Меню приготавливаемых блюд на 03.07.2023

День 6. Понедельник Рацион: Детсад МБДОУ №276 Неделя вторая

Сезон: лето-осень

УТВЕРЖДАЮ Заведующий МБДО» № 276

О В.Мурзина

	Прием	пищи			
	Наименование блюд	Масса по грами	No. of	Ккал	п
	завтрак 8.30-9.00	сад	ясли	сад	ясли
1	Яйцо вареное	49	49	76,84	76,84
2	Капуста тушеная	120	100	101,7	87,47
3	Хлеб пшеничный йодированный	30	20	72,6	48,4
4	Масло сливочное (порциями)	5	5	37,4	37,4
5	Сыр полутвердый (порциями)	13	9	47,19	32,67
6	Чай с сахаром	200	180	28,03	24,49
	олоти	417	363	363,8	307,3
	второй завтрак 10.30-11.00				
1	Фрукты свежие	100	95	44	42
	олоти	100	95	44	42
	обед 12.00-13.00				
1	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	150	101,92	75,86
2	Птица тушенная	80	60	322,3	282
3	Пюре картофельное	130	110	128,65	111,91
4	Овощи свежие (порциями) помидоры	50	40	5,5	4,4
5	Хлеб ржаной	50	40	121	96,8
6	Компот из смеси сухофруктов	180	150	57,81	48,74
	отого	690	550	737,2	619,7
	полдник 15.30-16.00				
1	Ватрушка с творожным фаршем	80	60	206,88	156,24
2	Кисломолочный напиток	180	150	95,4	79,5
	отого	260	210	302,3	235,7
	ужин 18.30-19.00				
1	Каша "Дружба"	200	180	137,9	100,11
2	Хлеб пшеничный йодированный	50	40	121	96,8
4	Молоко кипяченое	200	180	104	93,6
	отого	450	400	362,9	290,51
	ИТОГО за целый день	1917	1618	1810,1	1495,2

Меню приготавливаемых блюд на 4.07.2023

День 7. Вторник

Неделя вторая

Рацион: Детсад МБДОУ №276 Возрастная категория: 1-3, 3-7 лет Сезон: лето-осень

УТВЕРЖДАЮ Заведующий МБДОУ № 276

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

	Прием г	ищи				
	Наименование блюд	Масса по		Ккал		
	завтрак 8.30-9.00	грам	мах ясли	сад	ясли	
1	Запеканка из творога, с соусом молочным сладким	сад 170	140	391,52	324,12	
2	Хлеб пшеничный формовой	40	35	96,8	84,7	
3	Масло сливочное (порциями)	5	5	37,4	37,	
4	Чай с сахаром	200	180	28,03	24,49	
<u> </u>	итого	415	360	553,8	470,7	
	второй завтрак 10.30-11.00			350,5		
1	Фрукты свежие	100	95	44	4	
	итого	100	95	44	4	
	обед 12.00-13.00					
1	Щи из свежей капусты и картофеля	200	150	92,75	82,3	
2	Оладьи из печени по-кунецки	80	60	138,4	103,	
3	Картофель отварной с маслом	130	110	137,5	114,6	
4	Овощи свежие (порциями) огурцы	50	40	5,5	4,	
5	Хлеб ржаной	50	40	121	96,	
6	Компот из смеси сухофруктов	180	150	57,81	48,7	
	олоти	690	550	553,0	450,	
	полдник 15.30-16.00					
1	Булочка домашняя	70	60	202,63	180,9	
2	Кисломолочный напиток	180	150	95,4	79,	
	олоти	250	210	298,0	260,4	
	ужин 18.30-19.00					
1	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	150	200,23	179,8	
2	Хлеб пшеничный формовой	40	25	96,8	60,	
3	Яйцо вареное	49	49	76,84	76,8	
4	Кофейный напиток с молоком	200	180	88	77,2	
	олоти	489	404	461,87	394,4.	
No.	итого за целый день	1944	1619	1910,61	1618,27	

Меню приготавливаемых блюд на 5.07.2023

Неделя вторая

Рацион: Детсад МБДОУ №276 Возрастная категория: 1-3, 3-7 лет

День 8. Среда

Сезон: лето-осень

УТВЕРЖДАЮ Заведующий Мі5ДОУ № 276 О.В.Мурзина

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

	Прием	пищи				
	Наименование блюд	Масса по		Ккал		
		граммах				
	завтрак 8.30-9.00	сад	ясли	сад	ясли	
1	Суп молочный с макаронными изделиями	200	150	259,1	225,8	
2	Хлеб пшеничный йодированный	40	30	96,8	72,	
3	Масло сливочное (порциями)	5	5	37,4	37	
4	Какао с молоком	200	180	83,68	74,:	
	итого	445	365	477,0	410,	
	второй завтрак 10.30-11.00					
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	150	101,93	•	
	витаминизированные	100	130			
	отого	180	150	101,93		
	обед 12.00-13.00					
1	Суп картофельный с крупой (пшено)	200	150	128,72	107,	
2	Перец фаршированный мясом и рисом	200	150	238,75	1	
3	Овощи свежие (порциями) помидоры	50	40	5,5		
4	Хлеб ржаной	50	40	121	96	
5	Компот из смеси сухофруктов	180	150	57,81	48,	
	отого	680	530	551,8	436	
	полдник 15.30-16.00					
1	Фрукты свежие	100	95	44		
2	Печенье	25	25	118,8	118	
3	Кисломолочный напиток	180	150	95,4	79	
	отого	305	270	258,2	240	
	ужин 18.30-19.00					
1	Фрикадельки рыбные,запкченные с молочным соусом	80	60	169,82	127,	
2	Пюре картофельное	130	110	128,65	111,	
3		60	40	81		
3 4	Икра свекольная Хлеб пшеничный йодированный	30	20	72,6	48	
5	Чай с сахаром	200	180	28,03	24,	
,	чай с сахаром	500	410	480,1	366,	
	ИТОГО за целый день	2110	1725	1869,0	1521	

