

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 1,5 до 3 лет

(04.03.2024 – 31.05.2024)

г. Челябинск

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1							
ЗАВТРАК							
	Каша гречневая вязкая	150	3,81	3,89	17,18	118,99	86/1
	Икра кабачковая " Ароматная"	40	0,76		3,08	15,36	328/1
	Батон с маслом и сыром	29	2,88	4,83	10,33	96,33	337/1
	Чай с сахаром	150			10,00	39,98	263/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	369	7	9	41	271	
10 ЧАСОВ							
	Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	
	Печенье	15	0,96	2,52	10,28	67,62	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	165	5	7	16	152	
ОБЕД							
	Салат из морской капусты с яйцом	40	1,54	3,21	0,07	35,31	/1
	Щи с мясом и с/см	180	8,44	10,15	6,61	151,50	56/1
	Горошница	130	11,30	3,68	23,62	172,85	356/1
	Котлета "Затейники" из свинины	60	1,12	2,13	7,28	52,75	161/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Хлеб ржаной	40	2,20	0,40	12,84	63,76	
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,21		9,99	40,78	241/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	620	26	20	70	564	
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИ							
	Омлет натуральный	140	7,90	8,55	5,01	128,56	110/1
	Салат из зеленого горошка с луком	40	1,33	4,09	3,00	54,05	332/1
	Коржик молочный	60	3,73	5,14	34,04	197,26	279/1
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,46	35,60	
	Какао	150	3,29	2,50	10,89	79,21	248/1
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	405	17	20	60	495	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1559	56	56	188	1482	
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2							
ЗАВТРАК							
	Запеканка из творога	120	14,07	10,75	12,79	204,23	117/1
	Батон с маслом и сыром	29	2,88	4,83	10,33	96,33	337/1
	Молоко сгущ. 8,5%	15	1,07	0,75	8,28	44,13	
	Чай с молоком	150	2,80	2,50	10,71	76,51	261/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	314	21	19	42	421	
10 ЧАСОВ							
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	150	4	4	16	115	
ОБЕД							

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Винегрет	40	0,84	2,09	4,54	40,17	1/1
	Рассольник с мясом и сметаной	180	1,76	4,17	12,43	94,12	32/1
	Картофельное пюре	130	2,73	3,98	17,98	118,71	206/1
	Оладьи из печени	60	11,72	4,95	6,55	117,55	404/1
	Соус сметанный	20	0,38	2,24	1,06	25,87	226/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Хлеб ржаной	40	2,20	0,40	12,84	63,76	
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,21		6,00	24,81	241/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	640	21	18	71	532	
УСИЛЕННЫЙ	ПОЛДНИ						
	Каша пшенная молочная	150	5,71	6,23	26,37	184,33	340/1
	Вафли	15	0,42	0,50	11,60	52,52	
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,46	35,60	
	Мандарин	100	0,80	0,20	7,50	35,00	
	Какао	150	3,29	2,50	10,89	79,21	248/1
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	430	11	10	64	387	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1534	58	50	193	1455	
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3						
ЗАВТРАК							
	Каша рисовая молочная	150	4,23	5,60	24,54	165,50	342/1
	Батон с маслом и сыром	29	2,88	4,83	10,33	96,33	337/1
	Кофейный напиток с молоком	150	2,94	2,64	10,84	78,90	253/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	329	10	13	46	341	
10 ЧАСОВ							
	Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	
	Печенье	15	0,96	2,52	10,28	67,62	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	165	5	7	16	152	
ОБЕД							
	Салат картофельный с фасолью	40	1,67	2,60	6,59	56,42	/0
	Суп с курицей с клецками	180	1,93	4,62	11,89	96,85	56/2
	Макаронные изделия отварные	130	3,81	3,32	24,41	142,78	194/1
	Биточки куриные	60	10,52	9,26	6,68	152,07	161/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Хлеб ржаной	40	2,20	0,40	12,84	63,76	
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,21		9,99	40,78	241/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	620	22	20	82	600	
УСИЛЕННЫЙ	ПОЛДНИ						
	Свекла тушеная с/см	120	1,86	2,01	11,25	70,47	414/1
	Котлеты рыбные	60	11,59	3,40	5,01	96,93	134/1

