

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «  
Детский сад № 447 г. Челябинска»

454084, г. Челябинск, ул. Калинина, 2 «А», т. 791-98-81, mdoukalin447@mail.ru

Утверждаю: \_\_\_\_\_

Заведующий МБДОУ

«ДС № 447г. Челябинска»

Е.В. Шумилова



# Меню – раскладка

## Для детей

### От 3-х до 7 лет

(04.12.2023 – 29.02.2024)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша гречневая вязкая	180	4,45	4,79	20,06	141,03	86/1
	Икра кабачковая " Ароматная"	50	0,95		3,85	19,20	328/1
	Батон с маслом и сыром	42	4,93	6,68	20,63	162,30	337/1
	Чай с сахаром	180			14,99	59,95	263/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>452</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>60</b>	<b>382</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	
	Печенье	20	1,28	3,36	13,70	90,16	
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>170</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>20</b>	<b>175</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Салат из морской капусты с яйцом	60	1,88	3,46	0,08	38,99	/1
	Щи с мясом и с/см	200	10,73	14,20	10,66	213,30	56/1
	Горошница	150	13,61	4,57	28,45	209,34	356/1
	Котлета "Затейники" из свинины	80	1,12	2,13	7,28	52,75	161/1
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	
	Хлеб ржаной	50	2,75	0,50	16,05	79,70	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,25		14,98	60,93	241/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>750</b>	<b>33</b>	<b>25</b>	<b>92</b>	<b>726</b>	
<b>УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИ</b>							
	Омлет натуральный	140	7,90	9,28	5,02	135,17	110/1
	Салат из зеленого горошка с луком	50	1,77	5,12	3,91	68,68	332/1
	Коржик молочный	70	4,82	5,28	42,49	236,77	279/1
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,46	35,60	
	Какао	180	4,13	3,25	13,30	98,95	248/1
	<b>ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>455</b>	<b>20</b>	<b>23</b>	<b>72</b>	<b>575</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>	<b>1827</b>	<b>68</b>	<b>68</b>	<b>244</b>	<b>1859</b>	
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Запеканка из творога	130	16,54	12,65	18,55	254,18	117/1
	Батон с маслом и сыром	42	4,93	6,68	20,63	162,30	337/1
	Молоко сгущ. 8,5%	20	1,42	1,00	11,04	58,84	
	Чай с молоком	180	3,36	3,00	12,65	91,01	261/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>372</b>	<b>26</b>	<b>23</b>	<b>63</b>	<b>566</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>ОБЕД</b>							
	Салат картофельный с фасолью	60	2,35	3,55	12,30	90,48	37/0
	Рассольник с мясом и сметаной	200	2,89	6,94	20,48	155,83	32/1
	Картофельное пюре	150	3,50	5,06	22,62	149,96	206/1
	Оладьи из печени	80	13,15	6,24	6,98	136,63	404/1
	Соус сметанный	20	0,38	2,24	1,06	25,87	226/1
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	
	Хлеб ржаной	50	2,75	0,50	16,05	79,70	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,25		7,00	28,99	241/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>770</b>	<b>28</b>	<b>25</b>	<b>101</b>	<b>739</b>	
<b>УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИ</b>							
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	Каша пшенная молочная	180	6,85	7,62	30,65	218,52	340/1
	Вафли	20	0,56	0,66	15,46	70,02	
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Мандарин	120	0,96	0,24	9,00	42,00	
	Какао	180	4,13	3,25	13,30	98,95	248/1
	<b>ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>521</b>	<b>19</b>	<b>17</b>	<b>79</b>	<b>540</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ</b>	<b>1813</b>	<b>77</b>	<b>68</b>	<b>259</b>	<b>1960</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3</b>						
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша рисовая молочная	180	5,50	6,93	32,90	215,91	342/1
	Батон с маслом и сыром	42	4,93	6,68	20,63	162,30	337/1
	Кофейный напиток с молоком	180	3,78	3,39	13,25	98,64	253/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>402</b>	<b>14</b>	<b>17</b>	<b>67</b>	<b>477</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	Сок	150	0,75		15,15	63,60	
	Печенье	20	1,28	3,36	13,70	90,16	
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>170</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>29</b>	<b>154</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Винегрет	60	1,01	2,10	5,15	43,41	1/1
	Суп с курицей с клецками	200	2,41	4,97	13,93	109,94	56/2
	Макаронные изделия отварные	150	4,36	4,11	27,91	166,01	194/1
	Биточки куриные	80	13,79	11,65	7,36	189,42	161/1
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	
	Хлеб ржаной	45	2,48	0,45	14,45	71,73	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,25		14,98	60,93	241/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>745</b>	<b>27</b>	<b>24</b>	<b>99</b>	<b>713</b>	
<b>УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИ</b>							

