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)

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		
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1						
ЗАВТРАК							
	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
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**452**	**10**	**11**	**60**	**382**	
10 ЧАСОВ							
	Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	
	Печенье	20	1,28	3,36	13,70	90,16	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	**170**	**6**	**8**	**20**	**175**	
ОБЕД							
	Салат из морской капусты с	60	1,88	3,46	0,08	38,99	/1
	яйцом						
	Щи с мясом и с/см	200	0,73	14,20	10,66	213,30	56/1
	Горошница	150	3,61	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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**750**	**33**	**25**	**92**	**726**	
УСИЛЕННЫЙ	ПОЛДНИ						
	Омлет натуральный	140	7,90	9,28	5,02	135,17	110/1
	Салат из зеленого горошка с	50	1,77	5,12	3,91	68,68	332/1
	луком						
	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
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	**455**	**20**	**23**	**72**	**575**	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	**1827**	**68**	**68**	**244**	**1859**	
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2						
ЗАВТРАК							
	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
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**372**	**26**	**23**	**63**	**566**	
10 ЧАСОВ							
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	

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		
ОБЕД							
	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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**770**	**28**	**25**	**101**	**739**	
УСИЛЕННЫЙ	ПОЛДНИ						
	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
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	**521**	**19**	**17**	**79**	**540**	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	**1813**	**77**	**68**	**259**	**1960**	
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3						
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	13,25	98,64	253/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**402**	**14**	**17**	**67**	**477**	
10 ЧАСОВ							
	Сок	150	0,75		15,15	63,60	
	Печенье	20	1,28	3,36	13,70	90,16	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	**170**	**2**	**3**	**29**	**154**	
ОБЕД							
	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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**745**	**27**	**24**	**99**	**713**	
УСИЛЕННЫЙ	ПОЛДНИ						

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		
	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	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	**610**	**21**	**14**	**86**	**553**	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	**1927**	**64**	**57**	**281**	**1896**	
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4						
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
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**423**	**18**	**22**	**56**	**495**	
10 ЧАСОВ							
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	Вафли	20	0,56	0,66	15,46	70,02	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	**170**	**5**	**4**	**32**	**185**	
ОБЕД							
	Салат из свеклы с чесноком "	60	0,80	2,01	4,75	40,24	22/1
	Обьедение"						
	Борщ с мясом и с/см	200	5,28	7,01	14,13	140,64	27/1
	Азу по - татарски со свининой	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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**700**	**14**	**12**	**82**	**498**	
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	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	**450**	**33**	**22**	**77**	**641**	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	**1743**	**70**	**61**	**247**	**1818**	
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5						
ЗАВТРАК							
	Каша манная молочная	180	6,20	6,83	28,60	200,61	88/1

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		
	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
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**402**	**15**	**17**	**65**	**474**	
10 ЧАСОВ							
	Сок	150	0,75		15,15	63,60	
	Печенье	20	1,28	3,36	13,70	90,16	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	**170**	**2**	**3**	**29**	**154**	
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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**750**	**35**	**29**	**101**	**804**	
УСИЛЕННЫЙ	ПОЛДНИ						
	Рыба припущенная с овощами	80	0,25	3,03	1,44	33,99	406/1
	Каша пшеннная	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	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	**580**	**18**	**16**	**106**	**642**	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	**1902**	**70**	**65**	**301**	**2074**	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1						
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
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**396**	**15**	**18**	**65**	**482**	
10 ЧАСОВ							
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	Печенье	20	1,28	3,36	13,70	90,16	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	**170**	**5**	**7**	**30**	**205**	
ОБЕД							
	Салат из зеленого горошка с	50	1,77	5,12	3,91	68,68	332/1
	луком						