Утверждаю:
Заведующий

Е. В. Шумилова

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБДОУ "Детский сад № 447 г. Челябинск"

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 "Домашняя"	60	4,26	5,85	32,12	198,17	276/1
	Чай с сахаром	150			10,00	39,98	263/1
	Яблоки	150	0,60		14,70	61,20	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	560	20	11	83	514	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1674	57	52	227	1607	
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4						
ЗАВТРАК							
	Каша "Здоровье"	150	4,89	6,53	22,85	169,75	390/1
	Батон с маслом и сыром	29	2,88	4,83	10,33	96,33	337/1
	Чай с молоком	150	2,80	2,50	10,71	76,51	261/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	329	11	14	44	343	
10 ЧАСОВ							
	Сок 0,2	200					
	Вафли	15	0,42	0,50	11,60	52,52	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	215	0	1	12	53	
ОБЕД							
	Салат из свеклы с чесноком "Объедени"	40	0,64	1,01	3,76	26,60	22/1
	Борщ с мясом и с/см	180	4,59	6,64	10,15	118,73	27/1
	Азу по - татарски со свиной	160	2,79	2,53	22,71	124,66	НРТ 36/
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Хлеб ржаной	40	2,20	0,40	12,84	63,76	
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,21		6,00	24,81	241/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	590	12	11	65	406	
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИ							
	Лакомка из творога	110	23,07	16,44	26,69	346,91	345/1
	Повидло	15	0,06		9,75	39,24	
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,46	35,60	
	Чай с молоком	150	2,80	2,50	10,71	76,51	261/1
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	290	27	19	55	498	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1424	50	44	176	1299	
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5						
ЗАВТРАК							
	Каша манная молочная	150	5,07	5,56	24,06	166,58	88/1
	Батон с маслом и сыром	29	2,88	4,83	10,33	96,33	337/1
	Кофейный напиток с молоком	150	2,94	2,64	14,83	94,87	253/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	329	11	13	49	358	
0 ЧАСОВ							
	Сок 0,2	150					

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Печенье	15	0,96	2,52	10,28	67,62	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	165	1	3	10	68	
ОБЕД							
	Салат Пикантный	40	2,77	4,34	1,06	54,26	РТ 1/0
	Суп с курицей и бобовыми	180	8,44	5,89	18,13	159,19	36/1
	Картофельное пюре	130	2,77	3,99	18,32	120,32	206/1
	Биточки куриные	60	10,52	9,26	6,68	152,07	161/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Хлеб ржаной	40	2,20	0,40	12,84	63,76	
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,21		9,99	40,78	241/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	620	28	24	77	638	
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИ							
	Рыба припущенная с овощами	60	0,21	2,03	1,23	23,96	406/1
	Каша пшеничная	110	5,74	6,34	33,00	212,10	189/1
	Ватрушка с творогом	60	8,10	5,11	27,09	186,75	289/1
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,46	35,60	
	Чай с сахаром	150			10,00	39,98	263/1
	Яблоки	150	0,60		14,70	61,20	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	545	16	14	93	560	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1659	56	53	230	1623	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1						
ЗАВТРАК							
	Макаронные изделия отварные с сыром	110	5,16	4,67	24,41	160,33	355/1
	Батон с маслом	24	1,91	3,63	12,90	91,87	387/1
	Чай с сахаром	150			10,00	39,98	263/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	284	7	8	47	292	
10 ЧАСОВ							
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	Печенье	15	0,96	2,52	10,28	67,62	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	165	5	6	26	182	
ОБЕД							
	Салат из зеленого горошка с луком	40	1,33	4,09	3,00	54,05	332/1
	Суп овощной с свининой и с/см	180	1,90	4,61	11,69	95,81	398/1
	Голубцы ленивые	150	11,56	13,96	10,97	215,73	150/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Хлеб ржаной	40	2,20	0,40	12,84	63,76	
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,21		6,00	24,81	241/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	580	19	23	54	502	
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИ							

