47	-	18,0	44,0	0,07	0,002			0,03
12		8	2,32	2,95	-	36,0	88,0	0,15	0,005			0,07
13			7,28	9,02	40,41	189,72	140,67	1,37	0,114			0,68
14	ИТОГО:		12,23	16,29	65,31	305,07	230,57	2,22	0,197			1,16
2 завтрак												

	Фрукты	80	0,35	0,35	8,80	38,00	10,00	1,20	0,01	7,00
1	ИТОГО:	100	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	10,00
			0,35	0,35	8,80	38,00	10,00	1,20	0,01	7,00
Обед			0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	10,00
1	Борщ	150	3,98	3,11	9,26	81,00	17,40	0,88	0,08	6,72
2	Плов рисовый с мясом	200	6,64	5,18	15,44	139	25,00	1,47	0,13	11,2
3	Салат из овощей	120	3,13	5,56	14,38	120	85	1,22	0,05	24,99
		130	3,98	7,42	18,98	158	111,6	1,5	0,06	32,74
		40	0,6	1,8	2,8	30	-	-	-	4,37
4	Кисель	60	0,9	2,7	4,2	45	-	-	-	6,55
		150	0,33	0,015	20,82	84,75	23,86	0,93	0,0015	0,30
5	Хлеб пшеничный	200	0,40	0,018	24,98	101,7	28,63	1,12	0,0018	0,36
6	Хлеб ржаной	20	1,42	0,22	9,28	45,8	4,00	0,34	0,02	-
		45	3,19	0,49	20,43	103	9	0,76	0,045	-
		10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01	-
		30	1,56	0,36	13,29	64,2	8,7	0,6	0,045	-
	ИТОГО:		21,27	21,54	46,51	493,15	68,55	3,57	0,15	6,81
Подник			31,13	28,5	75,35	724,96	97,72	5,4	0,23	9,4
1	Ряженка	150	0,75	0,00	19,05	79	30,0	0,36	0,03	6,00
2	Кондитерские изделия	180	0,90	0,00	22,86	95	36,00	0,45	0,04	7,20
		50	3,64	6,26	26,96	179	13,7	0,65	0,06	-
	ИТОГО:		21,79	14,46	39,63	375	207,6	1,32	0,1	6,28
			27,21	18,09	48,6	467	257,1	1,5	0,13	7,56
	ВСЕГО за 5 день:		50,74	45,42	136,35	1240	432,82	8,46	0,39	23,77
			70,97	62,92	199,06	1541	601,39	11,32	0,58	28,12

Составила ст.м.с.  Адживела Э.Ф.

«УТВЕРЖАЮ»
 ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ
 «Раздольненский детский сад
 №5 «Сказка»
 И.А.Семенюкова
 2024 г.

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
 Летний - осенний период
 2024г.

№	Наименование блюда	1-3	Выход, г	Пищевые вещества						Минеральные вещества			Витамины мг	
		лет 3-7 лет		Белки, г	Жиры г	Угле-воды, г	Энерг. цен- ность, ккал	Ca	Fe	B ₁	№ рецепту р	C		
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10		12		
6 ДЕНЬ														
Завтрак														
1	Омлет		65	5,73	11,0	1,1	127,0	46,4	1,18	0,04		0,1		
			85	7,52	13,4	1,51	157,0	62,8	1,54	0,05		0,15		
2	Чай с-молоком		150	0,04	0,01	6,99	28,0	8,0	0,19	0,00		0,02		
			180	0,06	0,02	9,99	40,00	10,00	0,28	0,00		0,03		
3	Хлеб пшеничный		10	0,71	0,11	4,64	22,9	2,00	0,17	0,01		-		
			20	1,41	0,22	4,43	45,77	4,00	0,34	0,02		-		
4	Хлеб ржаной		10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01		-		
			10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01		-		
5	Масло сливочное (порциями)		6	1,71	5,28	10,23	9,52	6,57	0,43	0,03		-		
			8	3,06	9,43	18,27	17,0	11,67	0,77	0,06		-		
6	Сыр		5	1,16	1,47	-	18,0	44,0	0,07	0,002		0,03		
			8	2,32	2,95	-	36,0	88,0	0,15	0,005		0,07		
				8,7	12,43	49,23	258,72	115,87	1,48	0,085		0,09		
	ИТОГО:			11,89	16,81	72,34	337,97	127,17	2,19	0,135		0,1		
2 завтрак			100	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03		10,00		
	Сок													

