

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

УТВЕРЖДАЮ



Заведующий
МБДОУ ЦРР

детского сада № 37

ЦРР

детский

сад

приказ № 188 от 29.10.2021 г.

А.А. Белова

приказ № 188 от 29.10.2021 г.

**МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
НА ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД**

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

обед:	морковь	10	12											
	лук	10	12											
	огурцы соленые	12	15											
	томат-паста	5	6											
	зелень	2	3											
	масло сливочное	2	2											
	масло растительное	1	1											
	мясо	15	16											
	вода	130	150											
	Плов с мясом			160	180	13,08	18,40	19,17	26,58	27,43	39,70	185,00	302,35	88 алгоритм
мясо	75	85												
рис	30	40												
обед:	морковь	12	15											
	лук	10	12											
	масло сливочное	2	3											
	масло растительное	2	2											
	вода	50	75											
	Салат из квашенной капусты и зеленым горошком			40	60	1,11	1,48	2,32	2,47	4,30	5,70	41,00	48,00	152 орг.дет.пит.
	капуста квашеная	30	50											
	зеленый горошек	15	20											
	лук	5	6											
	масло растительное	2	2											
	Компот из сухофруктов			150	180	0,20	0,40	0,00	0,00	17,70	20,40	64,80	80,50	92 алгоритм
	сухофрукты	11	13											
	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:						19,28	26,89	26,66	35,66	86,83	113,40	530,90	728,85	
полдник:	Булочка "Витьба"			60	70	6,00	7,00	5,20	7,82	29,12	32,60	174,00	202,00	134 азб. шт.
	мука пшеничная	41	48											
	молоко	15	20											
	яйцо	6	6											
	сахар	4	5											
	дрожжи	0,7	0,9											
	масло сливочное	2	2											
	масло растительное	1	1											
	Молоко кипяченое	150	180	150	180	3,77	4,35	3,25	3,75	6,20	7,20	70,00	81,00	89 алгоритм
итого за полдник:						9,77	11,35	8,45	11,57	35,32	39,80	244,00	283,00	
	Соль йодированная	2,25	3,75	2,25	3,75									
Итого за день:						39,00	52,17	51,51	69,99	182,58	236,37	1237,76	1555,66	

полдник:	рис	5	7											
	яйцо	10	10											
	молоко	10	20											
	сахар	4	5											
	масло сливочное	2	3											
	сметана	20	20											
	Молочный продукт	150	180	150	180	3,77	4,35	3,25	3,75	6,20	7,20	70,00	81,00	89 алгоритм
итого за полдник:					19,77	25,25	16,27	19,75	27,30	33,60	254,00	296,60		
	Соль йодированная	2,25	3,75	2,25	3,75									
Итого за день:					54,40	74,12	45,03	55,65	152,31	195,79	1196,97	1438,84		

полдник:	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 полдник:					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:					53,11	63,00	46,42	59,86	157,09	198,53	1293,92	1550,02		

полдник:	яйцо	7	7											
	сахар	2	3											
	дрожжи	0,8	0,9											
	масло сливочное	2	2											
	масло растительное	2	3											
	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:					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:					42,12	55,81	48,02	63,24	190,91	226,47	1210,81	1481,90		

	лук	12	15											
	томат-паста	5	6											
	зелень	2	3											
	сметана	8	12											
	масло сливочное	2	2											
	масло растительное	3	3											
	вода на бульон	130	150											
	Жаркое по-домашнему			140	160	13,53	16,36	14,34	16,66	20,30	24,90	200,00	301,00	590 сб. рец.
	мясо	65	71											
	картофель:													
	01.09 - 31.10	180	200											
	31.10 - 31.12	185	205											
	31.12 - 28.02	190	220											
	29.02 - 01.09	210	230											
	морковь	12	15											
	лук	12	15											
	масло сливочное	3	4											
	масло растительное	3	3											
обед:	Салат из соленых огурцов или соленых помидоров			40	60	0,40	0,60	2,00	2,10	1,00	1,60	25,00	28,00	116 алгоритм
	огурцы соленые или помидоры соленые	40	60											
	лук	7	10											
	масло растительное	2	3											
	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:						21,42	28,14	22,58	27,37	71,60	89,80	511,00	701,00	