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Суп молочный с крупой	180	4,21	4,78	13,11	112,23	43/1
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,46	35,60	
	Пирожок с картошкой	60	5,82	5,78	36,16	219,83	294/1
	Сок 0,2	200					
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	455	11	11	57	368	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1484	42	49	185	1344	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2						
ЗАВТРАК							
	Каша пшеничная молочная	150	5,13	5,66	23,32	164,76	341/1
	Батон с маслом и сыром	29	2,88	4,83	10,33	96,33	337/1
	Кофейный напиток с молоком	150	2,94	2,64	14,83	94,87	253/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	329	11	13	48	356	
10 ЧАСОВ							
	Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	150	4	5	6	85	
ОБЕД							
	Салат из морской капусты с яйцом	40	1,54	3,21	0,07	35,31	/1
	Свекольник с свининой и с/см	180	1,93	4,60	13,41	102,71	34/1
	Гречка отварная с маслом	130	4,44	4,06	20,04	134,42	186/1
	Печень по строгановски *	60	9,79	3,27	6,81	95,82	162/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Хлеб ржаной	40	2,20	0,40	12,84	63,76	
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,21		9,99	40,78	241/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	620	22	16	73	520	
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИ							
	Рыба, припущенная в молоке	60	12,53	7,45	2,44	126,93	137/1
	Рагу из овощей	130	3,04	7,27	16,57	143,80	77/1
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,46	35,60	
	Вафли	15	0,42	0,50	11,60	52,52	
	Чай с молоком	150	2,80	2,50	10,71	76,51	261/1
	Мандарин	150	1,20	0,30	11,25	52,50	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	520	21	18	60	488	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1619	58	52	188	1449	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3						
ЗАВТРАК							
	Каша молочная "Дружба"	150	4,68	5,83	23,79	166,37	84/1
	Батон с маслом и сыром	29	2,88	4,83	10,33	96,33	337/1
	Какао	150	3,29	2,50	14,88	95,18	248/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	329	11	13	49	358	

Утверждаю:
Заведующий: Е. В. Шумилова

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Ясли МБДОУ "Детский сад № 447 г. Челябинск"

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		
10 ЧАСОВ							
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	150	4	4	16	115	
ОБЕД							
	Салат из квашеной капусты с луком	40	0,81	2,05	1,35	27,03	/1
	Суп с свининой. с зел.гор.и с/см	180	5,73	3,56	20,42	136,59	36/1
	Макаронные изделия отварные	130	3,81	3,32	24,41	142,78	194/1
	Гуляш из свинины	70	9,65	9,16	0,90	124,55	152/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Хлеб ржаной	40	2,20	0,40	12,84	63,76	
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,21		9,99	40,78	241/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	630	24	19	80	583	
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИ							
	Сырники из творога	130	14,11	10,41	16,06	214,40	129/1
	Молоко сгущ.8,5%	15	1,07	0,75	8,28	44,13	
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,46	35,60	
	Печенье	15	0,96	2,52	10,28	67,62	
	Яблоки	100	0,40		9,80	40,80	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	275	18	14	52	403	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1384	57	49	197	1458	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4						
ЗАВТРАК							
	Каша манная молочная	150	5,07	5,56	24,06	166,58	88/1
	Батон с маслом и сыром	29	2,88	4,83	10,33	96,33	337/1
	Кофейный напиток с молоком	150	2,94	2,64	14,83	94,87	253/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	329	11	13	49	358	
10 ЧАСОВ							
	Вафли	15	0,42	0,50	11,60	52,52	
	Сок 0,2	200					
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	215	0	1	12	53	
ОБЕД							
	Салат овощной	40	0,89	2,11	4,42	40,15	23/1
	Суп вермешелевый с птицей	180	1,80	4,54	10,15	88,67	27/1
	Тефтели из кур с рисом (ежики) с соусом	150	14,61	16,27	17,52	274,95	174/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Хлеб ржаной	40	2,20	0,40	12,84	63,76	
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,21		9,99	40,78	241/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	580	21	24	65	556	
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИ							