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Свекла тушеная с/см	140	2,09	3,01	12,62	85,82	414/1
	Котлеты рыбные	80	13,02	4,48	5,01	112,37	134/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Булочка "Домашняя"	70	4,26	5,85	32,12	198,17	276/1
	Чай с сахаром	180			14,99	59,95	263/1
	Яблоки	120	0,48		11,76	48,96	
	<b>ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>610</b>	<b>21</b>	<b>14</b>	<b>86</b>	<b>553</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ</b>	<b>1927</b>	<b>64</b>	<b>57</b>	<b>281</b>	<b>1896</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4</b>						
ЗАВТРАК							
	Каша "Здоровье"	200	5,83	7,95	27,51	204,85	390/1
	Батон с маслом и сыром	42	4,18	6,39	15,49	136,13	337/1
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	Чай с молоком	180	3,36	3,00	12,65	91,01	261/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>423</b>	<b>18</b>	<b>22</b>	<b>56</b>	<b>495</b>	
10 ЧАСОВ							
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	Вафли	20	0,56	0,66	15,46	70,02	
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>170</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>32</b>	<b>185</b>	
ОБЕД							
	Салат из свеклы с чесноком "	60	0,80	2,01	4,75	40,24	22/1
	Объединение"						
	Борщ с мясом и с/см	200	5,28	7,01	14,13	140,64	27/1
	Азу по - татарски со свиной	180	3,12	2,59	25,36	137,11	НРТ 36/
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	
	Хлеб ржаной	50	2,75	0,50	16,05	79,70	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,25		7,00	28,99	241/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>700</b>	<b>14</b>	<b>12</b>	<b>82</b>	<b>498</b>	
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИ							
	Лакомка из творога	130	27,15	19,26	31,79	409,06	345/1
	Повидло	20	0,08		13,00	52,32	
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Чай с молоком	180	3,36	3,00	12,65	91,01	261/1
	Яблоки	100	0,40		9,80	40,80	
	<b>ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>450</b>	<b>33</b>	<b>22</b>	<b>77</b>	<b>641</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ</b>	<b>1743</b>	<b>70</b>	<b>61</b>	<b>247</b>	<b>1818</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5</b>						
ЗАВТРАК							
	Каша манная молочная	180	6,20	6,83	28,60	200,61	88/1

