

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЧЕРНЫШЕВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД «ПОДСНЕЖНИК»
РАЗОЛЬНЕНСКИЙ РАЙОН РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

Утверждено:
Заведующий МБДОУ
«Чернышевский детский сад «Подснежник»
С.Т.Штунь
Приказ № 48 от 07.07.2024 г



Меню приготавливаемых блюд
МБДОУ «Чернышевский детский сад «Подснежник»
на 2024-2025 гг
Возрастная группа детей до 3 лет



Утверждаю

Заведующий МБДОУ

«Чернышевский детский сад «Подснежник»

С.Т.Штунь

Меню

На летний -осенний периоды

Первый день

Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Кк	Вит. С	№ рецепту ры
Завтрак:							
Суп молочный с макаронными изделиями	150	4.3	3.5	14.12	108	0.66	93
Чай с молоком	150	2.65	2.33	11.31	77	1.19	394
Хлеб белый	25	1.7	0.27	11.6	57.25	-	1
Масло сливочное	10	0.08	7.24	0.13	86	-	6
Яйцо вареное	1шт	5.08	4.6	0.28	63	-	213
Яблоко свежее	71	0.23	0.23	5.7	25.27	5.77	368
ИТОГО:		14.04	18.17	43.14	353.82	7.62	
Обед:							
Суп «Крестьянский»	150	1.38	4.64	9.25	84.35	11	
Картофель отварной	150	2.86	4.32	23.01	142.35	21	692
Биточки из говядины	60	8.93	6.74	8.97	132	-	282
Салат из свеклы	60	0.85	3.65	5.19	56.34	5.7	33
Хлеб б/с	20/30	2.98	0.58	22.57	110	-	1
Сок	150	1	-	20.2	85.3	4	376
ИТОГО:		18	19.93	89.19	610.34	41.7	
Полдник:							
Булочка молочная	50	4.64	0.99	26.11	132	1.13	479
Какао с молоком	150	3.15	2.72	12.96	89	1.2	397
ИТОГО:		7.79	3.71	39.07	221	1.33	
Химический состав пищевых продуктов		39.83	41.81	171.4	1185.16	50.65	

Составила мед. сестра

 И.В. Ляшенко

Утверждаю

Заведующий МБДОУ

«Чернышевский детский сад «Подснежник»

С.Т.Штунь



Меню

На летний -осенний периоды

Второй день

Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Кк	Вит. С	№ рецепту ры
Завтрак:							
Вареники ленивые со сметанным соусом	125/50	17.83	17.21	20.64	313	0.23	230/354
Чай с молоком	150	2.65	2.33	11.31	77	1.19	394
Хлеб белый	14	0.95	0.15	6.49	32.06	-	1
Яблоко свежее	71	0.23	0.23	5.7	25.57	5.77	368
ИТОГО:		21.66	19.92	44.14	448.14	7.19	
Обед:							
Суп картофельный с рисом	200	1.58	2.19	11.66	72.60	6.6	208
Котлета из говядины	60	8.93	6.74	8.97	132	-	282
Капуста тушеная	200	3.98	7.42	18.98	158	32.74	132
Компот из сухофруктов	150	0.33	0.015	20.82	84.75	0.30	376
Хлеб б/с	20/30	2.98	0.58	22.57	110	-	1
ИТОГО:		17.8	16.9	83	557.35	39.64	
Полдник:							
Печенье	20	1.4	2.8	13.8	86	-	479
Кофейный напиток с молоком	150	2.34	2.0	10.63	70	0.98	395
ИТОГО:		3.74	4.8	24.43	156	0.98	
Химический состав пищевых продуктов		43.2	41.62	151.57	1161.49	47.81	

Составила мед. сестра

 И.В. Ляшенко

Утверждаю

Заведующий МБДОУ

«Чернышевский детский сад «Подснежник»

