

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение -
детский сад комбинированного вида № 582

620077, г. Екатеринбург, ул. Антона Валека, 12 а, тел.:(343)358-11-11,
e-mail: mdou 582_2010@mail.ru

Утверждаю

Заведующий МБДОУ № 582

И.В. Ноговицына

Приказ № 64-22-02 от 01.06.2022



ПРИМЕРНОЕ ЛЕТНЕЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ- детский сад
комбинированного вида № 582

И.В. Ноговицына

Приказ № 64-22-01 от 01.06.2022.

Первый день (ясли)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак: 8.00-08.30	Каша молочная ассорти (рис. пшено с маслом слив.	150	4,4	4,9	21,6	151,1		4.16/4
	Батон с маслом слив.	28	1,97	4,38	12,6	100,41		7.н035/3
	Кофейный напиток с молоком	150	1,84	1,88	7,78	61,42		7.354/4
10 ч:	Сок 0,2	100	0,50	0,10	10,1	46,0		7.033/2
	Итого		8,71	11,26	52,08	358,93		
Обед: 12.00-12.30	Салат из морской капусты и моркови с яйцом и раст.маслом	30	0,7	4,6	2,1	50,74		4.19/1
	Суп крестьянский с крупой и сметаной	150	0,01	0,027	0,056	46,35		7.264
	Котлета из говядины	60	10,2	9,4	3,1	184,60		7.163
	Капуста тушеная	100	1,95	3,21	9,29	72,51		7.н76с
	Компот из сухофруктов	150	0,3	0,00	14,5	53,7	7,5	7.115
	Хлеб ржаной	15	1,3	0,3	8,4	32,6		7.н003-1
	Хлеб пшеничный	20	2	0,2	11,69	54,0		7.144
	Итого		16,3	17,73	44,10	494,50		
Полдник: 15.00-15.30	Пудинг из творога	80	11,69	16,78	21,58	249,68		4.17/5
	Джем	10	0,04	0,00	6,95	26,5		7.1/1/9
	Зефир	25	0,24	0,00	23,55	106,4		7.79/5/3
	Кисель Витошка	150	0,01	0,00	7,96	35,00		4.17/10
	Итого		11,98	16,78	60,04	417,58		
	Итого		36,99	45,77	156,22	1271,01		

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ - детский сад

комбинированного вида № 582

В.Ноговицына

Приказ №

02.02 от 01.06.2022

Первый день (сад)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак: 8.00-08.30	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом слив.	200	4.94	6.44	24.2	218.76		4.16/4
	Батон с маслом слив.	33	2.37	6.17	15.12	127.10		7.н035/3
	Кофейный напиток с молоком	180	3.14	3.21	9.5	77.80		4.13/10
10 ч:	Сок фруктовый	100	0,50	0,10	10,10	46,00		7.031/1
Итого			9.65	14.59	57.20	469.66		
Обед: 12.00-12.30	Салат из морской капусты с морковкой и яйцом с раст. маслом	60	2,25	15,18	6,92	101.48		7.19/1
	Суп крестьянский с крупой и сметаной	200	0,01	0,027	0,056	46,35		7.264
	Биштекс рубленый паровой	80	21,0	19,17	0,37	286,43		4.13/8
	Капуста тушеная	150	1,95	3,21	9,29	72,51		7.н76с
	Компот из сухофруктов	200	0,14	0,00	9,47	38,90	5,0	7.115
	Хлеб ржаной	20	3,3	0,54	8,4	36,2		8.104
	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,26	16,68	67,17		8.103
Итого			31.29	38.39	51.19	649.04		
Полдник: 15.00—15.30	Пудинг из творога	100	11,69	16,78	21,58	312,18		4.17/5
	Джем	15	0,04	0,00	6,95	26,50		7.1/1/9
	Зефир	35	0,24	0,00	23,55	106,4		8.106
	Кисель Витошка	200	0,01	0,00	7,96	35,00		4.17/10
	Итого		11.98	16.78	60.04	480.00		
Итого			52.92	69.78	168.43	1598.70		