1		100	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	10,00
	ИТОГО:		0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	10,0
Обед			0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	10,00
1	Суп вермишелевый	150	3,98	3,11	9,26	81,00	17,40	0,88	0,08	
2	Каша гречневая	200	6,64	5,18	15,44	139	25,00	1,47	0,13	6,72
		80	2,04	3,2	13,62	92	24,65	0,67	0,09	11,2
3	Бефстроганов	100	3,06	4,8	20,43	138	36,97	1,00	0,13	12,1
		60	6,79	9,2	7,2	139,15	8,47	0,65	0,06	18,15
4	Компот	70	7,99	10,83	8,55	163,7	9,97	0,76	0,07	0,02
		150	0,75	0,00	19,05	79	30,0	0,36	0,03	0,03
5	Салат из капусты	180	0,90	0,00	22,86	95	36,00	0,45	0,04	6,00
		40	0,6	1,8	2,8	30	-	-	-	7,20
6	Хлеб пшеничный	60	0,9	2,7	4,2	45	-	-	-	4,37
		20	1,42	0,22	9,28	45,8	4,00	0,34	0,02	6,55
7	Хлеб ржаной	45	3,19	0,49	20,43	103	9	0,76	0,045	-
		10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01	-
		30	1,56	0,36	13,29	64,2	8,7	0,6	0,045	-
	ИТОГО:		24,77	20,87	66,8	634,85	194,85	2,53	0,2	-
			35,15	24,31	101,24	772,95	250,65	4,21	0,35	13,11
Подшик										18,84
1	Снежок <i>ПОДОРО</i>	150	4,58	4,08	7,58	85	189,6	0,16	0,06	
		180	5,48	4,88	9,07	102	226,8	0,19	0,08	2,05
2	Сдоба	50	3,64	6,26	26,96	179	13,7	0,65	0,06	2,46
		50	3,64	6,26	26,96	179	13,7	0,65	0,06	-
	ИТОГО:		8,22	10,34	34,54	264	203,3	0,81	0,12	-
			9,12	11,14	36,03	281	240,5	0,84	0,14	2,05
	ВСЕГО за 6 дней:		48,47	53,52	160,37	1202	558	8,35	0,44	2,46
			66,13	66,52	219,41	1436	673	11,48	0,79	25,27
										31,43

Составлена ст.м/б

Александров С.Ф.

[Подпись]

Заведующий МБДОУ «Раздольненский
детский сад №5 «Оказка»

«03» 2024 г.



МЕНЮ ПРИГЛАШАЕМЫХ БЛЮД
Летний - осенний период
2024г.

№	Наименование блюд	1-3 лет	Выход, г	Пищевые вещества				Минеральные вещества			Витамины мг	
		3-7 лет		Белки, г	Жиры г	Угле-воды, г	Энерг. цен- ность, ккал	Ca	Fe	B ₁	№ рецепт ур	C
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
7 ДЕНЬ												
Завтрак												
1	Каша пшениная		150 200	2,32 3,09	3,96 4,07	24,08 32,09	14,2 177,0	4,5 5,7	0,34 0,45	0,02 0,03		-
2	Чай с сахаром		150 180	1,69 2,03	1,47 1,76	25,2 30,24	120,37 144,45	68,62 82,35	1,12 1,35	0,03 0,03		1,12 1,35
3	Хлеб пшеничный		10 20	0,71 1,41	0,11 0,22	4,64 9,08	22,9 45,77	2,00 4,00	0,17 0,34	0,01 0,02		-
4	Хлеб ржаной		10 10	0,52 0,52	0,12 0,12	4,43 4,43	21,3 21,3	2,9 2,9	0,2 0,2	0,01 0,01		-
5	Масло сливочное (порциями)		6 8	1,71 3,06	5,28 9,43	10,23 18,27	9,52 17,0	6,57 11,67	0,43 0,77	0,03 0,06		-
ИТОГО:				10,43	15,37	68,58	242,29	216,59	2,46	0,11		1,23
				14,75	21,5	94,11	477,57	282,62	3,41	0,16		1,49
2 завтрак												