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Салат из тушеной моркови	40	0,62	2,05	3,41	34,54	213/1
	Омлет натуральный	140	7,90	8,55	5,01	128,56	110/1
	Кулебяка с вареной рыбой и рисом	60	7,66	2,95	26,07	161,41	368/1
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,46	35,60	
	Чай с молоком	150	2,80	2,50	10,71	76,51	261/1
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	405	20	16	53	437	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1529	53	53	178	1403	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5						
ЗАВТРАК							
	Суп молочный с крупой	180	4,21	4,78	13,11	112,23	43/1
	Батон с маслом и сыром	29	2,88	4,83	10,33	96,33	337/1
	Чай с молоком	150	2,80	2,50	12,70	84,50	261/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	359	10	12	36	293	
10 ЧАСОВ							
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	150	4	4	16	115	
ОБЕД							
	Салат Пикантный	40	2,77	4,34	1,06	54,26	РТ 1/0
	Суп картофельный с курицей с гренками	180	4,03	5,40	13,48	118,55	369/1
	Бигус с курицей	180	22,85	21,85	9,10	324,47	401/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Хлеб ржаной	40	2,20	0,40	12,84	63,76	
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,21		6,00	24,81	241/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	610	34	32	52	633	
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИ							
	Запеканка из творога	100	14,32	10,68	16,81	220,67	117/1
	Молоко сгущ. 8,5%	15	1,07	0,75	8,28	44,13	
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,46	35,60	
	Печенье	15	0,96	2,52	10,28	67,62	
	Какао	150	3,29	2,50	10,89	79,21	248/1
	Яблоки	150	0,60		14,70	61,20	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	445	21	17	68	508	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1564	69	65	173	1550	
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 1						
ЗАВТРАК							
	Макаронные изделия отварные	110	3,81	3,32	24,41	142,78	194/1
	Икра кабачковая " Ароматная"	40	0,76		3,08	15,36	328/1
	Чай с сахаром	150			10,00	39,98	263/1
	Батон с маслом и сыром	29	2,61	4,56	10,33	92,82	337/1

Утверждаю:
Заведующий Е.В. Шумилова

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Ясли МБДОУ "Детский сад № 447 г. Челябинск"