С.Т.Штунь



На летний -осенний периоды

Третий день

Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Кк	Вит. С	№ рецепту ры
Завтрак:							
Суп молочный с манной крупой	150	4.46	1.65	14.19	73.34	0.89	85
Чай с молоком	150	2.65	2.33	11.31	77	1.19	394
Хлеб белый	25	1.7	0.27	11.6	57.25	-	1
Масло сливочное	10	0.08	7.24	0.13	86	-	6
Яйцо вареное	1шт	5.08	4.6	0.28	63	-	213
Яблоко свежее	71	0.23	0.23	5.7	25.57	5.77	368
ИТОГО:		14.2	16.32	43.21	382.16	7.85	
Обед:							
Борщ с капустой и картофелем	150	0.65	1.77	4.58	36.9	3.7	57
Рыба припущенная	100	17.54	2.38	0.31	92.5	0.35	245
Картофельное пюре	150	3.06	4.8	20.43	138	18.15	321
Салат из свеклы	60	0.85	3.65	5.19	56.34	5.7	33
Компот из сухофруктов	150	0.33	0.015	20.82	84.75	0.3	376
Хлеб б/с	20/30	2.98	0.58	22.57	110	-	1
ИТОГО:		25.41	13.19	73.9	518.49	28.2	
Полдник:							
Печенье	20	1.4	2.8	13.8	86	-	479
Молоко кипяченое	200	6.0	5.4	10	112	2.46	400
ИТОГО:		7.75	8.9	27.25	219.5	2.46	
Химический состав пищевых продуктов		47.36	38.41	144.36	1120.15	38.51	

Составила мед. сестра

И.В. Ляшенко

И.В. Ляшенко

Утверждаю

Заведующий МБДОУ

«Чернышевский детский сад «Подснежник»

С.Т.Штунь



Меню На летний -осенний периоды

Четвертый день

Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Кк	Вит. С	№ рецепту ры
Завтрак:							
Каша вязкая пшеничная с маслом	150/4	4.08	4.08	25.05	153	-	168
Яйцо вареное	1шт	5.08	4.6	0.28	63	-	213
Масло сливочное	10	0.08	7.24	0.13	86	-	6
Чай с сахаром	150	0.04	0.01	6.99	28	0.02	392
Хлеб белый	25	1.7	0.27	11.6	57.25	-	1
Яблоко свежее	71	0.23	0.23	5.7	25.57	5.77	368
ИТОГО:		11.21	16.43	49.75	412.82	5.79	
Обед:							
Суп картофельный с гречневой крупой	200	1.74	2.27	11.43	73.2	6.6	204
Ленивые голубцы со сметанным соусом	150	10.61	6.81	15.09	164	15.03	298
Хлеб б/с	20/30	2.98	0.58	22.57	110	-	1
Сок	150	0.75	-	15.15	63.9	3.6	
ИТОГО:		16.08	9.66	64.24	411.1	25.23	
Полдник:							
Оладьи с мол. соусом	100/50	8.5	4.61	48.29	250.75	1.13	479
Кофейный напиток с молоком	150	2.34	2	10.63	70	0.98	395
ИТОГО:		10.84	6.61	58.92	320.75	2.11	
Химический состав пищевых продуктов		38.13	32.7	172.91	1144.67	33.13	

Составила мед. сестра

с.у.

И.В. Ляшенко

Утверждаю



Заведующий МБДОУ

Чернышевский детский сад «Подснежник»

С.Т.Штунь

На летний -осенний периоды

Пятый день

Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Кк	Вит. С	№ рецепту ры
Завтрак:							
Макароны отварные с сыром	100	2.19	6.67	15.14	145	0.09	206
Икра кабачковая	100	1	7	7	97	2.5	
Чай с сахаром	150	0.04	0.01	6.99	28	0.02	392
Хлеб белый	14	0.95	0.15	6.49	32.06	-	1
Яблоко свежее	71	0.23	0.23	5.7	25.27	5.77	368
ИТОГО:		4.41	14.06	41.32	327.33	8.38	
Обед:							
Щи из свежей капусты с картофелем	150	1.04	2.93	5.09	35	11.07	67
Запеканка из печени с рисом	155	18.59	7.4	20.51	303.3	8.71	311
Огурец свежий	60	-	-	1.8	7.2	0.2	
Сок	200	1	-	20.2	85.3	4	-
Хлеб б/с	20/30	2.98	0.58	22.57	110	-	1
ИТОГО:		23.61	10.91	70.17	540.8	23.58	
Полдник:							
Печенье	20	1.4	2.8	13.8	86	-	
Молоко кипяченое	200	6.0	5.4	10	112	2.46	400
ИТОГО:		7.4	8.2	23.8	198	2.46	
Химический состав пищевых продуктов		35.42	33.17	135.29	1066.13	34.42	

Составила мед. сестра

И.В. Ляшенко

И.В. Ляшенко

Утверждаю

Заведующий МБДОУ

«Чернышевский детский сад «Подснежник»