Утверждаю:  
Заведующий

Е. В. Шумилова

**Менюготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "Детский сад № 447 г. Чел

Приложение №12

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Батон с маслом и сыром	42	4,93	6,68	20,63	162,30	337/1
	Кофейный напиток с молоком	180	3,78	3,39	16,24	110,62	253/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>402</b>	<b>15</b>	<b>17</b>	<b>65</b>	<b>474</b>	
10 ЧАСОВ							
	Сок	150	0,75		15,15	63,60	
	Печенье	20	1,28	3,36	13,70	90,16	
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>170</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>29</b>	<b>154</b>	
ОБЕД							
	Салат Пикантный	60	2,87	5,35	1,26	64,55	РТ 1/0
	Суп с курицей и бобовыми	200	9,80	6,03	23,72	188,35	36/1
	Картофельное пюре	150	3,50	5,06	22,62	149,96	206/1
	Биточки куриные	80	13,79	11,65	7,36	189,42	161/1
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	
	Хлеб ржаной	50	2,75	0,50	16,05	79,70	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,25		14,98	60,93	241/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>750</b>	<b>35</b>	<b>29</b>	<b>101</b>	<b>804</b>	
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИ							
	Рыба припущенная с овощами	80	0,25	3,03	1,44	33,99	406/1
	Каша пшенная	130	6,62	6,96	38,00	241,03	189/1
	Ватрушка с творогом	70	9,50	6,06	31,62	218,93	289/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Чай с сахаром	180			14,99	59,95	263/1
	Яблоки	100	0,40		9,80	40,80	
	<b>ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>580</b>	<b>18</b>	<b>16</b>	<b>106</b>	<b>642</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ</b>	<b>1902</b>	<b>70</b>	<b>65</b>	<b>301</b>	<b>2074</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1</b>						
ЗАВТРАК							
	Каша "Геркулес" молочная	180	7,09	8,49	29,24	221,67	339/1
	Батон с маслом	35	3,04	4,79	20,63	137,73	387/1
	Чай с сахаром	180			14,99	59,95	263/1
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>396</b>	<b>15</b>	<b>18</b>	<b>65</b>	<b>482</b>	
10 ЧАСОВ							
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	Печенье	20	1,28	3,36	13,70	90,16	
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>170</b>	<b>5</b>	<b>7</b>	<b>30</b>	<b>205</b>	
ОБЕД							
	Салат из зеленого горошка с луком	50	1,77	5,12	3,91	68,68	332/1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Суп овощной с свининой и с/см	200	2,41	4,95	13,77	109,20	398/1
	Голубцы ленивые	160	13,90	17,44	15,46	274,31	150/1
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	
	Хлеб ржаной	50	2,75	0,50	16,05	79,70	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,25		7,00	28,99	241/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>670</b>	<b>23</b>	<b>28</b>	<b>71</b>	<b>632</b>	
УСИЛЕННЫЙ	ПОЛДНИ						
	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,30	6,05	19,04	151,78	44/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Пирожок с яйцом печеный	70	8,01	8,53	41,14	273,27	473/1
	Сок	200	1,00		20,20	84,80	
	<b>ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>490</b>	<b>16</b>	<b>15</b>	<b>90</b>	<b>557</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>	<b>1726</b>	<b>60</b>	<b>68</b>	<b>256</b>	<b>1876</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2</b>						
ЗАВТРАК							
	Каша пшеничная молочная	180	6,85	7,02	31,07	214,80	341/1
	Батон с маслом и сыром	42	4,93	6,68	20,63	162,30	337/1
	Кофейный напиток с молоком	180	3,78	3,39	16,24	110,62	253/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>402</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>68</b>	<b>488</b>	
10 ЧАСОВ							
	Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>150</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>85</b>	
ОБЕД							
	Салат из морской капусты с яйцом	60	1,88	3,46	0,08	38,99	/1
	Свекольник с свининой и с/см	200	2,29	4,93	15,57	115,70	34/1
	Картофельное пюре	150	3,50	5,06	22,62	149,96	206/1
	Печень по строгановски *	80	12,11	4,03	8,22	117,43	162/1
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	
	Хлеб ржаной	50	2,75	0,50	16,05	79,70	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,25		14,98	60,93	241/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>750</b>	<b>25</b>	<b>18</b>	<b>92</b>	<b>634</b>	
УСИЛЕННЫЙ	ПОЛДНИ						
	Рыба, припущенная в молоке	80	14,66	8,26	2,97	144,79	137/1
	Рагу из овощей	150	3,64	9,08	19,80	175,25	77/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Вафли	20	0,56	0,66	15,46	70,02	