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ - детский сад

комбинированного вида № 582

И.В. Ноговицына

Приказ №

61-22-01 от 01.06.2022

Второй день (ясли)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак: 8.00-8.30	Каша ячневая молочная с маслом слив.	150	2,27	3,34	10,95	150,00		7.043
	Батон с маслом ,с сыром	36	1,62	0,75	14,28	100,41		7.189
	Какао с молоком	150	3,42	3,44	16,7	120,79		4.14/10
10 ч:	Сок 0.2	100	0,5	0,1	10,1	46,00		7.033/2
	Итого		7,81	7,63	52,03	417,2		
Обед: 12.00-12.30	Салат из свежих огурцов с раст.маслом	40	0,4	2,0	2,2	23,5		7.14/1/4
	Борщ на мясном бульоне со сметаной	150	7,01	7,09	12,86	122,39		7.н39с/2 7.2/4/4
	Гуляш из отварного мяса	60	9,05	9,88	2,9	131,25		7.190-1
	Макаронные изд.отварные	120	3,93	2,32	27,28	126,35		7.н151-2
	Компот из кураги и изюма	180	0,16	0	9,63	39,52	7.5	4.4/10
	Хлеб ржаной	15	1,3	0,3	8,4	32,6		7.н003-1
	Хлеб пшеничный	20	2	0,2	11,69	54,0		7.144
	Итого		23,45	27,21	83,33	600,33		
Полдник: 15.00-15.30	Кнели рыбные паровые	60	14,01	7,6	4,57	146,3		7.н039/1
	Пряник	25	4,8	2,8	7,72	82,5		7.209
	Чай с лимоном	150	0,02	0	6,02	21,46		7.087
	Итого		18,83	45,24	43,68	250,26		
Итого за 2 день			50,09	47	183	1267,79		

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ - детский сад
комбинированного вида № 582

И.В. Ноговицына

Приказ № 68-22-02 от 01.06.2022

Второй день (сад)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак: 08.00-08.30	Каша ячневая молочная с маслом слив.	200	5.97	5.26	30.73	201.10		7.043
	Батон с маслом ,с сыром	45	4.74	8.37	15.12	158.66		7.027
	Какао с молоком	180	4.35	4.75	15.87	126.66		4.14/10
10 ч:	Сок фруктовый	100	0,50	0,10	10,10	46,0		7.031-1
	Итого		11.86	16.56	52.04	532.42		
Обед: 12.00-12.30	Салат из свежих огурцов с раст.маслом	50	0,44	2,99	1,38	35,24		7.14/1/4
	Борщ на мясном бульоне со сметаной	200	7.01	7.09	12.86	147.59		7.2/2/4
	Гуляш из отварного мяса	100	9,05	9,88	2,9	151,5		7.12/8/3
	Макаронные изд.отварные	150	3,93	2,32	27,28	154,75		7.н151-2
	Компот из кураги и изюма	200	0.16	0	9.63	39.52	7.5	4.4/10
	Хлеб ржаной	20	3.3	0.54	9.47	36.2		8.104
	Хлеб пшеничный	30	25.64	0.26	16.68	67.17		8.103
	Итого		50.47	27.51	89.39	631.98		
Полдник: 15.00-15.30	Кнели рыбные паровые	80	14,01	7,6	4,57	186.3		4.10/7
	Пряник	25	4,8	2,8	77,72	82.5		7.209
	Чай с лимоном	200	0,02	0	6,02	25.46		7.087
	Итого		18.83	10,4	88.31	294.26		
Итого за 2 день			81.16	54.47	229.74	1458,65		

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ - детский сад
комбинированного вида № 582
И.В. Ноговицына