Меню приготавливаемых блюд на 6.07.2023

День 9. Четверг

Неделя вторая

Рацион: Детсад МБДОУ №276 Возрастная категория: 1-3, 3-7 лет Сезон: Лето-осень

УТВЕРЖДАЮ Заведующий МБДОУ № 276 О.В.Мурзина

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

	Приег	и пищи			
	Наименование блюд	Масса порции в граммах		Кка.	П
_	завтрак 8.30-9.00	сад	ясли	сад	ясли
1	Рыба тушенная в томате с овощами	80	60	110,89	83,2
2	Каша пшеничная рассыпчатая	120	100	135,6	113
3	Хлеб пшеничный формовой	30	20	72,6	48,4
4	Масло сливочное (порциями)	5	5	37,4	37,4
5_	Чай с сахаром	200	180	28,03	24,49
6					
	итого	435	365	384,5	306,5
	второй завтрак 10.30-11.00				
1	Фрукты свежие	100	95	44	42
	итого	100	95	44	42
	обед 12.00-13.00				
1	Борщ летний	200	150	85,4	64
2	Плов из говядины	200	150	368	276
3	Икра кабачковая (промышленного производства)	50	40	49	39,2
4	Хлеб ржаной	50	40	121	96,8
5	Компот из смеси сухофруктов	180	150	57,81	48,74
	итого	680	530	681,2	524,7
	полдник 15.30-16.00				
1	Пирожок печеный с яблоками	70	60	229,78	196,9
2	Кисломолочный напиток	180	150	95,4	_79,5
	итого	250	210	325,2	276,4
	ужин 18.30-19.00				
1	Суп молочный с крупой манной	200	150	124,1	102,92
2	Хлеб пшеничный формовой	50	40	121	96,8
3	Кофейный напиток с молоком	200	180	88	77,27
	отого	450	370	333,1	276,99
	ИТОГО за целый день	1915	1570	1768,0	1426,6

Меню приготавливаемых блюд на 7.07.2023

День 10. Пятница

Неделя вторая

Рацион: Детсад МБДОУ №276 Возрастная категория: 1-3, 3-7 лет Сезон: лето-осень

УТВЕРЖДАЮ Заведующий МБДОУ № 276 О.В.Мурзина

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

	Прием	л пищи			and 5
Наименование блюд		Масса по грами		Ккал	n
	завтрак 8.30-9.00	сад	ясли	сад	ясли
1	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	150	200,23	179,81
2	Хлеб пшеничный йодированный	40	30	96,8	72,6
3	Масло сливочное (порциями)	5	5	37,4	37,4
4	Сыр полутвердый (порциями)	13	9	47,19	32,67
5	Чай с сахаром	200	180	28,03	24,49
	итого	458	374	409,7	347,0
	второй завтрак 10.30-11.00				
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные витаминизированные	180	150	101,93	69
	итого	180	150	101,93	69
	обед 12.00-13.00				
1	Суп из овощей	200	150	129,56	97,2
2	Тефтели из говядины в молочном соусе	80	70	141,7	124
3	Картофель отварной с маслом	130	110	137,5	114,62
	Овощи свежие (порциями) огурцы	50	40	5,5	4,4
4	Хлеб ржаной	50	40	121	96,8
5	Напиток витаминизированный	180	150	54	45
	итого	690	560	589,3	482,0
	полдник 15.30-16.00				
1	Пряник	50	40	183	146,4
2	Кисломолочный напиток	200	180	106	95,4
	отого	250	220	289,0	241,8
	ужин 18.30-19.00				
1	Вареники ленивые со сметаной	150	120	303	242,4
2	Хлеб пшеничный йодированный	40	30	96,8	72,6
3	Фрукты свежие	100	95	44	42
4	Какао с молоком	200	180	83,68	74,18
	итого	490	425	527,48	431,18
	ИТОГО за целый день	2068	1729	1917,32	1570,97
	Итого за весь период	20078	16737	18874,98	15480,79
	Итого среднее значение			1887,50	1548,08