Утверждаю:  
Заведующий

Е.В. Шумилова

**Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "Детский сад № 447 г. Чел

Приложение №12

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Чай с молоком	180	3,36	3,00	12,65	91,01	261/1
	Мандарин	120	0,96	0,24	9,00	42,00	
	<b>ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>570</b>	<b>25</b>	<b>21</b>	<b>70</b>	<b>571</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ</b>	<b>1872</b>	<b>70</b>	<b>62</b>	<b>236</b>	<b>1777</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3</b>						
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша молочная "Дружба"	180	6,75	7,44	35,10	234,30	84/1
	Батон с маслом и сыром	42	4,93	6,68	20,63	162,30	337/1
	Какао	180	4,13	3,25	21,28	130,89	248/1
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>403</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>77</b>	<b>590</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>150</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>16</b>	<b>115</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Салат из квашеной капусты	60	0,90	2,05	1,50	28,03	/1
	Суп с свиной. с зел.гор.и	200	7,16	3,69	25,11	162,27	36/1
	с/см						
	Макаронные изделия отварные	150	4,36	4,11	27,91	166,01	194/1
	Гуляш из свинины	80	12,81	12,54	0,90	167,61	152/1
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	
	Хлеб ржаной	50	2,75	0,50	16,05	79,70	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,25		14,98	60,93	241/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>750</b>	<b>31</b>	<b>23</b>	<b>101</b>	<b>736</b>	
<b>УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИ</b>							
	Сырники из творога	130	16,96	12,46	21,73	266,79	129/1
	Молоко сгущ.8,5%	20	1,42	1,00	11,04	58,84	
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Печенье	20	1,28	3,36	13,70	90,16	
	Сок	200	1,00		20,20	84,80	
	Яблоки	120	0,48		11,76	48,96	
	<b>ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>510</b>	<b>23</b>	<b>17</b>	<b>88</b>	<b>597</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ</b>	<b>1813</b>	<b>78</b>	<b>66</b>	<b>283</b>	<b>2038</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4</b>						
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша манная молочная	180	6,20	6,83	28,60	200,61	88/1
	Батон с маслом и сыром	42	4,93	6,68	20,63	162,30	337/1
	Кофейный напиток с молоком	180	3,78	3,39	16,24	110,62	253/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>402</b>	<b>15</b>	<b>17</b>	<b>65</b>	<b>474</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
10 ЧАСОВ							
	Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	
	Вафли	20	0,56	0,66	15,46	70,02	
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>170</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>21</b>	<b>155</b>	
ОБЕД							
	Салат овощной	60	1,15	3,15	5,69	55,51	23/1
	Суп вермешелевый с птицей	200	2,49	4,91	14,13	110,58	27/1
	Тефтели из кур с рисом (ежики) с соусом	150	16,58	18,35	21,99	319,35	174/1
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	
	Хлеб ржаной	50	2,75	0,50	16,05	79,70	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,25		14,98	60,93	241/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>670</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>88</b>	<b>697</b>	
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИ							
	Салат из тушеной моркови	60	0,69	3,05	3,76	45,26	213/1
	Рыба, запеченная в омлете	140	11,59	6,16	2,53	111,92	138/1
	Пирожок с капустой	80	6,88	6,80	39,22	245,51	294/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Чай с молоком	180	3,36	3,00	12,65	91,01	261/1
	Яблоки	100	0,40		9,80	40,80	
	<b>ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>580</b>	<b>24</b>	<b>19</b>	<b>78</b>	<b>582</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ</b>	<b>1822</b>	<b>70</b>	<b>69</b>	<b>253</b>	<b>1907</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5</b>						
ЗАВТРАК							
	Суп молочный с крупой	200	5,81	6,43	18,59	155,34	43/1
	Батон с маслом и сыром	42	4,93	6,68	20,63	162,30	337/1
	Чай с молоком	180	3,36	3,00	15,64	102,99	261/1
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>423</b>	<b>19</b>	<b>21</b>	<b>55</b>	<b>483</b>	
10 ЧАСОВ							
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>150</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>16</b>	<b>115</b>	
ОБЕД							
	Салат Пикантный	60	2,87	5,35	1,26	64,55	РТ 1/0
	Суп картофельный с курицей с гречками	200	4,43	5,47	16,80	134,13	369/1
	Бигус с курицей	200	26,78	25,68	10,50	380,11	401/1
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	
	Хлеб ржаной	50	2,75	0,50	16,05	79,70	