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*		
	Суп овощной с свининой и	200	2,41	4,95	13,77	109,20	398/1
	с/см						
	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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**670**	**23**	**28**	**71**	**632**	
УСИЛЕННЫЙ	ПОЛДНИ						
	Суп молочный с макаронными	200	5,30	6,05	19,04	151,78	44/1
	изделиями						
	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	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	**490**	**16**	**15**	**90**	**557**	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	**1726**	**60**	**68**	**256**	**1876**	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2						
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
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**402**	**16**	**17**	**68**	**488**	
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	60	1,88	3,46	0,08	38,99	/1
	яйцом						
	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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**750**	**25**	**18**	**92**	**634**	
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	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	**570**	**25**	**21**	**70**	**571**	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	**1872**	**70**	**62**	**236**	**1777**	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3						
ЗАВТРАК							
	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
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**403**	**21**	**22**	**77**	**590**	
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	60	0,90	2,05	1,50	28,03	/1
	Суп с свининой. 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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**750**	**31**	**23**	**101**	**736**	
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	
	Сок	200	1,00		20,20	84,80	
	Яблоки	120	0,48		11,76	48,96	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	**510**	**23**	**17**	**88**	**597**	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	**1813**	**78**	**66**	**283**	**2038**	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4						
ЗАВТРАК							
	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
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**402**	**15**	**17**	**65**	**474**	

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		
10 ЧАСОВ							
	Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	
	Вафли	20	0,56	0,66	15,46	70,02	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	**170**	**5**	**5**	**21**	**155**	
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	150	16,58	18,35	21,99	319,35	174/1
	(ежики) с соусом						
	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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**670**	**26**	**27**	**88**	**697**	
УСИЛЕННЫЙ	ПОЛДНИ						
	Салат из тушеной моркови	60	0,69	3,05	3,76	45,26	213/1
	Рыба, запеченая 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	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	**580**	**24**	**19**	**78**	**582**	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	**1822**	**70**	**69**	**253**	**1907**	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5						
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
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**423**	**19**	**21**	**55**	**483**	
10 ЧАСОВ							
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	**150**	**4**	**4**	**16**	**115**	
ОБЕД							
	Салат Пикантный	60	2,87	5,35	1,26	64,55	РТ 1/0
	Суп картофельный с курицей с	200	4,43	5,47	16,80	134,13	369/1
	гренками						
	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. 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		
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,25		7,00	28,99	241/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**720**	**39**	**37**	**67**	**759**	
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	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	**490**	**28**	**22**	**84**	**642**	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	**1783**	**91**	**83**	**221**	**1999**	
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 1						
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
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**402**	**9**	**10**	**62**	**371**	
10 ЧАСОВ							
	Сок	150	0,75		15,15	63,60	
	Печенье	20	1,28	3,36	13,70	90,16	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	**170**	**2**	**3**	**29**	**154**	
ОБЕД							
	Салат из кукурузы	60		3,00		26,97	332/1
	Суп овощной с свининой и	200	2,41	4,95	13,77	109,20	398/1
	с/см						
	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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**750**	**14**	**16**	**82**	**525**	
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	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	**480**	**18**	**21**	**74**	**554**	

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		
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	**1802**	**43**	**49**	**247**	**1604**	
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 2						
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
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**403**	**19**	**22**	**70**	**552**	
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	60	2,35	3,55	12,30	90,48	37/0
	Суп картофельный с курицей с	200	4,43	5,47	16,80	134,13	369/1
	гренками						
	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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**740**	**14**	**13**	**88**	**522**	
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	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	**475**	**27**	**21**	**72**	**587**	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	**1768**	**65**	**60**	**236**	**1746**	
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 3						
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
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**422**	**16**	**18**	**71**	**515**	
10 ЧАСОВ							
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	**150**	**4**	**4**	**16**	**115**	

