

МБДОУ №95 "ЗВОНОЧЕК" Г. СИМФЕРОПОЛЯ

за зим-вес период

Руководитель

Утверждаю
Долгинская А.П.

День: Пятница
Неделя: 1 неделя
Возрастная категория: ясли 12 ч

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Бутерброд с маслом и сыром	40	0,03	4,28	0,05	37,45	0,2	3
	Каша молочная пшеничная	200	6,21	7,05	23,9	182,2	1	-
	Чай с сахаром	150/7	0	0	7	28	0,15	392
Второй завтрак	Сок овощной, фруктовый, ягодный в ассортименте	100	0	0	0	0		399
Обед	Кисель из плодов или ягод свежих	150	0	0	15	60		378
	Плов из птицы	160	7,14	7,85	28,39	206,63	1,35	304
	Салат из свеклы	40	0,53	2	0,68	32,57	3,8	33
	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,46	4,25	16	116,62	9,3	81
	Хлеб белый	30	2,49	0,39	14,43	68,1		
	Хлеб ржаной	40	1,88	0,28	19,92	85,6		
Полдник, совмещенный	Икра кабачковая (консервированная)	40	2,04	0,38	8,88	47,2		
	Пицца Детская	150	10,59	5,1	36,83	227,59	1,38	465
	Чай с лимоном	150	0,03	0	7,11	29,19	1,55	393
	Яйцо вареное	1	5,08	4,6	0,28	62,8		213
Итого за 1 день			40,48	36,18	178,47	1183,95	18,73	

Итого за весь период			40,48	36,18	178,47	1183,95	18,73	
Среднее значение за период			4,048	3,618	17,847	118,395	1,873	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности			3,42	3,06	15,07			

МБДОУ №95 "ЗВОНОЧЕК" Г. СИМФЕРОПОЛЯ

за июль все период

Руководитель

Утверждаю
Долинская А.И.



День: Четверг
Неделя: 1 неделя
Возрастная категория: ясли 12 ч

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Бутерброд с маслом	40	0,06	8,55	0,09	74,9		1
	Макароны отварные с сыром	120	4,4	4,65	31,63	176,89	0,24	206
	Чай с лимоном	150	0,03	0	7,11	29,19	1,55	393
Второй завтрак	Сок овощной, фруктовый, ягодный в ассортименте	100	0	0	0	0		399
Обед	Гуляш из печени	80	8,69	1,49	3,72	62,48	1,55	
	Каша гречневая рассыпчатая	100	4,41	0,91	23,8	115,15		165
	Напиток из плодов шиповника	150	0	0	7	28	84,5	398
	Салат из квашеной капусты	40	2,52	2	13,52	83,58	136,8	-
	Хлеб белый	30	2,49	0,39	14,43	68,1		
	Хлеб ржаной	40	1,88	0,28	19,92	85,6		
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,51	6	8,07	91,27	38,27	67
Полдник, совмещенный	Каша молочная ячневая с маслом и сахаром	160	5,86	6,7	32,47	212,05	0,8	168
	Кофейный напиток с молоком	150	2,45	1,93	11,73	73,75	0,75	395
	Пирожок с повидлом	60	3,94	4,42	26,67	155,9	2,5	
Итого за 1 день			38,24	37,32	200,16	1256,86	266,96	

Итого за весь период			38,24	37,32	200,16	1256,86	266,96	
Среднее значение за период			3,824	3,732	20,016	125,686	26,696	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности			3,04	2,97	15,93			

МБДОУ №95 "ЗВОНОЧЕК" Г. СИМФЕРОПОЛЯ

за март-апрель период

Руководитель

Утверждаю

Юдинская А.П.

День: Среда
Неделя: 1 неделя
Возрастная категория: ясли 12 ч

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Бутерброд с маслом	40	0,06	8,55	0,09	74,0		1
	Икра кабачковая (консервированная)	40	2,04	0,38	8,88	47,2		
	Омлет натуральный	65	6,29	8,21	1,1	102,54	0,16	215
	Чай с сахаром	150/7	0	0	7	28	0,15	392
Второй завтрак	Сок овощной, фруктовый, ягодный в ассортименте	100	0	0	0	0		399
Обед	Голубцы ленивые в соусе (355)	135	8,63	6,45	9,58	129,35	44,59	298
	Компот из яблок	150	0,05	0	19,53	78,21	1,5	373
	Помидоры консервированные	40	0	0	0	0		
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,42	4,14	18,39	116,47	8,55	86
	Хлеб белый	30	2,49	0,39	14,43	68,1		
	Хлеб ржаной	40	1,88	0,28	19,92	85,6		
Полдник, совмещенный	Булочка творожная	70	9,85	14,09	32,46	289,23	0,2	483
	Каша молочная пшеница с маслом и сахаром	160	6,87	7,35	32,23	223,43	0,8	168
	Чай с сахаром	150/7	0	0	7	28	0,15	392
Итого за 1 день			40,58	49,84	170,61	1271,03	56,1	