Приказ № 64-22-02 от 01.06.2022

Третий день (ясли)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак:8.00-8.30	Каша манная молочная с маслом	150	3,93	4,1	21,32	133,14		4.5/4
	Батон с маслом ,с сыром	36	3	5.1	13.6	100.41		7.189
	Чай с молоком	150	3,91	4,25	10,63	94,78		7.118
10 ч:	Свежие фрукты	100	0,35	0,35	10,38	39,6		7.346
	Итого		11,19	13,8	55,93	367,93		
Обед:12.00-12.30	Салат из отварной свеклы с соленным огурцом и раст.маслом	30	0,31	1,36	2,3	28,27		7.23/1/1
	Рассольник Ленинградский со сметаной	150	1,7	2,53	10,01	110,31		7.165/1
	Ленивые голубцы с мясом гов. и рисом	130	15,16	10,40	10,48	261,89		7.31/8/2
	Напиток из шиповника	150	0,24	0	10,91	45,00	7.5	4.15/10
	Хлеб ржаной	15	1,3	0,3	8,4	32,60		7.н003-1
	Хлеб пшеничный	20	2	0,2	13	54,00		7.144
	Итого		20,71	14,79	55,10	532,07		
Полдник:15.00-15.30	Морковь тушенная с рисом и черносливом	100	1,37	1,95	14,26	68,46		7.81с
	Ватрушка с повидлом	60	3,9	4,8	16,4	198,36		4.79/3
	Напиток Валитек	150	0,00	0,00	6,39	28,24		4.18/10
	Итого		7,7	10,1	37,2	295,06		
Итого за 3 день			39,6	38,69	148,23	1195,06		



УТВЕРЖАЮ
Заведующий МБДОУ - детский сад
комбинированного вида № 582
И.В.Ноговицына
Приказ № 62-22-ОД от 01.06.2022

Третий день (сад)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак: 8.00-8.30	Каша манная молочная с маслом	200	4,78	4,58	25,58	165,01		7.5/4/4
	Батон с маслом ,с сыром	45	4,74	8,37	15,12	158,66		7.357/4
	Чай с молоком	180	4,34	4,72	11,81	105,31		7.118
10 ч:	Свежие фрукты	100	0,35	0,35	10,38	39,6		7.346
	Итого		9,6	14,17	45,56	468,58		
Обед:12.00-12.30	Салат из отварной свеклы с соленным огурцом раст.маслом	50	0,62	3,72	4,49	55,37		7.23/1/1
	Рассольник Ленинградский со сметаной	200	1,95	3,48	11,21	146,88		7.165-1
	Ленивые голубцы	180	17,06	11,7	11,79	223,2		8.31/8
	Напиток из шиповника	180	0,24	0	10,91	45,00	7.5	4.15/10
	Хлеб ржаной	20	3,3	0,54	9,47	36,2		8,104
	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,26	16,68	67,17		8,103
	Итого		25,81	15,98	64,55	690,27		
Полдник:15.00-15.30	Морковь тушенная с рисом и черносливом	150	1,37	2,5	16,55	92,78		7.81с
	Ватрушка с повидлом	80	6,19	3,28	47,93	248,43		7.150
	Напиток Валитек	200	0,00	0,00	8,59	36,5		4.18/10
	Итого		7,56	5,78	73,07	377,71		
Итого за 3 день			51,54	54,32	270,17	1536,56		

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ- детский сад

комбинированного вида № 582

И.В.Ноговицына

Приказ № 64-22-04 от 02.06

Четвертый день (ясли)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак:08.00-08.30	Каша пшениная молоч. со слив.маслом	150	2.68	3.23	11.54	170.82		4.14/4
	Батон масло,сыр	36	1.62	0.75	16.7	100.41		7.189
	Какао с молоком	150	3.42	3.44	14.28	120.00		4.14/10
10 ч:	Свежие фрукты	100	0.5	0.5	14.5	39.6		4.19/10
	Итого		8,22	7,92	53,84	430,83		
Обед:12.00-12.30	Суп лапша на курином бульоне	150	1.76	3.06	12.17	112,20		4.20/2
	Суфле из мяса кур(паровое)	50	10.5	13.57	2.27	231,35		7.8/9
	Рис,припущенный с овощами	100	2.9	6.1	23.3	166.8		7.179
	Салат из свежих помидор с раст. маслом	40	0,41	1,4	1,95	18,73		7.15/1/4
	Компот из сухофруктов	150	0.4	0	16.4	67.5	3,5	7.115/1
	Хлеб ржаной	20	2	0.4	12.5	32,6		7.н003-1
	Хлеб пшеничный	15	0.8	0.1	11,69	54,00		7.144
	Итого		19,13	23,33	80,60	683,18		
Полдник:15.00-15.30	Рыба с овощами в омлете	80	10,44	3,39	2,4	134,46		7.н0
	Чай с молоком	150	2,8	2,83	10,4	63,44		4.11/10
	Хлеб пшеничный	20	2	0,2	11,69	54,00		7.050
	Итого		15,24	6,42	24,49	251,90		
Итого за 4 день			42,59	37,67	158,93	1365,91		