Фрукты		70	0,35	0,35	8,80	38,00	10,00	1,20	0,01	7,00
ИТОГО:		75	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	10,00
Обед			0,75	0,00	15,15	64	10,5	2,10	0,02	3,00
			0,75	0,00	18,18	76	12,6	2,52	0,02	3,60
1	Суп рыбный	150	2,13	5,89	14,96	121,5	51,8	1,42	0,05	10,99
2	Жаркое по-домашнему	200	3,54	9,81	24,94	202,5	86,34	2,35	0,095	18,32
		120	2,04	3,2	13,62	92	24,65	0,67	0,09	12,1
		130	3,06	4,8	20,43	138	36,97	1,00	0,13	18,15
3	Огурцы консервированные	30	0,18	-	0,33	2,1	6,6	0,33	-	-
		30	0,18	-	0,33	2,1	6,6	0,33	-	-
4	Кисель	150	0,12	0,12	17,91	73,2	10,86	0,7	0,007	1,29
5	Хлеб пшеничный	200	0,16	0,16	23,88	97,6	14,48	0,94	0,01	1,72
		20	1,42	0,22	9,28	45,8	4,00	0,34	0,02	-
		45	3,19	0,49	20,43	103	9	0,76	0,045	-
6	Хлеб ржаной	10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01	-
		30	1,56	0,36	13,29	64,2	8,7	0,6	0,045	-
ИТОГО:			15,72	18,72	72,77	520,76	119,75	4,42	0,237	37,36
Полдник			24,27	28,06	120,02	830,74	191,91	7,13	0,415	57,66
1	Творожная запеканка	120	17,13	15,17	17,71	276	109,2	0,67	0,05	0,23
2	Сгущенное молоко	130	21,89	16,03	22,6	321	140,6	0,85	0,08	0,28
		15	0,8	1,2	0,7	58,6	58,0	0,02	0,007	0,1
		20	1,4	1,6	1,1	65,6	61,0	0,04	0,01	0,2
3	Чай	150	4,58	4,08	7,58	85	189,6	0,16	0,06	2,05
		180	5,48	4,88	9,07	102	226,8	0,19	0,08	2,46
ИТОГО:			8,22	10,34	34,54	264	203,3	0,81	0,12	2,05
			9,12	11,14	36,03	281	240,5	0,84	0,14	2,46
ВСЕГО за 7 день:			35,12	44,43	191,04	1252	550,14	9,79	0,487	43,64
			49,04	60,7	268,34	1665	922,58	13,9	0,735	65,21

Составила ст.м/с

Алексеева Е.Ф.

МЕНЮ приготавливаемых блюд Летний - осенний период 2024г.

«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий МБДОУ «Раздольненский
детский сад №5 «Сказка»
Семёнова Л.А.
2024 г.

№	Наименование блюд	1-3 лет	Выход, г	Пищевые вещества				Минеральные вещества			Витамины мг	
		3-7 лет		Белки, г	Жиры г	Угле-воды, г	Энерг. цен- ность, ккал	Са	Fe	В ₁	№ рецептур	С
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10		12
8 ДЕНЬ												
Завтрак												
1	Каша овсяная молочная		150 200	4,09 5,5	6,85 8,77	23,39 29,27	169,00 213,0	5,9 7,8	0,20 0,26	0,03 0,04		- -
2	Чай с сахаром		150 180	2,34 2,85	2,00 2,41	10,63 14,36	70 91	94,3 113,2	0,10 0,12	0,03 0,04		0,98 1,17
3	Хлеб пшеничный		10 20	0,71 1,41	0,11 0,22	4,64 9,08	22,9 45,77	2,00 4,00	0,17 0,34	0,01 0,02		- -
4	Хлеб ржаной		10 10	0,52 0,52	0,12 0,12	4,43 4,43	21,3 21,3	2,9 2,9	0,2 0,2	0,01 0,01		- -
5	Масло сливочное (порциями)		6 8	1,71 3,06	5,28 9,43	10,23 18,27	9,52 17,0	6,57 11,67	0,43 0,77	0,03 0,06		- -
6	Сыр		5	1,16	1,47	-	18,0	44,0	0,07	0,002		0,03
ИТОГО:			8	2,32	2,95	-	36,0	88,0	0,15	0,005		0,07
				8,58	16,85	51,17	259,72	133,77	1,5	0,14		0,98
				12,23	16,38	74,44	344,07	168,77	2,23	0,21		1,17
2 завтрак												
	Фрукты		70	0,35	0,35	8,80	38,00	10,00	1,20	0,01		7,00