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прим пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	329	7	8	48	291	
10 ЧАСОВ							
	Сок 0,2	150					
	Печенье	15	0,96	2,52	10,28	67,62	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	165	1	3	10	68	
ОБЕД							
	Салат из кукурузы	40		2,00		17,98	332/1
	Суп овощной с свининой и с/см	180	1,90	4,61	11,69	95,81	398/1
	Гречка отварная с маслом	130	4,44	4,06	20,04	134,42	186/1
	Котлета "Затейники" из свинины	60	1,12	2,13	7,28	52,75	161/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Хлеб ржаной	40	2,20	0,40	12,84	63,76	
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,21		6,00	24,81	241/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	620	11	13	68	437	
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИ							
	Запеканка морковная	140	6,44	7,80	31,45	221,73	69/1
	Коржик молочный	60	3,73	5,14	34,04	197,26	279/1
	Чай с молоком	150	2,80	2,50	10,71	76,51	261/1
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,46	35,60	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	365	14	16	84	531	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1479	34	39	210	1327	
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 2						
ЗАВТРАК							
	Каша "Геркулес" молочная	180	5,29	6,64	22,10	169,34	339/1
	Батон с маслом и сыром	29	2,88	4,83	10,33	96,33	337/1
	Какао	150	3,29	2,50	14,88	95,18	248/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	359	11	14	47	361	
10 ЧАСОВ							
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	150	4	4	16	115	
ОБЕД							
	Морковь тушеная	40	0,74	2,06	4,02	37,53	70/1
	Суп картофельный с рыбой консервированной	180	8,25	7,79	9,48	140,98	369/1
	Суфле из печени	60	12,64	10,55	5,54	167,49	360/1
	Картофельное пюре	130	2,77	3,99	18,32	120,32	206/1
	Соус сметанный	20	0,38	2,24	1,06	25,87	226/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Хлеб ржаной	40	2,20	0,40	12,84	63,76	
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,21		9,99	40,78	241/1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	ИТОГО ЗА ОБЕД	640	29	27	71	644	
УСИЛЕННЫЙ	ПОЛДНИ						
	Салат из кукурузы	40		2,00		17,98	332/1
	Рыба припущенная с овощами	60	0,25	2,03	1,44	25,00	406/1
	Гречка отварная с маслом	110	4,44	4,06	20,04	134,42	186/1
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,46	35,60	
	Пирожок с картошкой	70	5,82	5,78	36,16	219,83	294/1
	Яблоки	100	0,40		9,80	40,80	
	Чай с молоком	150	2,80	2,50	10,71	76,51	261/1
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	545	15	17	86	550	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1694	59	61	220	1670	
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 3						
ЗАВТРАК							
	Запеканка из творога	100	13,91	10,66	12,78	202,70	117/1
	Молоко сгущ. 8,5%	15	1,07	0,75	8,28	44,13	
	Батон с маслом и сыром	29	2,88	4,83	10,33	96,33	337/1
	Кофейный напиток с молоком	150	2,94	2,64	14,83	94,87	253/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	294	21	19	46	438	
10 ЧАСОВ							
	Печенье	15	0,96	2,52	10,28	67,62	
	Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	165	5	7	16	152	
ОБЕД							
	Салат картофельный с фасолью	40	1,53	2,26	9,33	63,70	37/0
	Суп картофельный с курицей с гренками	180	4,03	5,40	13,48	118,55	369/1
	Суфле из кур паровое	70	22,35	25,28	3,18	329,49	183/1
	Свекла тушеная с/см	120	1,86	2,01	11,25	70,47	414/1
	Хлеб ржаной	40	2,20	0,40	12,84	63,76	
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,21		9,99	40,78	241/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	620	34	36	70	734	
УСИЛЕННЫЙ	ПОЛДНИ						
	Суп молочный с крупой	150	4,21	4,78	13,11	112,23	43/1
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,46	35,60	
	Сок 0,2	200					
	Мандарин	150	1,20	0,30	11,25	52,50	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	515	7	5	32	200	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1594	66	67	164	1525	
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 4						

Утверждаю:
Заведующий *Е.В. Шумилова*

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Ясли МБДОУ "Детский сад № 447 г. Челябинск"