Утверждаю:  
Заведующий

Е. В. Шуилова

**Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "Детский сад № 447 г. Чел

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,25		7,00	28,99	241/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>720</b>	<b>39</b>	<b>37</b>	<b>67</b>	<b>759</b>	
УСИЛЕННЫЙ	ПОЛДНИ						
	Запеканка из творога	130	19,36	13,94	23,81	298,12	117/1
	Молоко сгущ. 8,5%	20	1,42	1,00	11,04	58,84	
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Печенье	20	1,28	3,36	13,70	90,16	
	Какао	180	4,13	3,25	13,30	98,95	248/1
	Яблоки	120	0,48		11,76	48,96	
	<b>ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>490</b>	<b>28</b>	<b>22</b>	<b>84</b>	<b>642</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ</b>	<b>1783</b>	<b>91</b>	<b>83</b>	<b>221</b>	<b>1999</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 1</b>						
ЗАВТРАК							
	Макаронные изделия отварные	130	4,36	4,11	27,91	166,01	194/1
	Икра кабачковая "Ароматная"	50	0,95		3,85	19,20	328/1
	Чай с сахаром	180			14,99	59,95	263/1
	Батон с маслом и сыром	42	3,90	5,39	15,47	126,01	337/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>402</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>62</b>	<b>371</b>	
10 ЧАСОВ							
	Сок	150	0,75		15,15	63,60	
	Печенье	20	1,28	3,36	13,70	90,16	
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>170</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>29</b>	<b>154</b>	
ОБЕД							
	Салат из кукурузы	60		3,00		26,97	332/1
	Суп овощной с свининой и с/см	200	2,41	4,95	13,77	109,20	398/1
	Гречка отварная с маслом	150	5,08	4,95	22,91	156,45	186/1
	Котлета "Затейники" из свинины	80	1,12	2,13	7,28	52,75	161/1
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	
	Хлеб ржаной	50	2,75	0,50	16,05	79,70	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,25		7,00	28,99	241/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>750</b>	<b>14</b>	<b>16</b>	<b>82</b>	<b>525</b>	
УСИЛЕННЫЙ	ПОЛДНИ						
	Салат из тушеной моркови	60	0,62	3,05	3,41	43,53	213/1
	Омлет натуральный	150	7,90	9,28	5,02	135,17	110/1
	Коржик молочный	70	4,82	5,28	42,49	236,77	279/1
	Чай с молоком	180	3,36	3,00	12,65	91,01	261/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	<b>ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>480</b>	<b>18</b>	<b>21</b>	<b>74</b>	<b>554</b>	

Утверждаю:  
Заведующий

Е. В. Шумилова

**Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "Детский сад № 447 г. Чел

Приложение №12

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>	<b>1802</b>	<b>43</b>	<b>49</b>	<b>247</b>	<b>1604</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 2</b>						
ЗАВТРАК							
	Каша рисовая молочная	180	5,50	6,93	32,90	215,91	342/1
	Батон с маслом и сыром	42	4,93	6,68	20,63	162,30	337/1
	Кофейный напиток с молоком	180	3,78	3,39	16,24	110,62	253/1
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>403</b>	<b>19</b>	<b>22</b>	<b>70</b>	<b>552</b>	
10 ЧАСОВ							
	Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>150</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>85</b>	
ОБЕД							
	Салат картофельный с фасолью	60	2,35	3,55	12,30	90,48	37/0
	Суп картофельный с курицей с гренками	200	4,43	5,47	16,80	134,13	369/1
	Суфле из кур паровое	80					183/1
	Свекла тушеная с/см	140	2,09	3,01	12,62	85,82	414/1
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	
	Хлеб ржаной	50	2,75	0,50	16,05	79,70	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,25		14,98	60,93	241/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>740</b>	<b>14</b>	<b>13</b>	<b>88</b>	<b>522</b>	
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИ							
	Запеканка из творога	120	18,60	13,68	18,75	272,46	117/1
	Молоко сгущ. 8,5%	15	1,07	0,75	8,28	44,13	
	Печенье	20	1,28	3,36	13,70	90,16	
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Чай с молоком	180	3,36	3,00	12,65	91,01	261/1
	Мандарин	120	0,96	0,24	9,00	42,00	
	<b>ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>475</b>	<b>27</b>	<b>21</b>	<b>72</b>	<b>587</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ</b>	<b>1768</b>	<b>65</b>	<b>60</b>	<b>236</b>	<b>1746</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 3</b>						
ЗАВТРАК							
	Каша "Геркулес" молочная	200	7,09	8,49	29,24	221,67	339/1
	Батон с маслом и сыром	42	4,93	6,68	20,63	162,30	337/1
	Какао	180	4,13	3,25	21,28	130,89	248/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>422</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	<b>71</b>	<b>515</b>	
10 ЧАСОВ							
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>150</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>16</b>	<b>115</b>	