Итого за весь период			40,58	49,84	170,61	1271,03	56,1	
Среднее значение за период			4,058	4,984	17,061	127,103	5,61	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности			3,19	3,92	13,42			

МБДОУ №95 "ЗВОНОЧЕК" Г. СИМФЕРОПОЛЯ

за июль-авг периодРуководитель: Утверждаю
Долинская А.И.

День: Вторник
Неделя: 1 неделя
Возрастная категория: ясли 12 ч

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Бутерброд с маслом	40	0,06	8,55	0,09	74,9		1
	Каша молочная рисовая с маслом и сахаром	160	4,74	6,47	34,31	206,44	0,8	168
	Чай с сахаром	150/7	0	0	7	28	0,15	392
Второй завтрак	Кефир	150	4,2	4,8	7,05	87	1,05	401
Обед	Борщ с картофелем (свекольник)	200	1,33	5	8,69	92,22	12,52	58
	Каша рассыпчатая пшеничная (Артек)	120	6,08	5,52	32,69	195,37		165
	Компот из замороженных плодов/ягод	180	0,1	0,07	19,27	78,24		372
	Салат из соленых огурцов с луком	40	0,32	2	0,99	23,14	0,7	19
	Тефтели куриные с соусом	70	2,96	1,2	0,41	24,73	0,9	286
	Хлеб белый	30	2,49	0,39	14,43	68,1		
	Хлеб ржаной	40	1,88	0,28	19,92	85,6		
Полдник, совмещенный	Рыба, припущенная с овощами	60	6,58	7,1	1,57	96,42	1,45	244
	Хлеб белый	30	2,49	0,39	14,43	68,1		
	Чай с лимоном	150	0,03	0	7,11	29,19	1,55	393
	Яблоко	95	0,29	0	9,69	39,33	9,5	368
Итого за 1 день			33,55	41,77	177,65	1196,78	28,62	

Итого за весь период			33,55	41,77	177,65	1196,78	28,62	
Среднее значение за период			3,355	4,177	17,765	119,678	2,862	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности			2,8	3,49	14,84			

МБДОУ №95 "ЗВОНОЧЕК" Г. СИМФЕРОПОЛЯ

за Уч. ксе период

Руководитель

Утверждаю
Голинская А.П.

День: Понедельник
Неделя: 1 неделя
Возрастная категория: ясли 12 ч

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Бутерброд с маслом и сыром	40	0,03	4,28	0,05	37,45	0,2	3
	Каша молочная манная с маслом и сахаром	160	6,15	5,39	32,98	197,69	0,8	168
	Чай с лимоном	150	0,03	0	7,11	29,19	1,55	393
Второй завтрак	Сок овощной, фруктовый, ягодный в ассортименте	100	0	0	0	0		399
Обед	Капуста тушеная	120	1,91	4,02	10,08	83,21	66,95	132
	Компот из сушеных фруктов	150	0	0	12	48		376
	Помидоры консервированные	40	0	0	0	0		
	Рассольник ленинградский	200	1,53	5,04	12,3	98,48	12,82	76
	Хлеб белый	30	2,49	0,39	14,43	68,1		
	Хлеб ржаной	40	1,88	0,28	19,92	85,6		
Полдник, совмещенный	Пудинг из творога с яблоками	100	10,97	17,61	11,46	249,02	2,65	240
	Чай с сахаром	150/7	0	0	7	28	0,15	392
	Яблоко	100	0,3	0	10,2	41,4	10	368
Итого за 1 день			25,29	37,01	137,53	966,14	95,12	

Итого за весь период			25,29	37,01	137,53	966,14	95,12	
Среднее значение за период			2,529	3,701	13,753	96,614	9,512	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности			2,62	3,83	14,23			

МБДОУ №95 "ЗВОНОЧЕК" Г. СИМФЕРОПОЛЯ

за 1 мес период

Руководитель

Утверждаю
Долинская А.И.