С.Т.Штунь



На летний -осенний периоды

Шестой день

Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Кк	Вит. С	№ рецепту ры
Завтрак:							
Каша вязкая овсяная с маслом	150.4	4.05	5.69	20.36	149	-	168
Яйцо вареное	1 шт	5.08	4.6	0.28	63	-	213
Масло сливочное	10	0.08	7.24	0.13	86	-	6
Чай с сахаром	150	0.04	0.01	6.99	28	0.02	392
Хлеб белый	25	1.7	0.27	11.6	57.25	-	1
Яблоко свежее	71	0.23	0.23	5.7	25.57	5.77	368
ИТОГО:		11.18	18.04	45.06	408.82	5.79	
Обед:							
Суп картофельный с горохом	150	1.38	4.6	9.25	84.34	11.04	
Жаркое по домашнему	150	18.35	4.7	16.32	180	6.4	276
Огурец свежий	60	-	-	1.8	7.2	0.2	
Хлеб б/с	20/30	2.98	0.58	22.57	110	-	1
Сок	200	1	-	20.2	85.3	4	
ИТОГО:		23.71	9.88	70.14	466.84	21.64	
Полдник:							
Оладьи со сметанным соусом	100/50	8.22	8.02	44.63	280	0.38	449/351
Кофейный напиток с молоком	150	2.34	2	10.63	70	0.98	395
ИТОГО:		10.56	10.02	55.26	350	1.36	
Химический состав пищевых продуктов		45.45	37.94	170.46	1225.66	28.79	

Составила мед. сестра

 И.В. Ляшенко



Утверждаю

Заведующий МБДОУ

«Чернышевский детский сад «Подснежник»

С.Т.Штунь

На летний -осенний периоды

Седьмой день

Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Кк	Вит. С	№ рецепту ры
Завтрак:							
Каша вязкая пшенная с маслом	150/4	4.27	4.86	24.48	159	-	168
Яйцо вареное	1шт	5.08	4.6	0.28	63	-	213
Чай с сахаром	150	0.04	0.01	6.99	28	0.02	392
Хлеб белый	25	1.7	0.27	11.6	57.25	-	1
Яблоко свежее	71	0.23	0.23	5.7	25.57	5.77	368
ИТОГО:		11.32	9.97	49.05	332.82	5.79	
Обед:							
Борщ с капустой и картофелем	150	0.65	1.77	4.58	36.9	3.7	57
Рыба припущенная	100	17.54	2.38	0.31	92.5	0.35	245
Картофель отварной	150	2.86	4.32	23.01	142.35	21.0	692
Салат из свеклы	60	0.85	3.65	5.19	56.34	5.7	33
Компот из сухофруктов	150	0.33	0.015	20.82	84.75	0.3	376
Хлеб б/с	20/30	2.98	0.58	22.57	110	-	1
ИТОГО:		25.21	12.71	76.48	522.84	31.05	
Полдник:							
Запеканка из творога с молочным соусом	120/50	22.37	16.71	27.2	346.75	0.44	237/351
Какао с молоком	150	3.15	2.72	12.96	89	1.2	397
ИТОГО:		25.52	19.43	40.16	435.75	1.64	
Химический состав пищевых продуктов		62.05	42.11	165.69	1291.41	38.48	

Составила мед. Сестра

И.В. Ляшенко

Утверждаю

Заведующий МБДОУ

Чернышевский детский сад «Подснежник»

С.Т.Штунь

Меню

На летний -осенний периоды

Восьмой день

Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Кк	Вит. С	№ рецепту ры
Завтрак:							
Суп молочный с макаронными изделиями	150	4.3	3.5	14.12	108	0.66	93
Яйцо вареное	1шт	5.08	4.6	0.28	63	-	213
Сыр твердый	10	2.08	12.65	-	32.4	0.55	
Чай с молоком	150	2.65	2.33	11.31	77	1.19	394
Хлеб белый	25	1.7	0.27	11.6	57.25	-	1
Яблоко свежее	75	0.25	0.25	6.02	27	6.1	368
ИТОГО:		16.06	23.6	43.33	364.65	8.5	
Обед:							
Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	3.98	3.11	9.26	81	6.72	83
Капуста тушеная с говядиной	150	14.29	11.71	9.73	201	3.27	336
Компот из сухофруктов	150	0.33	0.015	20.82	84.75	0.3	376
Хлеб б/с	20/30	2.98	0.58	22.57	110	-	1
ИТОГО:		21.58	15.41	62.38	476.75	10.29	
Полдник:							
Печенье	20	1.4	2.8	13.8	86	-	
Молоко кипяченое	200	6.0	5.4	10	112	2.46	400
ИТОГО:		7.75	8.9	27.25	219.5	3.16	
Химический состав пищевых продуктов		45.39	47.91	132.96	1060.9	21.95	

Составила мед. Сестра

с.у.

