

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 № 447 г. Челябинска»

Е.В. Шумилова



Меню – раскладка

Для детей

От 1,5 до 3 лет

(04.12.2023 – 29.02.2024)

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		
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	70	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	630	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	1569	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	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	150	4	4	16	115	
ОБЕД							
	Салат картофельный с фасолью	40	1,53	2,26	9,33	63,70	37/0
	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	22	18	76	556	
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИ							
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	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	431	16	14	64	450	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1535	63	55	199	1541	
	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							
	Сок 0,2	150					
	Печенье	15	0,96	2,52	10,28	67,62	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	165	1	3	10	68	
ОБЕД							
	Винегрет	50	0,84	2,09	4,54	40,17	1/1
	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	630	21	20	80	584	

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		
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК							
	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
	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	100	0,40		9,80	40,80	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	510	20	11	78	494	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1634	52	47	214	1486	
	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
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	Чай с молоком	150	2,80	2,50	10,71	76,51	261/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	330	16	18	44	405	
10 ЧАСОВ							
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	Вафли	15	0,42	0,50	11,60	52,52	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	165	4	4	28	167	
ОБЕД							
	Салат из свеклы с чесноком "	40	0,64	1,01	3,76	26,60	22/1
	Объединение"						
	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 ПОЛДНИК							
	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
	Яблоки	100	0,40		9,80	40,80	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	390	27	19	64	539	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1475	60	53	202	1518	
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5						
ЗАВТРАК							

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	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							
	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 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	95	0,38		9,31	38,76	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	490	16	14	88	537	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1604	56	53	225	1600	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1						
ЗАВТРАК							
	Каша "Геркулес" молочная	150	5,29	6,64	22,10	169,34	339/1
	Батон с маслом	24	1,91	3,63	12,90	91,87	387/1
	Чай с сахаром	150			10,00	39,98	263/1
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	325	12	15	45	364	
10 ЧАСОВ							
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	Печенье	12	0,77	2,02	8,22	54,10	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	162	5	6	24	169	
ОБЕД							
	Салат из зеленого горошка с	40	1,33	4,09	3,00	54,05	332/1

Примечание	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	луком						
	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						
	Суп молочный с макаронными изделиями	180	4,48	5,74	13,09	121,93	44/1
	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	455	14	14	62	424	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1522	49	58	186	1459	
	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
	Картофельное пюре	130	2,77	3,99	18,32	120,32	206/1
	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	20	16	71	506	
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	

Прим. пицци	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	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	100	0,80	0,20	7,50	35,00	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	470	21	18	56	470	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1569	56	52	182	1417	
	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
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	330	16	18	49	421	
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	40	0,81	2,05	1,35	27,03	/1
	Суп с свиной. с зел.гор.и	180	5,73	3,56	20,42	136,59	36/1
	с/см						
	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	
	Сок 0,2	200					
	Яблоки	100	0,40		9,80	40,80	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	475	18	14	52	403	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1585	62	54	197	1521	
	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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	329	11	13	49	358	
10 ЧАСОВ							
	Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	
	Вафли	12	0,34	0,40	9,28	42,01	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	162	5	5	15	127	
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	150	14,61	16,27	17,52	274,95	174/1
	(ежики) с соусом						
	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							
	Салат из тушеной моркови	40	0,62	2,05	3,41	34,54	213/1
	Рыба, запеченая в омлете	120	10,96	5,40	2,52	102,44	138/1
	Пирожок с капустой	70	5,74	5,68	32,14	202,59	294/1
	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
	Яблоки	100	0,40		9,80	40,80	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	495	22	16	66	492	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1566	58	57	195	1533	
	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
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	360	15	17	36	356	
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 гречками	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	

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

Приним 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		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	100	0,40		9,80	40,80	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	395	21	17	64	488	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1515	74	69	169	1592	
	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
	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	70	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	630	11	13	68	437	
УСИЛЕННЫЙ	ПОЛДНИ						
	Салат из тушеной моркови	40	0,49	2,04	2,70	31,09	213/1
	Омлет натуральный	130	7,90	8,55	5,01	128,56	110/1
	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	

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		
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	395	16	18	60	469	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1519	36	42	186	1265	
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 2						
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	14,83	94,87	253/1
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	330	15	18	50	420	
10 ЧАСОВ							
	Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	150	4	5	6	85	
ОБЕД							
	Салат картофельный с фасолью	40	1,53	2,26	9,33	63,70	37/0
	Суп картофельный с курицей с гречками	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 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	34	36	70	734	
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИ							
	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	
	Печенье	15	0,96	2,52	10,28	67,62	
	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
	Мандарин	100	0,80	0,20	7,50	35,00	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	395	21	17	57	462	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1495	74	75	183	1700	
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 3						
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	

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 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
	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	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	395	12	14	75	474	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1544	56	59	210	1593	
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 4						
ЗАВТРАК							
	Каша пшенная 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
	Яйцо отварное	1					327/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	330	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	

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		
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	
	Яблоки	100	0,40		9,80	40,80	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	450	7	7	57	324	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1520	53	56	169	1398	
	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
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	330	16	18	48	417	
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 свиной	160	2,33	3,36	19,59	117,96	153/1
	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	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	100	0,40		9,80	40,80	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	490	21	14	69	488	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1575	53	51	210	1512	
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 1						

Привм пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
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						
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
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	330	16	18	63	478	
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

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		
	Суп картофельный с рыбой консервированной	180	8,43	8,02	11,18	150,52	369/1
	Картофель и овощи тушеные	150	3,04	6,36	20,26	150,50	378/1
	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	640	27	25	75	632	
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	100	0,80	0,20	7,50	35,00	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	395	19	14	60	442	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1515	66	61	214	1666	
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 3						
ЗАВТРАК							
	Каша манная молочная	150	5,07	5,56	24,06	166,58	88/1
	Батон с маслом и сыром	24	2,88	4,83	10,33	96,33	337/1
	Какао	150	3,29	2,50	14,88	95,18	248/1
	Печенье	15	0,96	2,52	10,28	67,62	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	339	12	15	60	426	
10 ЧАСОВ							
	Сок 0,2	150					
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	150					
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
	Картофельное пюре	130	2,73	3,98	17,98	118,71	206/1
	Биточки " Гусарики" из свинины	70	1,03	2,12	6,68	49,87	161/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Хлеб ржаной	35	1,93	0,35	11,24	55,79	
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,21		9,99	40,78	241/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	625	13	15	70	471	
УСИЛЕННЫЙ	ПОЛДНИ						
	Икра кабачковая " Ароматная"	40	0,76		3,08	15,36	328/1

Прим. пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Рыба, запеченная в омлете	150	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	100	0,40		9,80	40,80	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	515	18	8	67	412	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1629	43	39	197	1309	
	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	150					
	Вафли	15	0,42	0,50	11,60	52,52	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	165	0	1	12	53	
ОБЕД							
	Салат из квашеной капусты	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
	Яблоки	100	0,40		9,80	40,80	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	515	16	15	64	460	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1629	49	45	200	1402	
	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

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		
	Чай с молоком	150	2,80	2,50	12,70	84,50	261/1
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	330	15	18	47	410	
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 горошком	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	110	2,91	6,08	8,38	99,78	200/1
	Котлета "Затейники" из свинины	70	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	610	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	100	0,40		9,80	40,80	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	425	21	16	63	482	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1515	53	55	181	1430	
	ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	31113	1107	1083	3915	29827	
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	1556	55	54	196	1491	
	Содержание БЖУ в % от калорийности		15	33	53		

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.