Меню приготавливаемых блюд на 10.07.2023 День 1. Понедельник Неделя первая

Рацион: Детсад МБДОУ №276 Возрастная категория: 1-3, 3-7 лет Сезон: Лето-осень

УТВЕРЖДАЮ Заведуюций МБД®У № 276 О:В.Мурзина

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

		Прием п	ищи 🥼	-nny \2	<u> </u>
	Наименование блюд	Масса по	рции в граммах	276	кал
	завтрак 8.30-9.00	сад	ясли	сад	√ ЯСЛИ
1	Омлет натуральный	120	100	107,72	91,89
2	Овощи свежие (порциями) огурцы	50	40	5,5	4,4
3	Хлеб пшеничный йодированный	40	30	96,8	72,€
4	Масло сливочное (порциями)	5	5	37,4	37,4
5	Сыр полутвердый (порциями)	13	9	47,19	32,67
6	Чай с сахаром	200	180	28,03	_24,49
	отого	428	364	322,6	263,5
	второй завтрак 10.30-11.00				
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	180	150	101,93	69
	витаминизированные	180			
	итого	180	150	101,93	69
	обед 12.00-13.00				
1	Суп картофельный с бобовыми	200	150	130,74	
2	Котлеты из птицы припущенные	80	60	227,4	170,5
3	Макаронные изделия отварные	130	110	194,9	172,42
4	Овощи свежие (порциями) помидоры	50	40	5,5	4,4
5	Хлеб ржаной	50	40	121	96,8
6	Компот из смеси сухофруктов	180	150	57,81	48,74
	итого	690	550	737,4	588,6
	полдник 15.30-16.00				
1	Булочка дорожная	70	60	196,37	150,86
2	Кисломолочный напиток	180	150	95,4	79,5
	итого	250	210	291,8	230,4
	ужин 18.30-19.00				
1	Рагу из овощей	150	130	140,2	122
2	Хлеб пшеничный йодированный	40	30	96,8	72,6
3	Фрукты свежие	100	95	44	42
4	Кофейный напиток с молоком	200	180	88	77,27
	итого	490	435	369	313,87
188.3	ИТОГО за целый день	2038	1709	1822,7	1465,28
	MI - MICHAEL MAN AND AND AND AND AND AND AND AND AND A	THE RESERVE AND ADDRESS OF THE PARTY OF THE	THE R. P. LEWIS CO., LANSING, MICH.	THE RESERVE AND ADDRESS OF THE PARTY OF THE	NAME AND ADDRESS OF TAXABLE PARTY.

Меню приготавливаемых блюд на 11.07.2023

День 2. Вторник

Неделя первая

Рацион: Детсад МБДОУ №276 Возрастная категория: 1-3, 3-7 лет Сезон: Лето-осень

УТВЕРЖДАЮ Заведующий МБДОУ № 276 О.В.Мурзина

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

	Приег	ν пищи		10 100	20/
	Наименование блюд	Масса по грам <i>і</i>		Ккал	
	завтрак 8.30-9.00	сад	ясли	сад	ясли
1	Суп молочный с крупой пшенной	200	150	209,82	164,71
2	Хлеб пшеничный формовой	40	30	96,80	72,60
3	Яйцо вареное	49	49	76,84	76,84
4	Масло сливочное (порциями)	5	5	37,40	37,40
5	Чай с сахаром	200	180	28,03	24,49
	итого	494	414	448,9	376,0
	второй завтрак 10.30-11.00				
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные витаминизированные	180	150	101,93	69
-	итого	180	150	101,93	69
	обед 12.00-13.00				
1	Суп картофельный с фрикадельками	200	150	152,46	118,25
2	Печень, тушенная в соусе сметанном	80	60	156,8	117,6
3	Каша гречневая рассыпчатая	130	110	183,2	164,27
4	Овощи отварные - свекла	60	40	26,6	39,9
5	Хлеб ржаной	50	40	121	96,8
6	Компот из смеси сухофруктов	180	150	57,81	48,74
	отого	700	550	697,9	585,6
	полдник 15.30-16.00				
1	Печенье	50	20	237,5	95,:
2	Кисломолочный напиток	200	180	106	95,4
	олоти	250	200	343,5	190,5
	ужин 18.30-19.00				
1	Сырники из творога запеченные с соусом сметанным	150	130	260,4	22:
2	Хлеб пшеничный формовой	40	30	96,8	72,6
3	Фрукты свежие	100	95	44	4:
4	Молоко кипяченое	180	150	93,6	7:
	отого	470	405	494,8	414,
450	итого за целый день	2094	1719	2086,99	1635,7

Меню приготавливаемых блюд на 12.07.2023

День 3. Среда

Неделя первая

Рацион: Детсад МБДОУ №276 Возрастная категория: 1-3, 3-7 лет Сезон: Лето-осень

УТВЕРЖДАЮ Заведующий МБДОУ № 276 С.В.Мурзина

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

	Приє	м пищи		1282	1980
Наименование блюд		Масса по грами		Кка	л
	завтрак 8.30-9.00	сад	ясли	сад	ясли
1	Суп молочный с крупой манной	200	150	124,1	102,93
2	Хлеб пшеничный йодированный	40	30	96.8	72,
3	Масло сливочное (порциями)	5	50	37,4	37,
4	Сыр полутвердый (порциями)	13	9	47,19	32,6
5	Кофейный напиток с молоком	200	180	88	77,2
	итого	458	419	393,49	322,8
	второй завтрак 10.30-11.00				
1	Фрукты свежие	100	95	44	4
	итого	100	95	44	42
	обед 12.00-13.00				
1	Борщ с капустой и картофелем	200	150	118,5	88.
2	Котлеты из говядины	80	60	141,37	105,
3	Пюре картофельное	130	110	128,65	111.9
4	Овощи свежие (порциями) огурцы	50	40	5,5	4,
5	Хлеб ржаной	50	40	121	96,
6	Компот из смеси сухофруктов	180	150	57,81	48,7
	итого	690	550	572,8	456,
	полдник 15.30-16.00				
1	Пряник	50	40	183	146.
2	Кисломолочный напиток	200	180	106	95,
3					
	итого	250	220	289	241,
	ужин 18.30-19.00				
1	Рыба, запеченная в сметанном соусе	80	60	184,31	165,8
2	Каша пшенная рассыпчатая	130	110	209	17
3	Кабачки припущенные	50	40	29,5	23.
4	Хлеб пшеничный йодированный	30	20	72,6	48,
5	Чай с сахаром	200	180	28,03	24,4
	итого	490	410	523,44	438,32
	ИТОГО за цельй явин	1988	1694	1822,76	1501,6