Утверждаю:  
Заведующий

Е. В. Шумилова

**Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "Детский сад № 447 г. Чел

Приложение №12

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>ОБЕД</b>							
	Морковь тушеная	60	0,84	3,07	4,59	49,28	70/1
	Суп картофельный с рыбой консервированной	200	13,78	12,91	15,72	234,15	369/1
	Суфле из печени	80	14,46	11,27	6,45	184,90	360/1
	Картофельное пюре	150	3,50	5,06	22,62	149,96	206/1
	Соус сметанный	20	0,38	2,24	1,06	25,87	226/1
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	
	Хлеб ржаной	45	2,48	0,45	14,45	71,73	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,25		14,98	60,93	241/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>765</b>	<b>38</b>	<b>35</b>	<b>95</b>	<b>848</b>	
<b>УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИ</b>							
	Салат из кукурузы	60		3,00		26,97	332/1
	Рыба припущенная с овощами	80	0,31	3,04	1,73	35,37	406/1
	Гречка отварная с маслом	130	5,08	4,95	22,91	156,45	186/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Пирожок с картошкой	80	7,01	6,64	44,10	264,15	294/1
	Яблоки	120	0,48		11,76	48,96	
	<b>ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>490</b>	<b>14</b>	<b>18</b>	<b>90</b>	<b>579</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ</b>	<b>1827</b>	<b>73</b>	<b>75</b>	<b>273</b>	<b>2057</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 4</b>						
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша пшеничная молочная	180	6,85	7,62	30,65	218,52	340/1
	Батон с маслом и сыром	42	4,93	6,68	20,63	162,30	337/1
	Чай с молоком	180	3,36	3,00	15,64	102,99	261/1
	Яйцо отварное	1					327/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>403</b>	<b>15</b>	<b>17</b>	<b>67</b>	<b>484</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>150</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>85</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Винегрет овощной	60	0,84	6,09	4,66	76,75	1/1
	Суп картофельный с клецками	200	3,92	4,19	22,79	144,42	37/1
	Бигус с курицей	180	26,78	25,68	10,50	380,11	401/1
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	
	Хлеб ржаной	50	2,75	0,50	16,05	79,70	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,25		7,00	28,99	241/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>700</b>	<b>37</b>	<b>37</b>	<b>76</b>	<b>781</b>	
<b>УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИ</b>							

Утверждаю:  
Заведующий

Е.В. Шумилова

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "Детский сад № 447 г. Чел

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Огурец соленый порционный	50	0,40	0,05	0,85	5,45	330/1
	Запеканка картофельная с мясом	150	4,77	5,47	30,07	188,54	157/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Печенье	20	1,28	3,36	13,70	90,16	
	Яблоки	100	0,40		9,80	40,80	
	<b>ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>520</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>64</b>	<b>372</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ</b>	<b>1773</b>	<b>65</b>	<b>68</b>	<b>213</b>	<b>1722</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 5</b>						
ЗАВТРАК							
	Каша "Здоровье"	200	5,14	5,88	26,55	179,70	390/1
	Батон с маслом и сыром	42	4,93	6,68	20,63	162,30	337/1
	Кофейный напиток с молоком	180	3,78	3,39	16,24	110,62	253/1
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>423</b>	<b>19</b>	<b>21</b>	<b>64</b>	<b>515</b>	
10 ЧАСОВ							
	Печенье	20	1,28	3,36	13,70	90,16	
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>170</b>	<b>5</b>	<b>7</b>	<b>30</b>	<b>205</b>	
ОБЕД							
	Салат из свеклы	60	0,80	2,01	4,79	40,37	334/1
	Борщ с мясом и с/см	200	5,28	7,01	14,13	140,64	27/1
	Жаркое по-домашнему со свининой	180	2,60	4,15	21,79	134,78	153/1
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	
	Хлеб ржаной	50	2,75	0,50	16,05	79,70	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,25		14,98	60,93	241/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>700</b>	<b>14</b>	<b>14</b>	<b>87</b>	<b>528</b>	
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИ							
	Пудинг из творога	130	18,03	13,46	15,70	255,97	128/1
	Молоко сгущ. 8,5%	15	1,07	0,75	8,28	44,13	
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Булочка "Российская"	70	5,43	3,58	39,48	211,77	276/1
	Сок	200	1,00		20,20	84,80	
	Яблоки	100	0,40		9,80	40,80	
	<b>ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>535</b>	<b>27</b>	<b>18</b>	<b>103</b>	<b>685</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ</b>	<b>1828</b>	<b>66</b>	<b>60</b>	<b>284</b>	<b>1933</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 1</b>						
ЗАВТРАК							