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		
ЗАВТРАК							
	Каша пшеничная молочная	150	5,71	6,23	26,37	184,33	340/1
	Батон с маслом и сыром	29	2,88	4,83	10,33	96,33	337/1
	Чай с молоком	150	2,80	2,50	12,70	84,50	261/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	329	11	14	49	365	
10 ЧАСОВ							
	Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	150	4	5	6	85	
ОБЕД							
	Винегрет овощной	40	0,62	4,07	3,49	53,03	1/1
	Суп картофельный с клецками	180	2,93	4,05	15,61	110,50	37/1
	Бигус с курицей	160	22,85	21,85	9,10	324,47	401/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Хлеб ржаной	40	2,20	0,40	12,84	63,76	
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,21		6,00	24,81	241/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	590	30	31	57	624	
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИ							
	Огурец соленый порционный	40	0,32	0,04	0,68	4,36	330/1
	Запеканка картофельная с мясом	130	4,60	4,71	28,67	175,47	157/1
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,46	35,60	
	Печенье	15	0,96	2,52	10,28	67,62	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	350	7	7	47	283	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1419	53	56	159	1357	
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 5						
ЗАВТРАК							
	Каша "Здоровье"	150	4,79	5,83	22,85	163,05	390/1
	Батон с маслом и сыром	29	2,88	4,83	10,33	96,33	337/1
	Кофейный напиток с молоком	150	2,94	2,64	14,83	94,87	253/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	329	11	13	48	354	
10 ЧАСОВ							
	Печенье	15	0,96	2,52	10,28	67,62	
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	165	5	6	26	182	
ОБЕД							
	Салат из свеклы	40	0,63	2,01	3,79	35,70	334/1
	Борщ с мясом и с/см	180	4,59	6,64	10,15	118,73	27/1
	Жаркое по-домашнему со свининой	160	2,33	3,36	19,59	117,96	153/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Хлеб ржаной	40	2,20	0,40	12,84	63,76	
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,21		9,99	40,78	241/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	590	11	13	66	424	
УСИЛЕННЫЙ	ПОЛДНИ						
	Пудинг из творога	100	14,16	10,89	10,80	197,85	128/1
	Молоко сгущ. 8,5%	15	1,07	0,75	8,28	44,13	
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,46	35,60	
	Булочка "Российская"	60	4,37	2,47	32,60	170,03	276/1
	Сок 0,2	200					
	Яблоки	150	0,60		14,70	61,20	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	540	21	14	74	509	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1624	48	46	215	1470	
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 1						
ЗАВТРАК							
	Каша "Геркулес" молочная	180	5,29	6,64	22,10	169,34	339/1
	Батон с маслом и сыром	28	2,88	4,83	10,33	96,33	337/1
	Чай с сахаром	150			10,00	39,98	263/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	358	8	11	42	306	
10 ЧАСОВ							
	Печенье	15	0,96	2,52	10,28	67,62	
	Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	165	5	7	16	152	
ОБЕД							
	Салат из зеленого горошка с луком	40	1,33	4,09	3,00	54,05	332/1
	Рассольник с мясом и сметаной	180	1,76	4,17	12,43	94,12	32/1
	Плов "Восторг" из свинины	150	3,26	6,80	31,98	202,04	163/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Хлеб ржаной	40	2,20	0,40	12,84	63,76	
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,21		6,00	24,81	241/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	580	10	16	76	486	
УСИЛЕННЫЙ	ПОЛДНИ						
	Салат из тушеной капусты	40	0,92	2,06	2,59	32,50	388/1
	Азу по - татарски со свининой	180	2,79	2,53	22,71	124,66	НРТ 36/
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,46	35,60	
	Пирожок с яйцом печеный	60	7,99	7,80	41,12	266,59	473/1
	Сок 0,2	200					
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	495	13	13	74	459	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1598	37	47	209	1403	
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 2						

Утверждает:
Заведующий Е. В. Шумилова

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБДОУ "Детский сад № 447 г. Челябинск"

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		
ЗАВТРАК							
	Каша кукурузная молочная вязкая	150	5,57	5,60	37,77	223,71	353/1
	Кофейный напиток с молоком	150	2,94	2,64	14,83	94,87	253/1
	Батон с маслом и сыром	29	2,88	4,83	10,33	96,33	337/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	329	11	13	63	415	
10 ЧАСОВ							
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	150	4	4	16	115	
ОБЕД							
	Салат из свеклы с чесноком	40	0,64	1,01	3,76	26,60	22/1
	Суп картофельный с рыбой консервированной	180	8,43	8,02	11,18	150,52	369/1
	Макаронные изделия отварные	130	3,81	3,32	24,41	142,78	194/1
	Гуляш из свинины	70	9,65	9,16	0,90	124,55	152/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Хлеб ржаной	40	2,20	0,40	12,84	63,76	
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,21		9,99	40,78	241/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	630	26	22	73	596	
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИ							
	Запеканка из творога	100	13,91	10,66	12,78	202,70	117/1
	Повидло	15	0,06		9,75	39,24	
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,46	35,60	
	Вафли	15	0,42	0,50	11,60	52,52	
	Чай с молоком	150	2,80	2,50	10,71	76,51	261/1
	Мандарин	150	1,20	0,30	11,25	52,50	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	445	20	14	64	459	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1554	61	53	216	1585	
НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 3							
ЗАВТРАК							
	Батон с маслом и сыром	24	2,88	4,83	10,33	96,33	337/1
	Каша манная молочная	150	5,07	5,56	24,06	166,58	88/1
	Какао	150	3,29	2,50	14,88	95,18	248/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	324	11	13	49	358	
10 ЧАСОВ							
	Печенье	15	0,96	2,52	10,28	67,62	
	Сок 0,2	150					
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	165	1	3	10	68	
ОБЕД							
	Салат овощной	40	0,89	2,11	4,42	40,15	23/1
	Борщ с мясом и с/см	180	4,59	6,64	10,15	118,73	27/1