полдник:	Запеканка творожная со сгущенным молоком			120/10	130/20	13,69	17,84	11,45	14,31	17,20	24,80	207,00	258,00	42 азб. пит.
	творог	75	95											
	крупа манная	5	7											
	яйцо	10	10											
	сахар	4	5											
	молоко	10	20											
	масло сливочное	1	2											
	сгущенное молоко	10	20											
	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											
	сахар	5	6											
	молоко	130	150											
вода	50	50												
итого за полдник:						17,05	21,25	14,29	17,32	32,08	40,80	306,60	359,11	
	Соль йодированная	2,25	3,75	2,25	3,75									
Итого за день:						45,69	58,37	48,36	56,78	156,38	196,73	1155,60	1510,67	

	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:						16,59	22,86	15,03	18,71	103,80	131,90	553,90	689,16	
	Булочка с "посыпкой"			60	70	5,00	5,73	5,38	6,80	22,20	26,20	145,00	189,00	85 орг. дет. пит.
	мука пшеничная	41	48											
	молоко	15	20											
	яйцо	5	5											
	сахар	4	5											
	дрожжи	0,7	0,9											
	масло сливочное	2	2											
	масло растительное	1	1											
	Молочный продукт	150	180	150	180	3,77	4,35	3,25	3,75	6,20	7,20	70,00	81,00	89 алгоритм
итого за полдник:						8,77	10,08	8,63	10,55	28,40	33,40	215,00	270,00	
	Соль йодированная	2,25	3,75	2,25	3,75									
Итого за день:						38,36	50,04	39,44	48,33	169,54	207,84	1162,15	1410,07	

обед:	зелень	2	3											
	масло сливочное	2	3											
	масло растительное	2	3											
	вода	130	180											
	клецки:													
	мука пшеничная	10	12											
	яйцо	3	3											
	вода	10	15											
	Голубцы ленивые со сметанным соусом			150/30	180/30	10,41	15,30	14,30	18,60	13,90	22,30	265,00	296,00	14 азб. пит.
	мясо	65	70											
рис	6	8												
обед:	капуста свежая	180	200											
	лук	8	12											
	морковь	8	12											
	томат-паста	10	12											
	масло растительное	2	2											
	для соуса:													
	сметана	13	13											
	мука пшеничная	2	3											
	масло сливочное	2	2											
	вода	20	20											
	Овощи порционные			40	60	0,27	0,38	0,03	0,05	0,57	0,84	4,57	6,00	42 орг. дет. пит.
	огурцы соленые или помидоры соленые	40	60											
	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:					17,13	24,45	19,97	27,93	67,97	91,64	531,57	643,00		

полдник:	Сырники из творога со сгущенным молоком			110/20	120/30	18,66	23,65	10,93	13,48	18,30	23,35	182,10	239,20	463 сб. рец.
	творог	100	110											
	мука пшеничная	13	15											
	яйцо	5	5											
	сахар	4	5											
	масло растительное	2	2											
	сгущенное молоко	20	30											
	Молоко кипяченое	150	180	150	180	3,77	4,35	3,25	3,75	6,20	7,20	70,00	81,00	89 алгоритм
итого за полдник:					22,43	28,00	14,18	17,23	24,50	30,55	252,10	320,20		
	Соль йодированная	2,25	3,75	2,25	3,75									
Итого за день:					44,97	62,17	44,96	57,08	152,97	195,92	1141,67	1414,03		

	зелень	2	3											
	масло сливочное	2	2											
	масло растительное	2	3											
	рис	6	8											
	вода	130	180											
	Шницель из мяса птицы запеченный			60	70	10,50	12,83	10,53	11,95	3,30	3,80	115,00	118,00	50 орг. дет. пит.
	мясо птицы	85	102											
	лук	10	12											
	хлеб пшеничный	5	7											
	масло растительное	3	4											
	Каша гречневая			110	130	2,40	3,57	2,98	3,71	20,00	22,00	113,70	117,63	113 рецептура
	крупа гречневая	30	40											
	вода	60	70											
	масло сливочное	2	3											
	Овощи порционные			40	60	0,27	0,38	0,03	0,05	0,57	0,84	4,57	6,00	42 орг. дет. пит
	огурцы соленые или помидоры соленые	40	60											
	Компот из сухофруктов			150	180	0,20	0,40	0,00	0,00	17,70	20,40	64,80	80,50	92 алгоритм
	сухофрукты	11	13											
	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:						20,74	28,04	24,61	30,12	68,17	81,39	590,13	666,96	