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ- детский сад
комбинированного вида № 582
И.В.Ноговицына
Приказ № 68-ПД-ОД от 01.06.2022

Четвертый день (сад)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак:8.00-8.30	Каша пшеничная молоч. со слив.маслом	200	4,8	5,81	14,13	227,76		4.11/4
	Батон масло,сыр	45	4,74	4,72	15,12	158.66		7.027
	Кофейный напиток с молоком	180	1,84	1,88	7,78	61,42		4.13/10
10 ч:	Свежие фрукты	110	0,35	0,35	10,38	39,6		4/19/10
	Итого		11,73	12,76	47,41	487,44		
Обед:12.00-12.30	Суп лапша на курином бульоне	200	1,76	3,06	12,17	88,95		4.20/2
	Суфле из мяса кур(паровое)	80	16,9	17,43	3,61	278.72		7.8/9
	Рис,,припущенный с овощами	130	2,95	5,73	23,38	185,50		7.179
	Салат из свежих помидор с раст. маслом	60	0,61	2,1	2,9	28,09		7.15/1/4
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,04	17,1	77.82	7.5	7.115/1
	Хлеб ржаной	20	3,3	0,54	9,47	36,2		7.002
	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,26	16,68	67,17		8.103/1
	Итого		28,35	27,10	83,31	762,45		
Полдник:15.00-15.30	Рыба с овощами в омлете	130	12,88	6,67	2,4	153,37		7.н016/3
	Чай с молоком	180	3,4	3,65	13,7	87.10		7.118/1
	Хлеб пшеничный	20	2	0,2	11,69	54,0		7.144
	Итого		23,88	11,21	66,20	294,47		
	Итого		63,96	51,07	196,92	1544,36		
Итого за 4 день								

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ- детский сад
комбинированного вида № 582

И.В.Ноговицына

Приказ № 64-22-ОД от 01.06.202

Пятый день (ясли)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак:08.00-08.30	Каша рисовая молочная с маслом слив.	150	3,2	5	16,9	135,97		4.11/4 7.16/2
	Батон с маслом слив/сыр	36	1,62	0,75	16,7	113,99		7.189
	Чай с молоком ,с сахаром	150	2,4	2,5	10,7	73,4		7.12/10/4
10 ч:	Сок0,2	100	0,5	0,10	10,1	46,0		4.19/10
	Итого		7,72	3,35	54,40	369,36		
Обед:12.00-12.30	Салат из белокочан.капусты с кукурузой, луком и раст.маслом	30	0,52	2,05	4,09	31,3		4.4/1
	Щи из свежей капусты со сметаной	150	1,36	1,88	3,58	110,44		4.6/2
	Азу	180	11,7	10,82	17,8	228,72		7.152
	Компот из чернослива и изюма	150	0,28	0	12,10	78,56	7,5	7.5/10
	Хлеб ржаной	20	2,0	0,4	12,5	32,6		7.н003-1
	Хлеб пшеничный	15	2,0	0,2	13,00	54,0		7.144
	Итого		18,22	17,74	63,60	566,82		
Полдник:15.00-15.30	Лапшевник с творогом	80	8,02	17,6	12,5	186,34		7.121
	Молко сгущенное	12	1,6	0,57	9,5	36,80		7.144
	Биойогурт	125	3,0	3,0	17,9	95,6		7.050
	Итого		12,62	21,17	39,9	318,74		
	Итого		38,56	42,26	157,90	1254,92		
Итого за 5 день								