1		75	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	10,00
	ИТОГО:		0,75	0,00	15,15	64	10,5	2,10	0,02	
Обед			0,75	0,00	22,86	95	36,00	0,45	0,04	3,00
1	Рассольник	150	3,29	3,07	9,79	81	22,84	1,21	0,13	7,20
2	Запеканка из печени	200	5,49	5,27	16,32	135	38,07	2,02	0,22	3,48
3	Макаронь отварные	60	6,79	9,2	7,2	139,15	8,47	0,65	0,06	5,81
		70	7,99	10,83	8,55	163,7	9,97	0,76	0,07	0,02
4	Икра из кабачков	80	2,04	3,2	13,62	92	24,65	0,67	0,09	0,03
		100	3,06	4,8	20,43	138	36,97	1,00	0,13	12,1
5	Хлеб ржаной	40	0,6	1,8	2,8	30	-	-	-	18,15
		60	0,9	2,7	4,2	45	-	-	-	4,37
6	Хлеб пшеничный	10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01	6,55
		30	1,56	0,36	13,29	64,2	8,7	0,6	0,045	-
7	Компот из сухофруктов	10	0,71	0,11	4,64	22,9	2,00	0,17	0,01	-
		20	1,41	0,22	9,08	45,77	4,00	0,34	0,02	-
		150	0,75	0,00	19,05	79	30,0	0,36	0,03	-
		180	0,90	0,00	22,86	95	36,00	0,45	0,04	6,00
	ИТОГО:		24,77	20,87	66,8	634,85	194,85	2,53	0,2	7,20
			35,15	24,31	101,24	772,95	250,65	4,21	0,35	13,11
Подник										18,84
1	Снежок	150	4,35	3,75	6,3	76	186	0,15	0,04	
2	Сдоба	180	5,22	4,5	7,56	92	232	0,18	0,05	0,45
		50	3,64	6,26	26,96	179	13,7	0,65	0,06	0,54
		50	3,64	6,26	26,96	179	13,7	0,65	0,06	-
			12,48	10,61	53,4	356	243,6	1,5	0,18	-
			13,35	11,36	54,66	372	289,6	1,53	0,19	0,92
			36,9	47,72	187,92	1297	537,4	7,68	0,65	1,2
	ВСЕГО за 8 день:		49,22	57,55	255,89	1592	684,16	11,14	0,94	22,72
										35,06

Составила СТ.М/Е.  Аджингала Э.Ф.

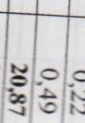
«УТВЕРЖАЮ»
ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ
«Раздольненский детский сад
№5 «Сказка»
Л.А.Семенова
2024г.



МЕНЮ приготавливаемых блюд
Летний - осенний период 2024 г.

№	Наименование блюд	1-3	Выход, г	Пищевые вещества			Энерг. цен- ность, ккал	Минеральные вещества			Витамины мг	
		лет 3-7 лет		Белки, г	Жиры г	Угле-водь, г		Ca	Fe	B ₁	№ рецептур	C
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10		12
9 ДЕНЬ												
Завтрак												
1	Каша рисовая		150	3,40	3,96	22,94	141,0	8,4	0,34	0,03		-
			200	4,52	4,07	30,57	177,9	10,6	0,45	0,04		-
2	Чай с сахаром		150	0,04	0,01	6,99	28,0	8,0	0,19	0,00		0,02
			180	0,06	0,02	9,99	40,00	10,00	0,28	0,00		0,03
3	Хлеб пшеничный		10	0,71	0,11	4,64	22,9	2,00	0,17	0,01		-
			20	1,41	0,22	9,08	45,77	4,00	0,34	0,02		-
4	Хлеб ржаной		10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01		-
			10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01		-
5	Масло сливочное (порциями)		6	1,71	5,28	10,23	9,52	6,57	0,43	0,03		-
			8	3,06	9,43	18,27	17,0	11,67	0,77	0,06		-
				8,7	12,43	49,23	258,72	115,87	1,48	0,085		0,09
	ИТОГО:			11,89	16,81	72,34	337,97	127,17	2,19	0,135		0,1
2 завтрак												
1	Сок		100	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03		10,00
			100	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03		10,00
	ИТОГО:			0,35	0,35	8,80	38,00	10,00	1,20	0,01		7,00

