

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 3 до 7 лет

(04.03.2024 – 31.05.2024)

г. Челябинск

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 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
	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 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
	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	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	150	4	4	16	115	
ОБЕД							

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		
	Винегрет	60	1,01	2,10	5,15	43,41	1/1
	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	26	23	94	692	
УСИЛЕННЫЙ	ПОЛДНИ						
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	Каша пшеничная 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	76	67	252	1912	
	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							
	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 картофельный с фасолью	60	2,44	3,93	8,69	79,79	/0
	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	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	28	25	104	757	
УСИЛЕННЫЙ	ПОЛДНИ						
	Свекла тушеная с/см	140	2,09	3,01	12,62	85,82	414/1

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		
	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	150	0,60		14,70	61,20	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	640	21	14	89	565	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1962	70	64	280	1974	
	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
	Чай с молоком	180	3,36	3,00	12,65	91,01	261/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	422	13	17	56	432	
10 ЧАСОВ							
	Сок	200	1,00		20,20	84,80	
	Вафли	20	0,56	0,66	15,46	70,02	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	220	2	1	36	155	
ОБЕД							
	Салат из свеклы с чесноком "Объедени	60	0,80	2,01	4,75	40,24	22/1
	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
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	350	32	22	67	600	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1692	62	53	241	1685	
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5						
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	
10 ЧАСОВ							

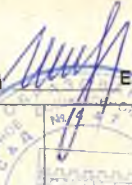
Утверждаю:
Заведующий  Е.В. Шумилова

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		
	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 пшеничная	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	150	0,60		14,70	61,20	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	630	18	16	111	663	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1952	71	65	306	2094	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1						
ЗАВТРАК							
	Макаронные изделия отварные с сыром	130	6,25	6,00	27,91	190,58	355/1
	Батон с маслом	35	3,04	4,79	20,63	137,73	387/1
	Чай с сахаром	180			14,99	59,95	263/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	345	9	11	64	388	
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 луком	50	1,77	5,12	3,91	68,68	332/1
	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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	670	23	28	71	632	

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		
УСИЛЕННЫЙ	ПОЛДНИ						
	Суп молочный с крупой	200	5,81	6,43	18,59	155,34	43/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Пирожок с картошкой	70	7,01	6,64	44,10	264,15	294/1
	Сок	200	1,00		20,20	84,80	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	490	15	13	93	552	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1675	53	59	257	1777	
	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 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
	Гречка отварная с маслом	150	5,08	4,95	22,91	156,45	186/1
	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	27	18	93	640	
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	
	Чай с молоком	180	3,36	3,00	12,65	91,01	261/1
	Мандарин	150	1,20	0,30	11,25	52,50	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	600	25	21	72	581	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1902	71	62	239	1794	
	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

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 ЗАВТРАК	402	16	17	77	527	
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	60	0,90	2,05	1,50	28,03	/1
	Суп с свиной. с зел.гор.и с/см	200	7,16	3,69	25,11	162,27	36/1
	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	
	Яблоки	120	0,48		11,76	48,96	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	310	22	17	68	512	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1612	72	61	263	1890	
	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	
10 ЧАСОВ							
	Вафли	20	0,56	0,66	15,46	70,02	
	Сок	200	1,00		20,20	84,80	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	220	2	1	36	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 (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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	670	26	27	88	697	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИ							
	Салат из тушеной моркови	60	0,69	3,05	3,76	45,26	213/1
	Омлет натуральный	140	7,90	9,28	5,02	135,17	110/1
	Кулебяка с вареной рыбой и рисом	70	8,96	3,54	30,44	189,37	368/1
	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
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	470	22	19	62	508	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1762	64	64	251	1834	
	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
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	422	14	16	55	421	
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	PT 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	
	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	150	0,60		14,70	61,20	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	520	28	22	86	655	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1812	86	79	224	1949	
	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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	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 свиной 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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	750	14	16	82	525	
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИ							
	Запеканка морковная	160	7,49	8,24	38,64	258,48	69/1
	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	430	17	17	104	634	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1752	42	45	277	1684	
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 2						
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	
ОБЕД							
	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	

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		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	
	Чай с молоком	180	3,36	3,00	12,65	91,01	261/1
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	670	18	21	103	670	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	2007	76	78	285	2148	
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 3						
ЗАВТРАК							
	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	
	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	357	28	25	64	590	
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 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 ржаной	50	2,75	0,50	16,05	79,70	
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,25		14,98	60,93	241/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	740	14	13	88	522	
УСИЛЕННЫЙ	ПОЛДНИ						
	Суп молочный с крупой	180	5,81	6,43	18,59	155,34	43/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	
	Сок	200	1,00		20,20	84,80	
	Мандарин	150	1,20	0,30	11,25	52,50	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	550	10	7	60	340	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1817	58	52	231	1627	

Утверждаю:

Заведующий

Е.В. Шумилова

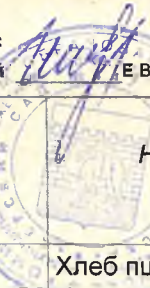
Меню приготавливаемых блюд

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 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
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	402	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	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	
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,25		7,00	28,99	241/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	720	37	37	76	781	
УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИ							
	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	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	420	8	9	55	332	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1692	64	68	203	1681	
	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
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	422	14	16	63	453	
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 свиной	180	2,60	4,15	21,79	134,78	153/1

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.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	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%	20	1,42	1,00	11,04	58,84	
	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	150	0,60		14,70	61,20	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	590	28	18	111	720	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1382	61	55	291	1905	
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 1						
ЗАВТРАК							
	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 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
	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	

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

Прим пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 2						
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
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	432	16	17	87	566	
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 консервированной	200	12,19	10,94	12,90	198,74	369/1
	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	35	30	92	784	
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	150	1,20	0,30	11,25	52,50	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	510	26	18	81	589	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1842	81	69	276	2054	
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 3						
ЗАВТРАК							
	Батон с маслом и сыром	36	4,93	6,68	20,63	162,30	337/1
	Каша манная молочная	180	6,20	6,83	28,60	200,61	88/1
	Какао	180	4,13	3,25	21,28	130,89	248/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	396	15	17	71	494	
10 ЧАСОВ							
	Печенье	20	1,28	3,36	13,70	90,16	
	Сок	150	0,75		15,15	63,60	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	170	2	3	29	154	
ОБЕД							
	Салат овощной	60	1,15	3,15	5,69	55,51	23/1

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.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	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	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	16	18	96	611	
УСИЛЕННЫЙ	ПОЛДНИ						
	Икра кабачковая " Ароматная"	50	0,95		3,85	19,20	328/1
	Рыба, запеченная в омлете	140	12,23	6,20	2,53	114,78	138/1
	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	150	0,60		14,70	61,20	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	610	21	10	88	527	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1926	55	49	283	1786	
	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	200	1,00		20,20	84,80	
	Вафли	20	0,56	0,66	15,46	70,02	
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	220	2	1	36	155	
ОБЕД							
	Салат из квашеной капусты с луком	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 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	

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 сахаром	180			14,99	59,95	263/1
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	480	17	18	68	496	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1852	58	53	263	1762	
	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
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	402	15	17	71	500	
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	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	150	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	750	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	150	0,60		14,70	61,20	
	ИТОГО ЗА УСИЛЕННЫЙ ПОЛДНИК	520	26	20	84	623	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1822	60	61	244	1768	
	ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	36442	1295	1232	5196	37036	
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	1822	65	62	260	1852	
	Содержание БЖУ в % от калорийности		14	30	56		

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.