УТВЕРЖДАЮ



Заведующий И.В. Ноговицына

Комбинированного вида № 582

И.В. Ноговицына

Приказ № 6

22-02 от 01.06.2024

Пятый день (сад)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак: 8.00-8.30	Каша рисовая молочная с маслом слив.	200	5.36	6.46	23.08	154,62		7.162
	Батон с маслом слив. сыр.	45	4.74	4.72	15.12	158.66		7.н035/3
	Какао с молоком	180	4.35	4.75	15.87	126.66		8.14/10
10 ч:	Сок фруктовый	100	0.50	0.10	10.1	46.00		7.031/1
Итого			14,95	16,03	64,17	485,94		
Обед: 12.00-12.30	Салат из белокочан .капусты с кукурузой, луком и раст. маслом	50	0,9	3,4	6,8	52,2		4/4/1
	Щи из свежей капусты со сметаной	200	1,65	3,08	6,57	128,54		4.6/2
	Азу	230	14.9	13.8	22.8	267.7		7:152
	Компот из чернослива и изюма	200	0,34	0	23,42	96,38	7.5	7.5/10
	Хлеб ржаной	20	3,3	0,54	9,47	36,2		8.104
	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,26	16,68	67,17		8.103
Итого			24,05	26,56	88,1	648,19		
Полдник: 15.00-15.30	Лапшевник с творогом	150	19,00	23,90	25,00	205,00		7.121
	Молоко сгущенное	15	1,9	0,85	5,44	49,15		7.004
	Биойогурт	150	3,00	3,00	19,00	113,00		7.050
Итого			23,9	27,75	49,44	367,15		
Итого за 5 день			62,9	70,34	201,71	1501,28		

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБПОУ - детский сад
комбинированного вида № 582
И.В. Ноговицына

Приказ № 64 от 01.06.2022

Шестой день (ясли)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак: 08.00-08.30	Каша геркулесовая молочная с маслом	150	3.66	4.81	18.3	177,2		4.8/4
	Батон масло.	28	1,97	4,38	12,6	100,41		7.н035/3
	Чай с сахаром	150	0	0	8.9	33.3		7.354/4
10 ч:	Сок 0.2	100	0,5	0,10	10,1	46,00		7.033/2
	Итого		6.13	9.29	49.9	356.91		
Обед: 12.00-12.30	Салат из белокочан. капусты с морковью и раст.маслом	40	0,6	1,4	4,05	24,9		7.5/1/4
	Борщ со сметаной	150	1,1	3,1	5,9	50,3		7.2/2/4
	Запеканка картофельная с печенью	180	15.7	17.9	17.3	289.1		7.82p/1
	Компот из сухофруктов	150	0,4	0.03	12.8	50.3	7.5	7.115/1
	Соус молочный	20	0,5	1,0	1,4	16,4		
	Хлеб ржаной	20	1.3	0,3	8.4	32,6		7.н003-1
	Хлеб пшеничный	15	2	0,2	1,3	54		7.144
	Итого		21.4	25.23	50.00	517.60		
Полдник: 15.00-15.30	Рагу из овощей	100	2,06	4	11,00	83,3		7.180-2
	Булочка творожная	60	6,58	8,36	22,36	234,52		4.79/3
	Напиток из шиповника	150	0,12	0	7,96	36,00		4.15/10
	Итого	300	8.76	12.36	41.32	353.82		
Итого за 6 день		1296	36,29	46,88	141,22	1228,33		

УТВЕРЖДАЮ



Заведующий МБДОУ- детский сад
комбинированного вида № 582
И.В.Ноговицына
Приказ № 64-22-ОД от 01.06.2022

Шестой день (сад)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак:08.00-08.30	Каша геркулесовая молочная с маслом	200	5.3	7,14	23.14	182,14		4,8/4
	Батон масло,	33	2.37	6,17	15,12	127,1		7.н035/3
	Чай с сахаром	200	0	0	11.8	44.3		7.354/4
10 ч:	Сок	100	0.50	0.10	10,1	46,00		7.031
	Итого		8.17	13,41	70.5	399,54		
Обед:12.00-12.30	Салат из белокочан. капусты с морковью и раст.маслом	50	0,95	2,1	6,08	37,4		7.5/1/4
	Рассольник со сметаной	200	1,5	4,18	7,18	75,74		4.9/2
	Запеканка картофельная с печенью	230	20,1	22,8	22,1	369,4		7.82p/1
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,04	17,1	77,82	7.5	7.115/1
	Хлеб ржаной	20	3,3	0,54	9,47	36,2		7.002
	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,26	16,68	67,17		8.103/1
	Итого		28,64	32,22	78.8	663,73		
Полдник:15.00-15.30	Рагу из овощей	130	3.14	5.06	21.78	133.08		7/180-2
	Булочка творожная	80	8,35	10,88	27,55	266,61		7.2/12/1
	Напиток из шиповника	180	0,24	0	10,91	45,00		4.15/10
	Итого		11,73	15,94	71.5	444,69		
Итого за 6 день			61.3	61,57	220,80	1507,96		