День: Пятница
Неделя: 2 неделя
Возрастная категория: ясли 12 ч

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С, мг	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Бутерброд с маслом	40	0,06	8,55	0,09	74,9		1
	Каша молочная рисовая с маслом и сахаром	160	4,74	6,47	34,31	206,44	0,8	168
	Чай с сахаром	150/7	0	0	7	28	0,15	392
Второй завтрак	Сок овощной, фруктовый, ягодный в ассортименте	100	0	0	0	0		399
Обед	Борщ с картофелем (свекольник)	200	1,33	5	8,69	92,22	12,52	58
	Напиток из плодов шиповника	150	0	0	7	28	84,5	398
	Плов из птицы	160	7,14	7,85	28,39	206,63	1,35	304
	Хлеб белый	30	2,49	0,39	14,43	68,1		
	Хлеб ржаной	40	1,88	0,28	19,92	85,6		
	консервированные огурцы		0	0	0	0		2
Полдник, совмещенный	Макароны отварные с сыром	120	4,4	4,65	31,63	176,89	0,24	206
	Помидоры консервированные	40	0	0	0	0		
	Чай с сахаром	150/7	0	0	7	28	0,15	392
	Яблоко	95	0,29	0	9,69	39,33	9,5	368
Итого за 1 день			22,33	33,19	168,15	1034,11	109,21	

Итого за весь период			22,33	33,19	168,15	1034,11	109,21	
Среднее значение за период			2,233	3,319	16,815	103,411	10,921	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности			2,16	3,21	16,26			

МБДОУ №95 "ЗВОНОЧЕК" Г. СИМФЕРОПОЛЯ

за 11.05.2020 периодРуководитель Утверждаю
Долинская А.Н.

День: Четверг
Неделя: 2 неделя
Возрастная категория: ясли 12 ч

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Бутерброд с маслом и повидлом	45	0,03	4,28	0,05	37,45	0,03	2
	Каша молочная пшеничная с маслом и сахаром	155	6,95	7,05	26,76	192,69	1,26	164
	Чай с лимоном	150	0,03	0	7,11	29,19	1,55	393
Второй завтрак	Сок овощной, фруктовый, ягодный в ассортименте	100	0	0	0	0		399
Обед	Биточки рыбные запеченные	75	8,57	7,67	6,07	123,89	0,15	255
	Кисель из плодов шиповника	150	0	0	18	72	39	381
	Пюре картофельное	120	1,91	3,38	14,83	93,59	20,55	321
	Салат из квашеной капусты	40	2,52	2	13,52	83,58	136,8	-
	Суп картофельный с клецками	200	1,4	2,08	11,05	66,27	9,2	85
	Хлеб белый	30	2,49	0,39	14,43	68,1		
	Хлеб ржаной	40	1,88	0,28	19,92	85,6		
Полдник, совмещенный	Печенье	20	1,48	2	15,24	81,2		-
	Пудинг из творога с повидлом	65	6,38	8,79	10,87	147,09	0,27	236
	Соус молочный сладкий	15	0,34	1,06	1,24	15,36	0,08	351
	Чай с сахаром	150/7	0	0	7	28	0,15	392
	Яблоко	100	0,3	0	10,2	41,4	10	368
Итого за 1 день			34,28	38,98	176,29	1165,41	219,04	

Итого за весь период			34,28	38,98	176,29	1165,41	219,04	
Среднее значение за период			3,428	3,898	17,629	116,541	21,904	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности			2,94	3,34	15,13			

МБДОУ №95 "ЗВОНОЧЕК" г. СИМФЕРОПОЛЯ

за первый период

Руководитель _____

Утверждаю
Долинская А.И.

День: Среда
Неделя: 2 неделя
Возрастная категория: ясли 12 ч

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Бутерброд с маслом	40	0,06	8,55	0,09	74,9		1
	Каша молочная геркулесовая с маслом и сахаром	200	4,21	5,21	8,2	95,58	1,4	168
	Чай с сахаром	150/7	0	0	7	28	0,15	392
Второй завтрак	Ряженка	150	4,5	9	6,15	123	0,05	401
Обед	Жаркое по-домашнему	170	1,77	4	16,87	107,23	24,2	276
	Компот из яблок	150	0,05	0	19,53	78,21	1,5	373
	Салат из соленых огурцов с луком	40	0,32	2	0,99	23,14	0,7	19
	Хлеб белый	30	2,49	0,39	14,43	68,1		
	Хлеб ржаной	40	1,88	0,28	19,92	85,6		
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,51	6	8,07	91,27	38,27	67
Полдник, совмещенный	Икра кабачковая (консервированная)	40	2,04	0,38	8,88	47,2		
	Омлет натуральный	65	6,29	8,21	1,1	102,54	0,16	215
	Хлеб белый	30	2,49	0,39	14,43	68,1		
	Чай с лимоном	150	0,03	0	7,11	29,19	1,55	393
	Яблоко	100	0,3	0	10,2	41,4	10	368
Итого за 1 день			27,94	44,41	142,97	1063,46	77,98	