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Каша "Геркулес" молочная	200	7,09	8,49	29,24	221,67	339/1
	Батон с маслом и сыром	41	4,93	6,68	20,63	162,30	337/1
	Чай с сахаром	180			14,99	59,95	263/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>421</b>	<b>12</b>	<b>15</b>	<b>65</b>	<b>444</b>	
10 ЧАСОВ							
	Печенье	20	1,28	3,36	13,70	90,16	
	Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>170</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>20</b>	<b>175</b>	
ОБЕД							
	Салат из зеленого горошка с луком	60	1,77	5,12	3,91	68,68	332/1
	Рассольник с мясом и сметаной	200	2,89	6,94	20,48	155,83	32/1
	Плов "Восторг" из свинины	180	3,96	7,90	39,38	244,33	163/1
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	
	Хлеб ржаной	50	2,75	0,50	16,05	79,70	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,25		7,00	28,99	241/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>700</b>	<b>14</b>	<b>21</b>	<b>102</b>	<b>649</b>	
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИ							
	Салат из тушеной капусты	60	1,09	3,07	3,12	44,44	388/1
	Азу по - татарски со свининой	200	3,12	2,59	25,36	137,11	НРТ 36/
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Пирожок с яйцом печеный	70	8,01	8,53	41,14	273,27	473/1
	Сок	200	1,00		20,20	84,80	
	<b>ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>550</b>	<b>15</b>	<b>14</b>	<b>100</b>	<b>587</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>	<b>1841</b>	<b>46</b>	<b>58</b>	<b>286</b>	<b>1854</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 2</b>						
ЗАВТРАК							
	Каша кукурузная молочная вязкая	200	7,38	7,19	49,76	293,25	353/1
	Кофейный напиток с молоком	180	3,78	3,39	16,24	110,62	253/1
	Батон с маслом и сыром	52	4,93	6,68	20,63	162,30	337/1
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>433</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>87</b>	<b>629</b>	
10 ЧАСОВ							
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>150</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>16</b>	<b>115</b>	
ОБЕД							
	Салат из свеклы с чесноком	60	0,80	2,01	4,75	40,24	22/1
	Суп картофельный с рыбой	200	12,19	10,94	12,90	198,74	369/1

Утверждаю:  
Заведующий

Е.В. Шумилова

**Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "Детский сад № 447 г. Чел

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пища	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	консервированной						
	Картофель и овощи тушеные	150	4,04	8,24	26,99	198,27	378/1
	Биточки куриные	80	13,79	11,65	7,36	189,42	161/1
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	
	Хлеб ржаной	50	2,75	0,50	16,05	79,70	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,25		14,98	60,93	241/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>750</b>	<b>36</b>	<b>34</b>	<b>98</b>	<b>838</b>	
УСИЛЕННЫЙ	ПОЛДНИ						
	Запеканка из творога	120	18,85	13,91	18,76	275,60	117/1
	Повидло	20	0,08		13,00	52,32	
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Вафли	20	0,56	0,66	15,46	70,02	
	Чай с молоком	180	3,36	3,00	12,65	91,01	261/1
	Мандарин	120	0,96	0,24	9,00	42,00	
	<b>ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>480</b>	<b>25</b>	<b>18</b>	<b>79</b>	<b>578</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ</b>	<b>1813</b>	<b>87</b>	<b>77</b>	<b>280</b>	<b>2161</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 3</b>						
ЗАВТРАК							
	Каша манная молочная	180	6,20	6,83	28,60	200,61	88/1
	Батон с маслом и сыром	36	4,93	6,68	20,63	162,30	337/1
	Какао	180	4,13	3,25	21,28	130,89	248/1
	Печенье	20	1,28	3,36	13,70	90,16	
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>416</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>84</b>	<b>584</b>	
10 ЧАСОВ							
	Сок	150	0,75		15,15	63,60	
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>150</b>	<b>1</b>		<b>15</b>	<b>64</b>	
ОБЕД							
	Салат овощной	60	1,15	3,15	5,69	55,51	23/1
	Борщ с мясом и с/см	200	5,28	7,01	14,13	140,64	27/1
	Картофельное пюре	150	3,50	5,06	22,62	149,96	206/1
	Биточки " Гусарики" из свинины	80	1,14	2,13	7,36	53,15	161/1
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	
	Хлеб ржаной	45	2,48	0,45	14,45	71,73	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,25		14,98	60,93	241/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>745</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	<b>94</b>	<b>603</b>	
УСИЛЕННЫЙ	ПОЛДНИ						
	Икра кабачковая " Ароматная"	50	0,95		3,85	19,20	328/1
	Рыба, запеченая в омлете	150	12,23	6,20	2,53	114,78	138/1