Утверждаю:
Заведующий Е.В. Шумилова

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБДОУ "Детский сад № 447 г. Челябинск"

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		
	Картофельное пюре	130	2,73	3,98	17,98	118,71	206/1
	Биточки " Гусарики" из свинины	60	1,03	2,12	6,68	49,87	161/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Хлеб ржаной	40	2,20	0,40	12,84	63,76	
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,21		9,99	40,78	241/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	620	13	15	72	479	
УСИЛЕННЫЙ	ПОЛДНИ						
	Икра кабачковая " Ароматная"	40	0,76		3,08	15,36	328/1
	Рыба, запеченная в омлете	120	10,96	5,40	2,52	102,44	138/1
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,46	35,60	
	Булочка "Российская"	60	4,61	2,72	33,72	177,78	276/1
	Чай с сахаром	150			10,00	39,98	263/1
	Яблоки	150	0,60		14,70	61,20	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	535	18	8	71	432	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1644	43	39	203	1338	
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 4						
ЗАВТРАК							
	Каша пшеничная молочная	150	5,13	5,66	23,32	164,76	341/1
	Кофейный напиток с молоком	150	2,94	2,64	14,83	94,87	253/1
	Батон с маслом	29	1,91	3,63	12,90	91,87	387/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	329	10	12	51	352	
10 ЧАСОВ							
	Сок 0,2	200					
	Вафли	15	0,42	0,50	11,60	52,52	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	215	0	1	12	53	
ОБЕД							
	Салат из квашеной капусты с луком	40	0,81	2,05	1,35	27,03	/1
	Суп вермешелевый с птицей	180	3,66	3,92	13,86	105,20	27/1
	Картофель отварной	130	2,63	4,87	22,40	143,88	204/1
	Котлеты " Мясной фокус"	60	11,32	5,73	3,38	110,21	343/0
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Хлеб ржаной	40	2,20	0,40	12,84	63,76	
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,21		9,99	40,78	241/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	620	22	17	74	538	
УСИЛЕННЫЙ	ПОЛДНИ						
	Суп молочный с макаронными изделиями	180	4,48	5,74	13,09	121,93	44/1
	Пицца детская	70	10,16	9,61	23,61	221,49	НРТ44/0
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,46	35,60	
	Чай с сахаром	150			10,00	39,98	263/1

Утверждаю:

Заведующий

Е.В. Шумилова

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБДОУ "Детский сад № 447 г. Челябинск

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		
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	415	16	15	54	419	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1579	49	45	191	1361	
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 5						
ЗАВТРАК							
	Каша молочная "Дружба"	150	4,68	5,83	23,79	166,37	84/1
	Батон с маслом и сыром	29	2,88	4,83	10,33	96,33	337/1
	Чай с молоком	150	2,80	2,50	12,70	84,50	261/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	329	10	13	47	347	
10 ЧАСОВ							
	Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	150	4	5	6	85	
ОБЕД							
	Салат из картофеля с зеленым горошко	40	0,96	2,15	5,75	46,08	/0
	Щи с мясом и с/см	180	3,77	4,75	11,22	102,70	56/1
	Капуста тушеная с/см	130	2,91	6,08	8,38	99,78	200/1
	Котлета "Затейники" из свинины	60	1,12	2,13	7,28	52,75	161/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Хлеб ржаной	40	2,20	0,40	12,84	63,76	
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,21		9,99	40,78	241/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	620	13	16	65	453	
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИ							
	Сырники из творога	130	14,11	10,41	16,06	214,40	129/1
	Молоко сгущ. 8,5%	15	1,07	0,75	8,28	44,13	
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,46	35,60	
	Печенье	15	0,96	2,52	10,28	67,62	
	Какао	150	3,29	2,50	10,89	79,21	248/1
	Яблоки	150	0,60		14,70	61,20	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	475	21	16	68	502	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1574	49	50	186	1387	
	ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	31189	1054	1028	3907	29092	
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	1559	53	51	195	1455	
	Содержание БЖУ в % от калорийнос		15	32	54		

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.