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		
ОБЕД							
	Морковь тушеная	60	0,84	3,07	4,59	49,28	70/1
	Суп картофельный с рыбой	200	13,78	12,91	15,72	234,15	369/1
	консервированной						
	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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**765**	**38**	**35**	**95**	**848**	
УСИЛЕННЫЙ	ПОЛДНИ						
	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	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	**490**	**14**	**18**	**90**	**579**	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	**1827**	**73**	**75**	**273**	**2057**	
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 4						
ЗАВТРАК							
	Каша пшенная 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
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**403**	**15**	**17**	**67**	**484**	
10 ЧАСОВ							
	Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	**150**	**4**	**5**	**6**	**85**	
ОБЕД							
	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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**700**	**37**	**37**	**76**	**781**	
УСИЛЕННЫЙ	ПОЛДНИ						

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	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	**520**	**8**	**9**	**64**	**372**	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	**1773**	**65**	**68**	**213**	**1722**	
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 5						
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
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**423**	**19**	**21**	**64**	**515**	
10 ЧАСОВ							
	Печенье	20	1,28	3,36	13,70	90,16	
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	**170**	**5**	**7**	**30**	**205**	
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	180	2,60	4,15	21,79	134,78	153/1
	свининой						
	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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**700**	**14**	**14**	**87**	**528**	
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	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	**535**	**27**	**18**	**103**	**685**	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	**1828**	**66**	**60**	**284**	**1933**	
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 1						
ЗАВТРАК							

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		
	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
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**421**	**12**	**15**	**65**	**444**	
10 ЧАСОВ							
	Печенье	20	1,28	3,36	13,70	90,16	
	Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	**170**	**6**	**8**	**20**	**175**	
ОБЕД							
	Салат из зеленого горошка с	60	1,77	5,12	3,91	68,68	332/1
	луком						
	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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**700**	**14**	**21**	**102**	**649**	
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	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	**550**	**15**	**14**	**100**	**587**	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	**1841**	**46**	**58**	**286**	**1854**	
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 2						
ЗАВТРАК							
	Каша кукурузная молочная	200	7,38	7,19	49,76	293,25	353/1
	вязкая						
	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
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**433**	**21**	**22**	**87**	**629**	
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	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 пищи	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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**750**	**36**	**34**	**98**	**838**	
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	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	**480**	**25**	**18**	**79**	**578**	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	**1813**	**87**	**77**	**280**	**2161**	
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 3						
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	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**416**	**17**	**20**	**84**	**584**	
10 ЧАСОВ							
	Сок	150	0,75		15,15	63,60	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	**150**	**1**		**15**	**64**	
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	80	1,14	2,13	7,36	53,15	161/1
	свинины						
	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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**745**	**16**	**18**	**94**	**603**	
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	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	**590**	**21**	**10**	**85**	**515**	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	**1901**	**54**	**48**	**278**	**1766**	
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 4						
ЗАВТРАК							
	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
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**402**	**13**	**15**	**63**	**437**	
10 ЧАСОВ							
	Сок	150	0,75		15,15	63,60	
	Вафли	20	0,56	0,66	15,46	70,02	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	**170**	**1**	**1**	**31**	**134**	
ОБЕД							
	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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**750**	**27**	**20**	**97**	**674**	
УСИЛЕННЫЙ	ПОЛДНИ						
	Суп молочный с макаронными	200	5,30	6,05	19,04	151,78	44/1
	изделиями						
	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	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	**600**	**17**	**18**	**79**	**545**	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	**1922**	**58**	**53**	**270**	**1789**	
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 5						
ЗАВТРАК							
	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

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		
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**403**	**20**	**22**	**72**	**562**	
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	60	1,13	3,17	6,52	59,03	/0
	горошком						
	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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**730**	**15**	**19**	**83**	**560**	
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	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	**490**	**26**	**20**	**81**	**611**	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	**1773**	**65**	**66**	**242**	**1818**	
	ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	**36406**	**1335**	**1278**	**5146**	**37417**	
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	**1820**	**67**	**64**	**257**	**1871**	
	Содержание БЖУ в % от калорийнос		**14**	**31**	**55**		

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.