Меню приготавливаемых блюд на 13.07.2023

День 4. Четверг

Неделя первая

Рацион: Детсад МБДОУ №276 Возрастная категория: 1-3, 3-7 лет Сезон: Лето-осень

УТВЕРЖДАЮ Заведующий МБДОУ № 276 О.В.Мурзина

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

	Прием	пищи	11270	1813	y
	Наименование блюд	Масса по грами	1000	Кка <i>t</i>	i
	завтрак 8.30-9.00	сад	ясли	сад	ясли
1	Биточки рыбные	80	60	179,5	134,0
2	Картофель отварной с маслом	130	110	137.5	114,62
3	Хлеб пшеничный формовой	40	30	96,80	72,60
4	Масло сливочное (порциями)	5	5	37,4	37,4
5	Чай с сахаром	200	180	28,03	24,49
	олоти	455	385	479,23	383,71
	второй завтрак 10.30-11.00				
1	Фрукты свежие	100	95	44	42
	отого	100	95	44,00	42,00
	обед 12.00-13.00				
1	Суп картофельный вегетарианский	200	150	74,7	56,
2	Гуляш из отварной говядины	80	60	190,69	158.
3	Макаронные изделия отварные	130	110	194,9	172,42
4	Икра кабачковая (промышленного пр.)	50	40	49	39.2
5	Хлеб ржаной	50	40	121	96.3
6	Компот из смеси сухофруктов	180	150	57,81	48.74
	олоти	690	550	688,10	571,96
	полдник 15.30-16.00				
1	Крендель сахарный	70	60	229,06	196,2
2	Кисломолочный напиток	180	150	95,4	79,5
	олоти	250	210	324,46	275,70
	ужин 18.30-19.00				
1	Каша рисовая молочная жидкая	200	150	210,13	157.6
2	Яйцо вареное	49	49	76.84	76,84
3	Хлеб пшеничный формовой	40	30	96,80	72,60
4	Какао с молоком	200	180	83,68	74,18
	олоти	489	409	467,45	381,22
	ИТОГО за целый день	1984	1649	2003,2	1654,6

Меню приготавливаемых блюд на 14.07.2023

День 5. Пятница

Неделя первая

Рацион: Детсад МБДОУ №276 Возрастная категория: 1-3, 3-7 лет Сезон: лето-осень

УТВЕРЖДАЮ Заведующий МБДОУ № 276 О.В.Мурзина

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

	Прием п	ищи	11=3	6	24/
	Наименование блюд	Масса по грамі	111	Ккал	
	завтрак 8.30-9.00	сад	ясли	сад	ясли
1	Запеканка рисовая с творогом, с соусом молочным сладким	170	150	226,48	219,7
2	Хлеб пшеничный йодированный	30	20	72,6	48,
3	Масло сливочное (порциями)	5	5	37,4	37,
4	Кофейный напиток с молоком	200	180	88	77,2
	олоти	405	355	424,5	382,8
	второй завтрак 10.30-11.00				
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные витаминизированные	180	150	101,93	6
	отого	180	150	101,93	6
-	обед 12.00-13.00				
1	Свекольник	200	150	138,23	117,3
2	Жаркое по-домашнему	200	150	378,08	303,8
3	Овощи свежие (порциями) помидоры	50	40	5,5	4,
4	Хлеб ржаной	50	40	121	96
5	Напиток витаминизированный	180	150	54	4
	олоти	680	530	696,8	567,
	полдник 15.30-16.00				
	Фрукты свежие	100	95	44	4
1	Печенье	25	25	118,8	118,
2	Кисломолочный напиток	180	150	95,4	79
	олоти	305	270	258,2	240,
	ужин 18.30-19.00				
1	Каша пшенная молочная жидкая	200	180	233,8	210,
2	Хлеб пшеничный йодированный	50	40	121	96,
4	Чай с сахаром	200	180	28,03	24,4
	олоти	450	400	382,83	331,5
10 miles	ИТОГО за целый день	2020	1705	1864,3	1591,:

