

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА
ДЕТСКИЙ САД №37 МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ АБИНСКИЙ РАЙОН

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий
МБДОУ ЦРР-
детский сад №37

приказ № 2 от 31.05.2021 г.



А.А.Белова

**МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
НА ЛЕТНЕ-ОСЕННИЙ ПЕРИОД**

для возрастных категорий от 1 года до 3-х лет и от 3-х до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Брутто		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
						Белки		Жиры		Углеводы				
		Неделя 1	День 2	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
завтрак:	Каша геркулесовая молочная			150	200	4,60	9,30	4,35	7,50	19,40	36,20	155,20	205,40	96 алгоритм
	молоко	130	150											
	крупа геркулесовая	15	17											
	сахар	4	5											
	вода	20	50											
	масло сливочное	3	4											
	Хлеб пшеничный с маслом			20/5	25/5	1,60	2,40	4,60	4,60	9,90	14,90	87,00	111,00	1 сб. рец.
	хлеб пшеничный	20	25											
	масло сливочное	5	5											
	Кофейный напиток на молоке			180	200	4,52	4,83	3,91	4,18	17,04	19,11	122,40	134,44	57 азб. пит.
	кофейный напиток	1,8	2,25											
	молоко	130	150											
	сахар	5	6											
вода	50	50												
итого за завтрак:			355,00	430,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
второй завтрак:	Фрукты свежие	102	105	102	105	0,41	0,42	0,41	0,42	10,00	10,30	48,00	49,00	847 сб. рец.
обед:	Суп с мясными фрикадельками			150/15	180/20	4,06	7,32	6,49	8,41	8,60	8,80	127,00	162,00	209 сб. рец.
	картофель:													
	01.09 - 31.10	60	70											
	31.10 - 31.12	66	76											
	31.12 - 28.02	70	80											
	29.02 - 01.09	80	90											
	морковь	12	15											
	лук	12	15											
	зелень	2	3											
	мясо	25	30											
	яйцо	3	3											
	вода	130	150											
	масло растительное	3	4											
Суфле из субпродуктов			60	80	12,06	16,08	4,14	5,52	1,68	2,24	91,80	122,40	52 рецептура	

	Оладьи из мяса птицы			60	70	11,40	13,23	11,61	13,41	1,50	1,85	191,00	216,21	72 орг. дет. пит.	
	мясо птицы	80	100												
	сметана	8	12												
	лук	10	12												
	яйцо	6	6												
	крахмал	7	10												
	масло растительное	3	5												
	Рагу из овощей			120	150	2,83	3,64	6,45	8,50	15,49	24,09	115,97	152,82	103 орг. дет. пит.	
обед:	картофель:														
	01.09 - 31.10	80	100												
	31.10 - 31.12	85	105												
	31.12 - 28.02	100	120												
	29.02 - 01.09	110	130												
	капуста свежая	20	30												
	морковь	10	12												
	лук	10	12												
	томат-паста	10	12												
	перец болгарский	6	10												
	кабачки/баклажаны	60	70												
	масло сливочное	2	2												
	масло растительное	3	4												
	Компот из свежих фруктов			150	180	0,16	0,18	0,16	0,18	11,90	14,40	51,00	61,00	90 алгоритм	
	фрукты свежие	35	45												
	сахар	5	6												
	вода	150	180												
Хлеб пшеничный	20	27	20	27	1,52	2,05	0,16	0,22	9,80	13,30	47,00	63,00	120 алгоритм		
Хлеб ржаной	28	35	28	35	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм		
итого за обед:			528	662	30,33	34,62	21,06	29,14	69,99	91,14	600,97	714,03			
пол-дник:	Каша гречневая молочная			150	200	5,30	6,40	2,80	2,90	26,70	37,20	152,10	203,42	679 сб. рец.	
	крупа гречневая	15	17												
	молоко	130	150												
	вода	20	50												
	сахар	4	5												
	масло сливочное	3	4												
	Хлеб пшеничный	15	20	15	20	1,14	1,52	0,12	0,16	7,35	9,80	35,25	47,00	120 алгоритм	
Какао на молоке			180	200	3,36	3,41	2,84	3,01	14,88	16,00	99,60	101,11	89 алгоритм		

	какао порошок	1,2	1,5											
	молоко	130	150											
	вода	50	50											
	сахар	5	6											
итого за пол-дник:				345	440	9,80	11,33	5,76	6,07	48,93	63,00	286,95	351,53	
	Соль йодированная	2,25	3,75	2,25	3,75									
Итого за день:				1241,3	1650,75	##### #	#### #	##### #	#### #	##### #	##### #	#####	#####	

	повидло	20	30											
	Кофейный напиток на молоке			180	200	4,52	4,83	3,91	4,18	17,04	19,11	122,40	134,44	57 азб. пит.
	кофейный напиток	1,8	2,25											
	молоко	130	150											
	сахар	5	6											
	вода	50	50											
итого за полдник:				240	270	14,89	17,71	9,31	10,66	39,44	44,81	275,10	332,11	
	Соль йодированная	2,25	3,75	2,25	3,75									
Итого за день:				1307,2 5	1573,7 5	##### #	##### #	##### #	#### #	##### #	##### #	##### #	##### #	

	сахар	6	7											
	вода	180	200											
	Фрукты свежие	102	105	102	105	0,41	0,42	0,41	0,42	10,00	10,30	48,00	49,00	847 сб. рец.
итого за полдник:				332	375	6,66	8,40	7,09	9,43	59,65	64,62	210,30	270,13	
	Соль йодированная	2,25	3,75	2,25	3,75									
Итого за день:				1413	1730,8	49,90	56,27	43,56	57,15	204,27	234,24	1307,16	1532,20	
Среднее значение за период:				13103	16006	31,5	40,5	35,2	45	152	195	1050	1350	