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ- детский сад
комбинированного вида № 582
И.В.Ноговицына
Приказ № 64 от 01.06.2022

Седьмой день (ясли)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак:08.00-08.30	Суп молочный с лапшой	150	3,5	4,5	11,3	98,3		7.н132
	Батон с маслом и сыром	36	3	5.1	13.6	100,41		7.189
	Какао с молоком	150	3,42	3,44	16,7	120,79		4.14/10
10 ч:	Сок 0,2	100	0,5	0,1	10,1	46,00		7.033/2
	Итого		10,42	13,14	51,70	365,40		
Обед:12.00-12.30	Салат из отварной свеклы с соленным огурцом и раст. маслом.	30	0,62	3,72	4,49	49,84		7.133
	Суп рыбный с крупой	150	5.1	1.7	8.3	84.4		7.423
	Кнели мясные паровые	60	13,37	11,76	25,73	257,22		4.27/8
	Макаронные изделия отварные с овощами	110	3,92	2,33	27,28	154,72		7.н151-8
	Компот из сухофруктов и шиповника	150	0,3	0	14	51,6	7.5	8.7/10
	Хлеб ржаной	15	1,3	0,3	8,4	32,6		7.н003-1
	Хлеб пшеничный	20	2	0,2	11,69	54,00		7.144
	Итого		26,61	20,01	99,89	684,38		
Полдник:15.00-15.30	Омлет с картофелем запеченный	110	8,35	7,57	12,77	149,47		7.181
	Хлеб пшеничный	15	1,15	0,13	7,5	31,18		7.050
	Чай с молоком с сахаром	150	1,19	1,28	10,1	60,66		7.118
	Итого		10,69	8,98	30,37	241,31		
Итого за 7 день			47,72	42,13	181,96	1291,09		

УТВЕРЖАЮ

Заведующий МОУ - детский сад
Комбинированного вида № 582
Т.В. Ноговицына

Приказ № 64-22-02 от 01.06.2022

Седьмой день (сад)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак: 08.00-08.30	Суп молочный с лапшой и с маслом	200	5,29	5,96	15,6	137,69		7.132
	Батон масло, с сыром	45	4.74	8,37	15,12	158,66		7.027
	Какао с молоком	180	4,35	4,75	15,87	126,66		4.14/10
10 ч:	Сок фруктовый	100	0.50	0.10	10,10	46,0		7.031
	Итого		14.4	18,5	66	537,60		
Обед: 12.00-12.30	Салат из белокочанной капусты с огурцом и раст. маслом	50	1.24	7,44	8,98	110,74		7.204
	Суп рыбный с крупой	200	6.83	2.32	10,4	110,10		7.423
	Шницель из говядины	80	13.7	12.5	4.74	184,6		7.234
	Каша перловая или гречневая	150	2,8	4	12,3	84,7		7.076-4,10/4
	Компот из кураги и изюма	180	0.4	0	18,7	68,8	7.5	7.4/10/4
	Хлеб ржаной	30	2	0,4	12,5	49		7.002/1
	Хлеб пшеничный	20	1.5	0.2	10	41,6		7.050
	Итого	710	28.4	19.6	75.8	572,00		
Полдник: 15.00-15.30	Омлет с картофелем запеченный	130	8,35	7,57	12,77	149,47		7.4/6/6
	Хлеб пшеничный	15	1,15	0,13	7,5	31,18		7.144
	Чай с молоком с сахаром	180	3.4	3.65	13.7	105,31		7.118
	Итого	270	9.6	10.4	44.4	285,96		
Итого за 7 день		1585	52.4	48.5	186	1395,56		

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ - детский сад
комбинированного вида № 582
И.В.Ноговицина