Меню приготавливаемых блюд на 17.07.2023

День 6. Понедельник

Возрастная категория: 1-3, 3-7 лет

Неделя вторая

Рацион: Детсад МБДОУ №276

Сезон: лето-осень

Заведующий МБДОУ № 276 О.В.Мурзина

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

	Прием	пищи	1 2	10 16 270	1000
	Наименование блюд		мах Мах	N. C.	кал
	завтрак 8.30-9.00	сад	ясли	сад	🏏 ясли
1	Яйцо вареное	49	49	76,84	76,84
2	Капуста тушеная	120	100	101,7	87,47
3	Хлеб пшеничный йодированный	30	20	72,6	48,4
4	Масло сливочное (порциями)	5	5	37,4	37,4
5	Сыр полутвердый (порциями)	13	9	47,19	32,67
6	Чай с сахаром	200	180	28,03	24,49
	олоти	417	363	363,8	307,3
	второй завтрак 10.30-11.00				
1	Фрукты свежие	100	95	44	42
	олоти	100	95	44	42
	обед 12.00-13.00				
1	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	150	101,92	75,86
2	Птица тушенная	80	60	322,3	282
3	Пюре картофельное	130	110	128,65	111,91
4	Овощи свежие (порциями) помидоры	50	40	5,5	4,4
5	Хлеб ржаной	50	40	121	96,8
6	Компот из смеси сухофруктов	180	150	57,81	48,74
	отого	690	550	737,2	619,7
	полдник 15.30-16.00				
1	Ватрушка с творожным фаршем	80	60	206,88	156,24
2	Кисломолочный напиток	180	150	95,4	79,5
	олоти	260	210	302,3	235,7
	ужин 18.30-19.00				
1	Каша "Дружба"	200	180	137,9	100,11
2	Хлеб пшеничный йодированный	50	40	121	96,8
4	Молоко кипяченое	200	180	104	93,6
	отого	450	400	362,9	290,51
	итого за целый дены	1917	1618	1810,1	1495,2

Меню приготавливаемых блюд на 18.07.2023

День 7. Вторник

Неделя вторая

Рацион: Детсад МБДОУ №276 Возрастная категория: 1-3, 3-7 лет Сезон: лето-осень

УТВЕРЖДАЮ Заведующий МБДОУ № 276 🤨 О.В.Мурзина

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

	Прием і	пищи	100	To the state of		
	Наименование блюд	Масса по	орции в	Ккал	1	
			граммах			
	завтрак 8.30-9.00	сад	ясли	сад	ясли	
1	Запеканка из творога, с соусом молочным сладким	170	140	391,52	324,1	
2	Хлеб пшеничный формовой	40	35	96,8	84,	
3	Масло сливочное (порциями)	5	5	37,4	37,	
4	Чай с сахаром	200	180	28,03	24,4	
	олоти	415	360	553,8	470,	
	второй завтрак 10.30-11.00				-	
1	Фрукты свежие	100	95	44	4	
	итого	100	95	44	4	
	обед 12.00-13.00					
1	Щи из свежей капусты и картофеля	200	150	92,75	82,3	
2	Оладьи из печени по-кунецки	80	60	138,4	103,	
3	Картофель отварной с маслом	130	110	137,5	114,6	
4	Овощи свежие (порциями) огурцы	50	40	5,5	4,	
5	Хлеб ржаной	50	40	121	96,	
6	Компот из смеси сухофруктов	180	150	57,81	48,7	
	отого	690	550	553,0	450,	
	полдник 15.30-16.00					
1	Булочка домашняя	70	60	202,63	180,9	
2	Кисломолочный напиток	180	150	95,4	79,	
	отого	250	210	298,0	260,	
	ужин 18.30-19.00					
1	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	150	200,23	179,8	
2	Хлеб пшеничный формовой	40	25	96,8	60,	
3	Яйцо вареное	49	49	76,84	76,8	
4	Кофейный напиток с молоком	200	180	88	77,2	
	олоти	489	404	461,87	394,4.	
	ИТОГО на вечний дина	1944	1619	1910,61	1618,27	

Меню приготавливаемых блюд на 19.07.2023

Неделя вторая

День 8. Среда

Рацион: Детсад МБДОУ №276

Сезон: лето-осень

УТВЕРЖДАЮ Заведующий МБДОУ № 276 О.В.Мурзина

зрасті		СанПиН 2.3/2	2.4.3590-20	1	202
	Прием Наименование блюд		рции в мах	K	кал
	завтрак 8.30-9.00	сад	ясли	сад	ясли
1	Суп молочный с макаронными изделиями	200	150	259,1	225,8.
2	Хлеб пшеничный йодированный	40	30	96,8	72,
3	Масло сливочное (порциями)	5	5	37,4	37,
4	Какао с молоком	200	180	83,68	74,1
	олоти	445	365	477,0	410,0
	второй завтрак 10.30-11.00				
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные витаминизированные	180	150	101,93	69
	итого	180	150	101,93	6
	обед 12.00-13.00	100	150	101,55	
1	Суп картофельный с крупой (пшено)	200	150	128,72	107,0
2	Перец фаршированный мясом и рисом	200	150	238,75	17:
3	Овощи свежие (порциями) помидоры	50	40	5,5	4,
4	Хлеб ржаной	50	40	121	96,
5	Компот из смеси сухофруктов	180	150	57,81	48,7
	ОТОГО	680	530	551,8	436,0
	полдник 15.30-16.00				
1	Фрукты свежие	100	95	44	4.
2	Печенье	25	25	118,8	118,
3	Кисломолочный напиток	180	150	95,4	79,
	отого	305	270	258,2	240,3
	ужин 18.30-19.00				
1	Фрикадельки рыбные,запкченные с молочным соусом	80	60	169,82	127,3
2	Пюре картофельное	130	110	128,65	111,9
3	Икра свекольная	60	40	81	5-
4	Хлеб пшеничный йодированный	30	20	72,6	48,
5	Чай с сахаром	200	180	28,03	24,4
	отого	500	410	480,1	366,16
7	ИТОГО за целый день	2110	1725	1869,0	1521,4