Утверждаю:  
Заведующий

Е. В. Шумилова

**Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "Детский сад № 447 г. Чел

Приложение №12

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Булочка "Российская"	70	5,73	3,88	41,70	224,56	276/1
	Чай с сахаром	180			14,99	59,95	263/1
	Яблоки	120	0,48		11,76	48,96	
	<b>ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>590</b>	<b>21</b>	<b>10</b>	<b>85</b>	<b>515</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ</b>	<b>1901</b>	<b>54</b>	<b>48</b>	<b>278</b>	<b>1766</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 4</b>						
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша пшеничная молочная	180	6,85	7,02	31,07	214,80	341/1
	Кофейный напиток с молоком	180	3,78	3,39	16,24	110,62	253/1
	Батон с маслом	42	2,29	4,50	15,49	111,56	387/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>402</b>	<b>13</b>	<b>15</b>	<b>63</b>	<b>437</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	Сок	150	0,75		15,15	63,60	
	Вафли	20	0,56	0,66	15,46	70,02	
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>170</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>31</b>	<b>134</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Салат из квашеной капусты	60	0,90	2,05	1,50	28,03	/1
	Суп вермешелевый с птицей	200	4,37	5,00	18,63	136,96	27/1
	Картофель отварной	150	3,04	5,68	25,87	166,65	204/1
	Котлеты " Мясной фокус"	80	13,09	6,49	4,86	130,12	343/0
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	
	Хлеб ржаной	50	2,75	0,50	16,05	79,70	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,25		14,98	60,93	241/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>750</b>	<b>27</b>	<b>20</b>	<b>97</b>	<b>674</b>	
<b>УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИ</b>							
	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,30	6,05	19,04	151,78	44/1
	Пицца детская	80	10,16	11,34	23,62	237,09	НРТ44/0
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Чай с сахаром	180			14,99	59,95	263/1
	Яблоки	120	0,48		11,76	48,96	
	<b>ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>600</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>79</b>	<b>545</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ</b>	<b>1922</b>	<b>58</b>	<b>53</b>	<b>270</b>	<b>1789</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 5</b>						
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша молочная "Дружба"	180	6,75	7,44	35,10	234,30	84/1
	Батон с маслом и сыром	42	4,93	6,68	20,63	162,30	337/1
	Чай с молоком	180	3,36	3,00	15,64	102,99	261/1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>403</b>	<b>20</b>	<b>22</b>	<b>72</b>	<b>562</b>	
10 ЧАСОВ							
	Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>150</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>85</b>	
ОБЕД							
	Салат из картофеля с зеленым горошком	60	1,13	3,17	6,52	59,03	/0
	Щи с мясом и с/см	200	4,04	4,95	12,77	111,60	56/1
	Капуста тушеная с/см	130	3,53	7,85	10,14	125,09	200/1
	Котлета "Затейники" из свинины	80	1,12	2,13	7,28	52,75	161/1
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	
	Хлеб ржаной	50	2,75	0,50	16,05	79,70	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,25		14,98	60,93	241/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>730</b>	<b>15</b>	<b>19</b>	<b>83</b>	<b>560</b>	
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИ							
	Сырники из творога	130	16,96	12,46	21,73	266,79	129/1
	Молоко сгущ. 8,5%	20	1,42	1,00	11,04	58,84	
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Печенье	20	1,28	3,36	13,70	90,16	
	Какао	180	4,13	3,25	13,30	98,95	248/1
	Яблоки	120	0,48		11,76	48,96	
	<b>ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>490</b>	<b>26</b>	<b>20</b>	<b>81</b>	<b>611</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1773</b>	<b>65</b>	<b>66</b>	<b>242</b>	<b>1818</b>	
	<b>ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД</b>	<b>36406</b>	<b>1335</b>	<b>1278</b>	<b>5146</b>	<b>37417</b>	
	<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД</b>	<b>1820</b>	<b>67</b>	<b>64</b>	<b>257</b>	<b>1871</b>	
	<b>Содержание БЖУ в % от калорийности</b>		<b>14</b>	<b>31</b>	<b>55</b>		

**Перечень технологических сборников, используемых при составлении данного меню:**

- 0
- 1 Министерство образования и науки Челябинской области "Организация питания детей в дошкольном образовательном учреждении" 2006г. под редакцией В.В. Садырина, составитель Г.Н. Панкратова;
- 2 Акт контрольной проработки № XXXX Детский Сад № XXXX г. Челябинск.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 184167177444391985760577918884139126685754950353

Владелец Шумилова Елена Витальевна

Действителен с 02.03.2026 по 02.03.2027