Итого за весь период			27,94	44,41	142,97	1063,46	77,98	
Среднее значение за период			2,794	4,441	14,297	106,346	7,798	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности			2,63	4,18	13,44			

МБДОУ №95 "ЗВОНОЧЕК" Г. СИМФЕРОПОЛЯ

за 1 мес период

Руководитель

Утверждаю
Долинская А.И.

День: Вторник
Неделя: 2 неделя
Возрастная категория: ясли 12 ч

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Бутерброд с маслом и сыром	40	0,03	4,28	0,05	37,45	0,2	3
	Каша молочная гречневая с маслом и сахаром	160	7,09	7,24	33,97	221,58	0,8	168
	Чай с сахаром	180/10	0	0	10	40	0,18	392
Второй завтрак	Сок овощной, фруктовый, ягодный в ассортименте	100	0	0	0	0		399
Обед	Каша рассыпчатая пшеничная (Артек)	120	6,08	5,52	32,69	195,37		165
	Компот из сушеных фруктов	150	0	0	12	48		376
	Помидоры консервированные	40	0	0	0	0		
	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,46	4,25	16	116,62	9,3	81
	Тефтели мясные	60	7	4,03	8,39	95,61	1,32	286
	Хлеб белый	30	2,49	0,39	14,43	68,1		
	Хлеб ржаной	40	1,88	0,28	19,92	85,6		
Полдник, совмещенный	Печенье	20	1,48	2	15,24	81,2		-
	Салат из свеклы	40	0,53	2	0,68	32,57	3,8	33
	Суфле из рыбы	70	10,24	5,93	5,01	112,09	0,15	268
	Хлеб белый	30	2,49	0,39	14,43	68,1		
	Чай с лимоном	150	0,03	0	7,11	29,19	1,55	393
Итого за 1 день			43,8	36,31	189,92	1231,48	17,3	

Итого за весь период			43,8	36,31	189,92	1231,48	17,3	
Среднее значение за период			4,38	3,631	18,992	123,148	1,73	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности			3,56	2,95	15,42			

МБДОУ №95 "ЗВОНОЧЕК" Г. СИМФЕРОПОЛЯ

за 1 сем. 2022 период

Руководитель

Утверждаю
Долгинская А.И.

День: Понедельник
Неделя: 2 неделя
Возрастная категория: ясли 12 ч

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Бутерброд с маслом и повидлом	45	0,03	4,28	0,05	37,45	0,03	2
	Каша молочная геркулесовая с маслом и сахаром	200	4,21	5,21	8,2	95,58	1,4	168
	Чай с лимоном	150	0,03	0	7,11	29,19	1,55	393
Второй завтрак	Сок овощной, фруктовый, ягодный в ассортименте	100	0	0	0	0		399
Обед	Борщ с фасолью и картофелем	200	2,92	5,13	10,29	105,32	8,52	63
	Гуляш из печени	80	8,69	1,49	3,72	62,48	1,55	
	Компот из сушеных фруктов	150	0	0	12	48		376
	Рис отварной	120	2,96	3,67	32,5	165,62		315
	Салат из белокочанной капусты	40	0,59	2	4,03	36,33	20,35	20
	Хлеб белый	30	2,49	0,39	14,43	68,1		
	Хлеб ржаной	40	1,88	0,28	19,92	85,6		
Полдник, совмещенный	Запеканка из творога с изюмом и сметаной	65	7,16	11,24	7,29	159,3	0,55	237
	Кофейный напиток с молоком	150	2,45	1,93	11,73	73,75	0,75	395
	Соус сметанный	60	0,79	3,06	3,74	45,41	0,05	354
	Яблоко	100	0,3	0	10,2	41,4	10	368
Итого за 1 день			34,5	38,68	145,21	1053,53	44,75	

Итого за весь период			34,5	38,68	145,21	1053,53	44,75	
Среднее значение за период			3,45	3,868	14,521	105,353	4,475	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности			3,27	3,67	13,78			