Меню приготавливаемых блюд на 20.07.2023

День 9. Четверг

Неделя вторая

Рацион: Детсад МБДОУ №276 Возрастная категория: 1-3, 3-7 лет Сезон: Лето-осень

/, УТВЕРЖДАЮ Заведующий МБДОУ № 276

О.В.Мурзина

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

	Приег	v пищи		тьдо!	1 1 603	
	Наименование блюд		рции в мах	27 Ккал		
	завтрак 8.30-9.00	сад	ясли	сад	ясли	
1	Рыба тушенная в томате с овощами	80	60	110,89	83,2	
2	Каша пшеничная рассыпчатая	120	100	135,6	113	
3	Хлеб пшеничный формовой	30	20	72,6	48,4	
4	Масло сливочное (порциями)	5	5	37,4	37,4	
5	Чай с сахаром	200	180	28,03	24,49	
6						
	олоти	435	365	384,5	306,5	
	второй завтрак 10.30-11.00			·		
1	Фрукты свежие	100	95	44	42	
	ототи	100	95	44	42	
	обед 12.00-13.00					
1	Борщ летний	200	150	85,4	64	
2	Плов из говядины	200	150	368	276	
3	Икра кабачковая (промышленного производства)	50	40	49	39,2	
4	Хлеб ржаной	50	40	121	96,8	
5	Компот из смеси сухофруктов	180	150	57,81	48,74	
	итого	680	530	681,2	524,7	
	полдник 15.30-16.00					
1	Пирожок печеный с яблоками	70	60	229,78	196,9	
2	Кисломолочный напиток	180	150	95,4	79,5	
	итого	250	210	325,2	276,4	
	ужин 18.30-19.00					
1	Суп молочный с крупой манной	200	150	124,1	102,92	
2	Хлеб пшеничный формовой	50	40	121	96,8	
3	Кофейный напиток с молоком	200	180	88	77,27	
	олоти	450	370	333,1	276,99	
10000	ИТОГО за цапый день	1915	1570	1768,0	1426,6	

Составил: Дураова	Ю.Ю.

Меню приготавливаемых блюд на 21.07.2023

День 10. Пятница

Неделя вторая

Рацион: Детсад МБДОУ №276 Возрастная категория: 1-3, 3-7 лет Сезон: лето-осень

УТВЕРЖДАЮ Заведующий МБДОУ № 276

б.В.Мурзина

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

	Прием	л пищи	La Car		
	Наименование блюд	Масса по грам		Кка. 15Д	n
	завтрак 8.30-9.00	сад	ясли	сад	<u>в</u> ясли
1	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	150	200,23	179,81
2	Хлеб пшеничный йодированный	40	30	96,8	72,6
3	Масло сливочное (порциями)	5	5	37,4	37,4
4	Сыр полутвердый (порциями)	13	9	47,19	32,67
5	Чай с сахаром	200	180	28,03	24,49
	итого	458	374	409,7	347,0
	второй завтрак 10.30-11.00				
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные витаминизированные	180	150	101,93	69
	итого	180	150	101,93	69
	обед 12.00-13.00				_
1	Суп из овощей	200	150	129,56	97,2
2	Тефтели из говядины в молочном соусе	80	70	141,7	124
3	Картофель отварной с маслом	130	110	137,5	114,62
	Овощи свежие (порциями) огурцы	50	40	5,5	4,4
4	Хлеб ржаной	50	40	121	96,8
5	Напиток витаминизированный	180	150	54	45
	отого	690	560	589,3	482,0
	полдник 15.30-16.00				
1	Пряник	50	40	183	146,4
2	Кисломолочный напиток	200	180	106	95,4
	итого	250	220	289,0	241,8
	ужин 18.30-19.00				
1	Вареники ленивые со сметаной	150	120	303	242,4
2	Хлеб пшеничный йодированный	40	30	_96,8	72,6
3	Фрукты свежие	100	95	44	42
4	Какао с молоком	200	180	83,68	74,18
	ототи	490	425	527,48	431,18
	ИТОГО за целый день	2068	1729	1917,32	1570,97
	Итого за весь период	20078	16737	18874,98	15480,79
	Итого среднее значение			1887,50	1548,08

Меню приготавливаемых блюд на 24.07.2023 День 1. Понедельник Неделя первая

Рацион: Детсад МБДОУ №276 Возрастная категория: 1-3, 3-7 лет Сезон: Лето-осень

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ № 276
О.В.Мурзина

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

	Прием пищи 276								
	Наименование блюд		ии в граммах 📄	Ккал					
	завтрак 8.30-9.00	сад	ясли	сад	ясли				
1	Омлет натуральный	120	100	107,72	91,89				
2	Овощи свежие (порциями) огурцы	50	40	5,5	4,4				
3	Хлеб пшеничный йодированный	40	30	96,8	72,6				
4	Масло сливочное (порциями)	5	5	37,4	37,4				
5	Сыр полутвердый (порциями)	13	9	47,19	32,67				
6	Чай с сахаром	200	180	28,03	24,49				
	итого	428	364	322,6	263,5				
	второй завтрак 10.30-11.00								
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные витаминизированные	180	150	101,93	69				
	итого	180	150	101,93	69				
	обед 12.00-13.00								
1	Суп картофельный с бобовыми	200	150	130,74	95,74				
2	Котлеты из птицы припущенные	80	60	227,4	170,5				
3	Макаронные изделия отварные	130	110	194,9	172,42				
4	Овощи свежие (порциями) помидоры	50	40	5,5	4,4				
5	Хлеб ржаной	50	40	121	96,8				
6	Компот из смеси сухофруктов	180	150	57,81	48,74				
	ототи	690	550	737,4	588,6				
	полдник 15.30-16.00								
1	Булочка дорожная	70	60	196,37	150,86				
2	Кисломолочный напиток	180	150	95,4	79,5				
	итого	250	210	291,8	230,4				
	ужин 18.30-19.00								
1	Рагу из овощей	150	130	140,2	122				
2	Хлеб пшеничный йодированный	40	30	96,8	72,6				
3	Фрукты свежие	100	95	44	42				
4	Кофейный напиток с молоком	200	180	88	77,27				
	олоти	490	435	369	313,87				
E VATE	ИТОГО зв целый день	2038	1709	1822,7	1465,28				