	Яйцо отварное	40	40	40	40	2,08	2,08	2,60	2,60	0,21	0,21	43,00	43,00	77 рецептура
	Икра кабачковая	40	60	40	60	0,72	1,08	3,56	5,34	3,12	4,68	48,00	72,00	119 сб. рец.
	Хлеб ржаной	20	30	20	30	1,12	1,68	0,22	0,33	9,90	10,90	46,00	56,00	121 алгоритм
	Сок фруктовый	150	180	150	180	0,75	0,90	0,15	0,90	20,12	23,95	100,25	115,50	437 кар. блюд
	Кондитерское изделие	20	50	20	50	4,35	6,25	4,98	6,68	20,60	37,65	56,40	114,30	120 алгоритм
итого за полдник:						9,02	11,99	11,51	15,85	53,95	77,39	293,65	400,80	
	Соль йодированная	2,25	3,75	2,25	3,75									
Итого за день:						40,19	53,98	50,87	64,77	181,96	231,39	1268,18	1565,20	

	масло сливочное	1	2											
	масло растительное	2	3											
	вода	150	200											
	Рыба по-Польски			60	80	17,01	22,50	9,52	11,88	3,90	5,20	135,70	216,00	503 сб. рец.
	рыба свежемороженая	80	90											
	яйцо	30	30											
	молоко	10	20											
	масло сливочное	2	2											
	масло растительное	1	2											
	лук	12	15											
	Икра свекольная			110	130	0,89	1,21	3,50	4,82	4,90	6,60	50,00	54,00	380 карт. блюд
	свекла	130	160											
	лук	10	12											
	томат-паста	6	10											
	чеснок	1	2											
	масло сливочное	1	2											
	масло растительное	1	2											
	Компот из сухофруктов			150	180	0,20	0,40	0,00	0,00	17,70	20,40	64,80	80,50	92 алгоритм
	сухофрукты	11	13											
	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:						25,61	33,60	16,00	22,51	64,30	80,50	490,50	648,50	

полдник:	Булочка молочная			60	70	7,20	7,50	5,52	6,78	31,33	36,55	168,40	185,80	84 рецептура
	мука пшеничная	41	48											
	молоко	15	20											
	яйцо	6	6											
	сахар	4	5											
	дрожжи	0,8	0,9											
	масло растительное	1	2											
	масло сливочное	2	2											
	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:						11,72	12,33	9,43	10,96	48,37	55,66	290,80	320,24	
	Соль йодированная	2,25	3,75	2,25	3,75									
Итого за день:						42,83	55,73	35,93	45,07	173,27	209,69	1151,30	1430,40	

	вода	130	180												
	Биточки мясные, запеченные в соусе томатном			50/10	60/20	10,36	11,35	13,00	15,81	6,00	6,30	174,00	203,00	84 алгоритм	
	мясо	70	80												
	лук	8	10												
	хлеб пшеничный	5	10												
	масло растительное	3	3												
	для соуса:														
	морковь	5	5												
	лук	8	9												
	томат-паста	4	5												
	масло растительное	1	1												
	Картофельное пюре			120	150	3,86	3,95	4,20	4,43	22,32	24,80	144,00	147,00	694 сб. рец.	
	картофель:														
	01.09 - 31.10	140	180												
	31.10 - 31.12	145	185												
	31.12 - 28.02	160	200												
	29.02 - 01.09	170	210												
	молоко	20	30												
	масло сливочное	3	4												
	Салат из свеклы с зеленым			40	60	0,60	0,80	2,10	2,12	3,80	5,10	37,00	53,00	152	
	свекла	30	50												
	лук	7	10												
	зеленый горошек	15	20												
	масло растительное	2	3												
	Компот из сухофруктов			150	180	0,20	0,40	0,00	0,00	17,70	20,40	64,80	80,50	92 алгоритм	
	сухофрукты	11	13												
	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:						30,96	34,07	22,14	29,41	90,92	106,40	662,80	767,50		

полдник:	Кондитерское изделие	50	70	50	70	6,25	7,98	6,68	9,01	37,65	40,99	114,30	167,80	120 алгоритм
	Чай с сахаром			180	200	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	13,33	48,00	53,33	56 азб. пит.
	чай заварка	0,45	0,55											
	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					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:					49,99	56,69	43,58	56,18	206,27	237,24	1315,16	1546,20		
Среднее значение за					45,066	58,208	45,412	57,695	172,328	213,597	1213,352	1490,299		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575775

Владелец Белова Алина Александровна

Действителен с 30.03.2022 по 30.03.2023