Приказ №

Восьмой день (ясли)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита мин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак: 08.00-08.30	Каша кукурузная молочная с маслом	150	3,2	5,0	16,9	123,20		7.095
	Кофейный напиток с молоком	150	1,84	1,88	7,78	61,42		7.н035/3
10 ч:	Батон с маслом, с сыром	36	3	5,1	13,6	100,41		7.189
	Свежие фрукты	100	0,5	0,5	14,5	39,6		4.19/10
	Итого		8,54	12,48	52,78	324,63		4.19/10
Обед: 12.00-12.30	Суп овощей с сметаной	150	1,17	4,09	7,18	98,58		4.14/2
	Бигус с мясом	180	9,1	8,7	13,1	196,6		7.061
	Салат из морской капусты и моркови с яйцом и раст. маслом	40	0,96	3,82	1,65	103,28		4.19,1
	Напиток из шиповника	150	0,32	0,00	15,8	63,4	7,5	7.15/10/4
	Хлеб ржаной	15	2,0	0,4	12,5	32,6		7.н003-1
	Хлеб пшеничный	20	0,8	0,1	11,69	54,00		7.144
Полдник: 15.00-15.30	Итого		14,35	17,11	61,92	548,46		
	Запеканка из творога с изюмом	120	15,3	19,2	20	312,0		4.11/5
	Сгущенное молоко для запеканок	15	1,1	1,3	8,6	44,2		7.004
	Кондитерские изделия	20	2,08	1,04	15,36	91,6		7.015/1
	Чай с лимоном	150	0,03	0	9,03	34,4		7.087
Итого за 8 день			41,40	51,13	167,69	1355,29		

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ - детский сад
комбинированного вида № 582

И.В. Ноговицына

Приказ № 64-22-ОД от 01.06.2022



Восьмой день (сад)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак:08.00-08.30	Каша кукурузная молочная с маслом	200	4.22	6.66	22,5	164,3		7.095
	Кофейный напиток с молоком	200	3,14	3,21	9,5	77,80		4.13/10
	Батон с маслом, с сыром	45	4.74	8,37	15,12	158,66		7.357/4
10 ч:	Свежие фрукты	100	0.35	0.35	10,38	39,6		7.346
	Итого		12,45	18,59	57,5	440,36		
Обед:12.00-12.30	Суп из крестьянский с сметаной	200	1,56	5,46	9,58	100,32		7.264
	Бигус с мясом	230	11.7	11.1	16.7	236,3		7.061
	Салат из свежих огурцов .с раст. маслом	50	1,12	7,6	3,5	128,,57		7.14/1/4
	Напиток из шиповника	200	0,42	0.00	20,7	77,00	7.5	7.15/10/4
	Хлеб ржаной	20	3,3	0,54	9,47	36,2		8.104
	Хлеб пшеничный	30	25,64	0.26	16,68	67,17		8.103
	Итого		43,74	24,96	76,63	645,56		
Полдник:	Запеканка из творога с изюмом	150	19.2	23,9	25,0	390		4.11/5
	Сгущенное молоко для запеканок	20	1.5	1.7	11.5	59		7.351
	Чай с лимоном	200	0.04	0	12.04	45.8		7.087
	Кондитерские изделия	20	2,08	1,04	15,36	91,6		8.106
	Итого		22,82	2,74	63,90	586,40		
Итого за 8 день			79,01	46,29	198,03	1672,32		

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ - детский сад
комбинированного вида № 582
И.В. Ноговицина

Приказ № 64-22-02 от 01.06.2022

Девятый день (ясли)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак: 08.00-08.30	Каша молочная ассорти(пшенично-кукурузная)	150	1,89	2,67	11,36	144,7		4.39/4
	Батон с повидлом (джем)	50	2,6	1	26,32	118,33		7.035/8
	Чай с лимоном	150	0.03	0	6.8	34,4		7.087
10 ч:	Свежие фрукты	100	0.5	0.5	14.5	60,7		4.19/10
	Итого		5,02	4,72	58,98	358,13		
Обед: 12.00-12.30	Суп из овощей со сметаной	150	6.24	1.7	17.6	103.5		4.14/2
	Плов из мяса куры	180	14.5	13.6	22.3	260,00		4.4/9
	Салат из свежих помидор с раст. маслом	40	0,41	0,1	8,7	18,7		7.375
	Компот из сухофруктов и шиповника	150	0.3	0	14.5	39,8	7.5	7.375
	Хлеб ржаной	15	1.3	0.3	8.4	32.6		7.н003-2
	Хлеб пшеничный	20	2,0	0,2	11,69	54,00		7.144
	Итого		25,44	15,9	83,19	508,60		
Полдник: 15.00-15.30	Рыба тушеная с овощами	100	10.69	4.38	1.87	143,58		7.47/1
	Хлеб пшеничный	15	1.1	0.14	7.52	54,0		7.144
	Снежок	125	3.4	4.1	14.1	122,7		7.082
	Итого		15,19	8,62	23,49	320,28		
Итого за 9 день			45,65	29,24	165,66	1187,01		