Обед			0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03		10,00
1	Суп гороховый	150	1,15	3,8	7,47	62,49	36,12	0,78	0,07		
2	Тфрегли рыбные	200	1,92	6,33	10,05	104,12	60,2	1,3	0,12		7,41
3	Пшеничная каша	70	6,79	9,2	7,2	139,15	8,47	0,65	0,06		12,35
4	Кисель	80	7,99	10,83	8,55	163,7	9,97	0,76	0,07		0,02
		100	2,04	3,2	13,62	92	24,65	0,67	0,09		0,03
		150	3,06	4,8	20,43	138	36,97	1,00	0,13		12,1
			1,69	1,47	25,2	120,37	68,62	1,12	0,03		18,15
5	Салат из овощей	200	2,03	1,76	30,24	144,45	82,35	1,35	0,03		1,12
		40	0,6	1,8	2,8	30	-	-	-		1,35
6	Хлеб ржаной	60	0,9	2,7	4,2	45	-	-	-		4,37
		10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01		6,55
7	Хлеб пшеничный	30	1,56	0,36	13,29	64,2	8,7	0,6	0,045		-
		20	1,42	0,22	9,28	45,8	4,00	0,34	0,02		-
	ИТОГО:	45	3,19	0,49	20,43	103	9	0,76	0,045		-
			24,77	20,87	66,8	634,85	194,85	2,53	0,2		13,11
Подник			35,15	24,31	101,24	772,95	250,65	4,21	0,35		18,84
1	Яйцо	20	5,08	4,6	0,28	63	22,0	1,00	0,03		-
2	Картофельное пюре	20	5,08	4,6	0,28	63	22,0	1,00	0,03		-
		80	5,73	4,06	25,76	162	9,88	3,04	0,13		-
3	Кофе с молоком	100	8,59	6,09	38,64	243	14,82	4,56	0,1419		-
		150	2,65	2,33	11,31	77	112	0,28	0,04		-
		180	2,67	2,34	14,31	89	113,9	0,37	0,04		1,19
	ИТОГО:		8,22	10,34	34,54	264	203,3	0,81	0,12		2,05
			9,12	11,14	36,03	281	240,5	0,84	0,14		2,46
			48,47	53,52	160,37	1272	558	8,35	0,44		25,27
	ВСЕГО за 9 дней:		66,13	66,52	219,41	1590	673	11,48	0,79		31,43

Составила СТ.М/С.  Адживцева С.Ф.

МЕНЮ приготавливаемых блюд
Детский – осенний период
2024г

«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий МБДОУ «Раздольненский
детский сад №5 «Оскалка»
Л.А.Семеновская
2024 г

2024г												
№	Наименование блюда	1-3 лет	Выхо да, г	Пищевые вещества			Энерг. цен- ность, ккал	Минеральные вещества		Витамины мг		
		3-7 лет		Белки, г	Жиры г	Угле-воды, г		Ca	Fe	B ₁	№ рецеп тур	C
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10		12
10 ДЕНЬ												
Завтрак												
1	Суп вермишелевый молочный		150 200	3,40 4,52	3,96 4,07	22,94 30,57	141,0 177,9	8,4 10,6	0,34 0,45	0,03 0,04		- 0,02
2	Чай с сахаром		150 180	0,04 0,06	0,01 0,02	6,99 9,99	28,0 40,00	8,0 10,00	0,19 0,28	0,00 0,00		0,03 -
3	Хлеб пшеничный		10 20	0,71 1,41	0,11 0,22	4,64 9,08	22,9 45,77	2,00 4,00	0,17 0,34	0,01 0,02		- -
4	Хлеб ржаной		10 10	0,52 0,52	0,12 0,12	4,43 4,43	21,3 21,3	2,9 2,9	0,2 0,2	0,01 0,01		- -
5	Масло сливочное (порциями)		6 8	1,71 3,06	5,28 9,43	10,23 18,27	9,52 17,0	6,57 11,67	0,43 0,77	0,03 0,06		- 0,03
6	Сыр		5	1,16	1,47	-	18,0	44,0	0,07	0,002		0,07
ИТОГО:				12,25	12,36	61,46	320,88	145,82	4,68	0,24		3,7
				17,89	19,15	88,41	458,31	184,95	6,94	0,31		5,18

[illegible]

Пронумеровано, прошито и
креплено печатью
Зав. МБЛОУ №5 «Сказка»
И.А. Семеновская
20 04