Меню приготавливаемых блюд на 25.07.2023

День 2. Вторник

Неделя первая

Рацион: Детсад МБДОУ №276 Возрастная категория: 1-3, 3-7 лет Сезон: Лето-осень

УТВЕРЖДАЮ Заведую́дий МБДОУ № 276 О.В.Мурзина

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

	Приег	и пищи		113821	10
	Наименование блюд		рции в мах	Ккал	
	завтрак 8.30-9.00	сад	ясли	сад	ясли
1	Суп молочный с крупой пшенной	200	150	209,82	164,71
2	Хлеб пшеничный формовой	40	30	96,80	72,60
3	Яйцо вареное	49	49	76,84	76,84
4	Масло сливочное (порциями)	5	5	37,40	37,40
5	Чай с сахаром	200	180	28,03	24,49
	отого	494	414	448,9	376,0
	второй завтрак 10.30-11.00				
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные витаминизированные	180	150	101,93	69
	отого	180	150	101,93	69
	обед 12.00-13.00				
1	Суп картофельный с фрикадельками	200	150	152,46	118,25
2	Печень, тушенная в соусе сметанном	80	60	156,8	117,6
3	Каша гречневая рассыпчатая	130	110	183,2	164,27
4	Овощи отварные - свекла	60	40	26,6	39,9
5	Хлеб ржаной	50	40	121	96,8
6	Компот из смеси сухофруктов	180	150	57,81	48,74
	итого	700	550	697,9	585,6
	полдник 15.30-16.00				
1	Печенье	50	20	237,5	95,1
2	Кисломолочный напиток	200	180	106	95,4
	итого	250	200	343,5	190,5
	ужин 18.30-19.00				
1	Сырники из творога запеченные с соусом сметанным	150	130	260,4	222
2	Хлеб пшеничный формовой	40	30	96,8	72,6
3	Фрукты свежие	100	95	44	42
4	Молоко кипяченое	180	150	93,6	78
	итого		405	494,8	414,6
NO COL	итого за падый день	2094	1719	2086,99	1635,7

Меню приготавливаемых блюд на 26.07.2023

День 3. Среда

Неделя первая

Рацион: Детсад МБДОУ №276 Возрастная категория: 1-3, 3-7 лет Сезон: Лето-осень

УТВЕРЖДАЮ Заведующий МБДОУ № 276 О.В.Мурзина

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

	При	ем пищи	1/3	12 10	10
	Наименование блюд		рции в мах	Kı	кал
	завтрак 8.30-9.00	сад	ясли	сад	ясли
1	Суп молочный с крупой манной	200	150	124,1	102.92
2	Хлеб пшеничный йодированный	40	30	96,8	72 <u>.</u> 6
3	Масло сливочное (порциями)	5	50	37,4	37,4
4	Сыр полутвердый (порциями)	13	9	47,19	32.67
5	Кофейный напиток с молоком	200	180	88	77,27
	итого	458	419	393,49	322,86
	второй завтрак 10.30-11.00				
1	Фрукты свежие	100	95	44	42
	итого	100	95	44	42
	обед 12.00-13.00				
1	Борщ с капустой и картофелем	200	150	118,5	88.9
2	Котлеты из говядины	80	60	141.37	105.9
3	Пюре картофельное	130	110	128,65	111,91
4	Овоши свежие (порциями) огурцы	50	40	5.5	4.4
5	Хлеб ржаной	50	40	121	96.8
6	Компот из смеси сухофруктов	180	150	57,81	48,74
	итого	690	550	572,8	456,7
	полдник 15.30-16.00		-		
1	Пряник	50	40	183	146,4
2	Кисломолочный напиток	200	180	106	95.4
3					
	итого	250	220	289	241,8
	ужин 18.30-19.00				
1	Рыба, запеченная в сметанном соусе	80	60	184,31	165.83
2	Каша пшенная рассыпчатая	130	110	209	176
3	Кабачки припущенные	50	40	29,5	23.6
4	Хлеб пшеничный йодированный	30	20	72.6	48.4
5	Чай с сахаром	200	180	28.03	24,49
	отого	// 490	410	523,44	438,32
	ИТОГО па палый день	1988	1694	1822,76	1501,63