И.В. Ляшенко



На летний -осенний периоды
Девятый день

Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Кк	Вит. С	№ рецепту ры
Завтрак:							
Суп молочный гречкой	150	4.46	1.65	14.19	73.34	0.83	85
Чай с молоком	150	2.65	2.33	11.31	77	1.19	394
Яйцо вареное	1шт	5.08	4.6	0.28	63	-	213
Масло сливочное	10	0.08	7.24	0.13	86	-	6
Хлеб белый	25	1.7	0.27	11.6	57.25	-	1
Яблоко свежее	71	0.23	0.23	5.7	25.57	5.77	368
ИТОГО:		14.2	16.32	43.21	382.16	7.79	
Обед:							
Борщ с капустой и картофелем	150	0.65	1.77	4.58	36.9	3.7	57
Плов из птицы	150	14.17	11.96	25.08	264	0.38	304
Помидор свежий	60	-	-	1.8	7.2	0.2	
Чай с сахаром	150	0.04	0.01	6.99	28	0.02	392
Хлеб б/с	20/30	2.98	0.58	22.57	110	-	1
ИТОГО:		17.84	14.32	61.02	446.1	4.3	
Полдник:							
Печенье	20	1.4	2.8	13.8	86	-	
Молоко кипяченое	200	6.0	5.4	10	112	2.46	400
ИТОГО:		7.4	8.2	23.8	198	2.46	
Химический состав пищевых продуктов		39.44	38.84	128.03	1026.26	14.26	

Составила мед. сестра

 И.В. Ляшенко

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
«Чернышевский детский сад «Подснежник»
С.Т.Штунь

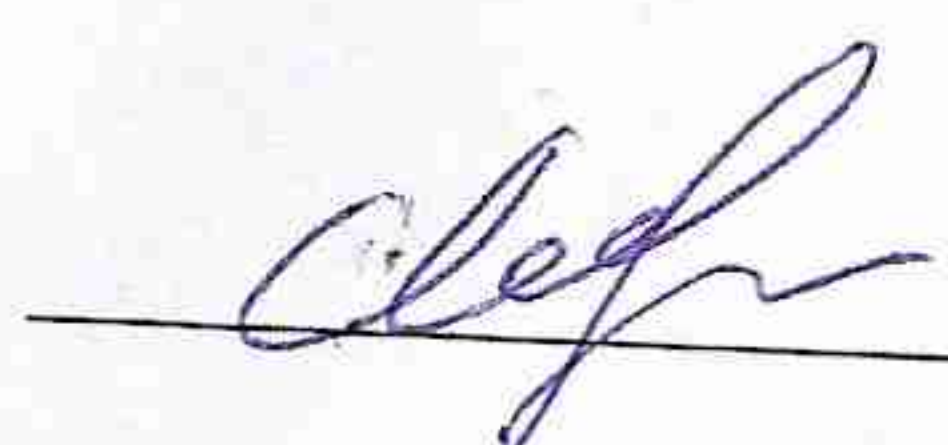


На летний - осенний периоды

Десятый день

Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Кк	Вит. С	№ рецепту ры
Завтрак:							
Суп молочный с рисом	150	4.46	1.65	14.19	73.34	0.83	85
Яйцо вареное	1 шт.	5.08	4.6	0.28	63	-	213
Масло сливочное	10	0.08	7.24	0.13	86	-	6
Чай с молоком	150	2.65	2.33	11.31	77	1.19	394
Хлеб белый	25	1.7	0.27	11.6	57.25	-	1
Яблоко свежее	71	0.23	0.23	5.7	25.57	5.77	368
ИТОГО:		14.2	16.32	43.21	382.16	7.79	
Обед:							
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2.15	2.27	13.71	83.80	6.6	208
Рагу из овощей	150	2.4	11.33	13.59	166	8.27	137
Биточки из говядины	70	11.92	8.8	11.64	173	-	282
Чай с сахаром	150	0.04	0.01	6.99	28	0.02	392
Хлеб б/с	20/30	2.98	0.58	22.57	110	-	1
ИТОГО:		19.49	22.99	68.5	560.8	14.89	
Полдник:							
Печенье	20	1.4	2.8	13.8	86	-	
Кисломолочный напиток «Снежок»	200	6.0	5.4	10	112	2.46	400
ИТОГО:		7.4	8.2	23.8	198	2.46	
Химический состав пищевых продуктов		41.09	47.51	135.51	1140.96	25.14	

Составила мед. сестра

 И.В. Ляшенко



Всего в данном документе
прошито, пронумеровано,
и скреплено печатью
С.Т.Шунь