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ- детский сад
комбинированного вида № 582

И.В. Ноговицина

Приказ № 64-22-02 от 01.06.2022

Девятый день (сад)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак:08.00-08.30	Каша молочная ассорти (пшенично –кукурузная)	200	2,75	3,19	14,32	155,39		7.19/4/4
	Батон с повидлом (джем)	50	2,6	1,00	26,32	118,33		7.035/8
	Чай с сахаром	180	0.03	0	9,03	34,4		7.354/4
10 ч:	Свежие фрукты	100	0.5	0.5	14,5	60,7		4.19/10
	Итого		5,88	4,69	64,17	368,82		
Обед:12.00-12.30	Суп овощнойна курином бульоне со сметаной	200	8.34	2.2	23.4	138.1		7.044с-2
	Плов из мяса куры	230	17.4	16.3	26.7	311.7		4.4/9
	Салат из свежих помидор с раст. маслом	50	1,2	0,2	9,3	28,1		7.15/1/4
	Компот из сухофруктов и шиповника	200	0.2	0	9,68	39,8	7.5	7.7/10/2
	Хлеб ржаной	20	3,3	0,54	9,47	36,2		7н003-1
	Хлеб пшеничный	30	2,64	0.26	16,68	67,17		8.101
	Итого		33,08	19,5	95,23	621,07		
Полдник:	Рыба тушеная с овощами	100	12,88	6,67	2,4	153,37		7.4//7/1
	Хлеб пшеничный	20	2	0.2	11,69	54,00		7.144
	Снежок	180	4.7	5.7	19.7	134.7		7.082
	Итого		19,58	12,57	33,79	342,07		
Итого за 9 день			58,54	36,76	193,19	1331,96		

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ- детский сад
комбинированного вида № 582
И.В. Ноговицына

Приказ № 64-42-02 от 01.06.2022
№ 582

Десятый день (ясли)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак:08.00-08.30	Каша гречневая молочная с маслом	150	3.93	4.1	21.32	133.14		4.5/4
	Батон с маслом /сыр	36	3	5.1	13.6	100,41		7.189
	Чай с молоком	150	2.01	2.01	12.5	76.2		7.118
10 ч:	Свежие фрукты	100	0.5	0.5	14.5	60,7		4.19/10
	Итого		9,44	11,71	61,92	370,45		
Обед:	Салат из свежих огурцов с раст. маслом	40	0.6	1.4	4.05	15,7		7.25/1/3
	Свекольник со сметаной	150	2.4	3	17.5	102.1		7.5/2/4
	Печень в молочном соусе	80	12.4	14,84	16.1	208,16		7.2/2/4
	Картофельное пюре	110	2.4	3,00	17,5	102,10	7.5	7.64с
	Компот из кураги	150	0,38	0,00	14,04	51,62		4.18/8
	Хлеб ржаной	15	1.3	0.3	8.4	32.6		7.н003-1
	Хлеб пшеничный	20	2,0	0.2	13,0	54,0		7.144
	Итого		21,48	22,74	90,59	566,28		
Полдник:	Яйцо с зеленым горошком	40	4.4	7.33	20.2	162.8		7.6/12/5
	Пудинг маннй с яблоками	80	3.5	4	14.1	105.6		7.79/5/1
	Напиток Валитек	150	0,00	0,00	6,39	28,24		4.18/10
			7,9	11,33	40,69	296,64		
	Итого		38,82	45,78	193,2	1233,37		
Итого за 10 день								

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575796

Владелец Ноговицына Ирина Владимировна

Действителен с 30.06.2022 по 30.06.2023