Меню приготавливаемых блюд на 27.07.2023

День 4. Четверг

Неделя первая

Рацион: Детсад МБДОУ №276 Возрастная категория: 1-3, 3-7 лет Сезон: Лето-осень

УТВЕРЖДАЮ Заведующий МБДОУ № 276 О.В.Мурзина

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

	Приє	м пищи		1	7
	Наименование блюд	Масса по	рции в	Ккал	
		грамі	мах		
	завтрак 8.30-9.00	сад	ясли	сад	ясли
1	Биточки рыбные	80	60	179,5	134,6
2	Картофель отварной с маслом	130	110	137,5	114.62
3	Хлеб пшеничный формовой	40	30	96,80	72,60
4	Масло сливочное (порциями)	5	5	37,4	37.4
5	Чай с сахаром	200	180	28.03	24.49
	ототи	455	385	479,23	383,71
	второй завтрак 10.30-11.00				
1	Фрукты свежие	100	95	44	42
	ототи	100	95	44,00	42,00
	обед 12.00-13.00				
1	Суп картофельный вегетарианский	200	150	74.7	56.7
2	Гуляш из отварной говядины	80	60	190,69	158,1
3	Макаронные изделия отварные	130	110	194,9	172,42
4	Икра кабачковая (промышленного пр.)	50	40	49	39,2
5	Хлеб ржаной	50	40	121	96.8
6	Компот из смеси сухофруктов	180	150	57.81	48.74
	итого	690	550	688,10	571,96
	полдник 15.30-16.00				
1	Крендель сахарный	70	60	229,06	196.2
2	Кисломолочный напиток	180	150	95,4	79.5
	ототи	250	210	324,46	275,70
	ужин 18.30-19.00				
1	Каша рисовая молочная жидкая	200	150	210,13	157.6
2	Яйцо вареное	49	49	76.84	76.84
3	Хлеб пшеничный формовой	40	30	96,80	72.60
4	Какао с молоком	200	180	83.68	74,18
	итого	489	409	467,45	381,22
	итого педелый день	1984	1649	2003,2	1654,6

Меню приготавливаемых блюд на 28.07.2023

День 5. Пятница

Неделя первая

Рацион: Детсад МБДОУ №276 Возрастная категория: 1-3, 3-7 лет Сезон: лето-осень

УТВЕРЖДАЮ Заведующий МБДОУ № 276 Десер.В.Мурзина

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

	Прием пи	іщи		13.00	5 4 4 /
Наименование блюд		Масса порции в граммах		Ккал	
	завтрак 8.30-9.00	сад	ясли	сад	ясли
1	Запеканка рисовая с творогом, с соусом молочным сладким	170	150	226,48	219,
2	Хлеб пшеничный йодированный	30	20	72,6	48
3	Масло сливочное (порциями)	5	5	37,4	3
4	Кофейный напиток с молоком	200	180	88	77
	олоти	405	355	424,5	382
	второй завтрак 10.30-11.00				
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные витаминизированные	180	150	101,93	
	олоти	180	150	101,93	
	обед 12.00-13.00				
1	Свекольник	200	150	138,23	117
2	Жаркое по-домашнему	200	150	378,08	303
3	Овощи свежие (порциями) помидоры	50	40	5,5	-
4	Хлеб ржаной	50	40	121	9
5	Напиток витаминизированный	180	150	54	
	олоти	680	530	696,8	56
	полдник 15.30-16.00				
	Фрукты свежие	100	95	44	
1	Печенье	25	25	118,8	11
2	Кисломолочный напиток	180	150	95,4	7
	итого	305	270	258,2	24
	ужин 18.30-19.00				
1	Каша пшенная молочная жидкая	200	180	233,8	21
2	Хлеб пшеничный йодированный	50	40	121	9
4	Чай с сахаром	200	180	28,03	24
	олоти	450	400	382,83	331,
	ИТОГО за целий день	2020	1705	1864,3	1591

Меню приготавливаемых блюд на 31.07.2023

День 6. Понедельник Рацион: Детсад МБДОУ №276

Возрастная категория: 1-3, 3-7 лет

Неделя вторая

Сезон: лето-осень

УТВЕРЖДАЮ Заведующий МБДОУ № 276

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

	Прием	1 пищи		1082/	13336
	Наименование блюд	Масса по		MEDIK	кал
		грам		1 1 nm 27	h loss
	завтрак 8.30-9.00	сад	ясли	сад	ясли
1	Яйцо вареное	49	49	76,84	76,84
2	Капуста тушеная	120	100	101,7	87,47
3	Хлеб пшеничный йодированный	30	20	72,6	48,4
4	Масло сливочное (порциями)	5	5	37,4	37,4
5	Сыр полутвердый (порциями)	13	9	47,19	32,67
6	Чай с сахаром	200	180	28,03	24,49
	итого	417	363	363,8	307,3
	второй завтрак 10.30-11.00				
1	Фрукты свежие	100	95	44	42
	итого	100	95	44	42
	обед 12.00-13.00				
1	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	150	101,92	75,86
2	Птица тушенная	80	60	322,3	282
3	Пюре картофельное	130	110	128,65	111,91
4	Овощи свежие (порциями) помидоры	50	40	5,5	4,4
5	Хлеб ржаной	50	40	121	96,8
6	Компот из смеси сухофруктов	180	150	57,81	48,74
	олоти	690	550	737,2	619,7
	полдник 15.30-16.00				
1	Ватрушка с творожным фаршем	80	60	206,88	156,24
2	Кисломолочный напиток	180	150	95,4	79,5
	отого	260	210	302,3	235,7
	ужин 18.30-19.00				
1	Каша "Дружба"	200	180	137,9	100,11
2	Хлеб пшеничный йодированный	50	40	121	96,8
4	Молоко кипяченое	200	180	104	93,6
	итого	450	400	362,9	290,51
	итого за целый день	1917	1618	1810,1	1495,2