

Меню приготавливаемых блюд

**Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Чебурашка» п.Шиверский**

Возрастная категория: от 1 до 3 лет

повар :Эгоф Ирина Владимировна

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1							
День 1							
Завтрак	Суп молочный с крупой	150	3,10	4,00	11,90	96,00	170
	Кофейный напиток с молоком	150	2,25	2,39	11,75	75,80	514
	Бутерброд с сыром	22//5/10	3,73	6,6	11,45	121,17	97
Итого за завтрак		337	9,08	12,99	35,1	292,97	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт или молоко кипяченое	150	4,35	4,8	6,00	88,50	536,534
Итого за второй завтрак		150	4,35	4,8	6,00	88,50	
Обед	Сельдь соленая (порциями). Лук	40	6,8	3,4	0,00	57,60	359
	Суп вермишелевый с птицей	180/8	3,82	4,58	13,46	111,42	164
	Плов с мясом курицы	100	8,96	6,13	13,05	143,33	411
	Сок фруктовый	130	0,26	0,13	13,14	59,80	537
	Хлеб пшеничный или зерновой	53	4,24	0,53	25,5	125,08	ГП
Итого за обед		511	17,28	11,37	65,15	439,63	
Полдник	Пирожок печеный из дрожжевого теста с яблоком	80	3,86	4,32	24,40	162,00	653,623
	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	7,40	24,94	502
Итого за полдник		210	3,86	4,32	40,77	222,94	
Итого за первый день:		1208	34,57	33,48	147,02	1044,04	
Суточная потребность:			32,00	35,00	152,00	1050,00	
Процент удовлетворения суточной потребности			108,03%	95,66%	96,72%	99,43%	

Меню приготавливаемых блюд
Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Чебурашка» п.Шиверский

Возрастная категория: 3-7 лет

повар :Эгоф Ирина Владимировна

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1							
День 1							
Завтрак	Суп молочный с крупой	180	3,72	4,80	14,29	115,20	170
	Кофейный напиток с молоком	180	2,71	2,87	14,11	91,00	514
	Бутерброд с сыром	30/6//13	4,94	8,74	15,16	160,47	97
Итого за завтрак		409	11,37	16,41	43,56	366,67	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт или молоко кипяченое	150	4,35	4,8	6,00	88,50	536,534
Итого за второй завтрак		150	4,35	4,8	6,00	88,50	
Обед	Сельдь соленая (порциями). Лук	50	8,5	4,25	0,00	72,00	359
	Суп вермишелевый с пшеницей	200/10	4,02	4,81	14,14	117,00	164
	Плов с мясом курицы	120	10,76	7,36	15,36	172,00	411
	Сок фруктовый	150	0,30	0,16	15,16	69,00	537
	Хлеб пшеничный или зерновой	68	5,44	0,68	32,8	160,48	ГП
Итого за обед		598	20,52	13,01	77,46	518,48	
Полдник	Пирожок печеный из дрожжевого теста с яблоком	100	4,51	5,04	28,47	189,00	653,623
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	8,98	30,00	502
Итого за полдник		250	4,51	5,04	47,43	259,00	
Итого за первый день:		1407	40,75	39,26	174,45	1232,65	
Суточная потребность:			41,00	45,00	196,00	1350,00	
Процент удовлетворения суточной потребности			99,39%	87,24%	89,01%	91,31%	

Меню приготавливаемых блюд

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение детский сад «Чебурашка» п.Шиверский

Возрастная категория: от 1 до 3 лет

повар :Эгоф Ирина Владимировна

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1							
День 2							
Завтрак	Каша молочная с хлопьями овсяными "Геркулес"	150	4,11	4,11	19,70	132,00	272
	Какао с молоком	150	2,2	2,39	11,07	76,6	506
	Бутерброд с маслом	22//5	1,7	3,9	10,77	77,51	100
Итого за завтрак		325	8,01	10,4	41,54	286,11	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт или молоко кипяченое	150	4,35	4,8	6,00	88,50	536,534
Итого за второй завтрак		150	4,35	4,8	6,00	88,50	
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	160/20	4,67	3,8	10,45	120,41	154
	Рыба тушеная в томате с овощами	50//20	4,69	2,43	18,57	49,61	349
	Рис отварной рассыпчатый	80	1,98	3,26	19,9	116,80	419
	Напиток из шиповника	150	0,12	0,12	11,26	47,50	538
	Хлеб пшеничный или зерновой	53	4,24	0,53	25,5	125,08	ГП
Итого за обед		533	15,7	10,14	85,68	459,4	
Полдник	Пудинг из творога с повидлом	80/15	14,22	9,42	25,7	256,57	325
	Фрукты свежие	50	0,2	0,2	4,9	24	ГП
	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	7,48	30,00	506
Итого за полдник		245	14,42	9,62	38,08	310,57	
Итого за второй день:		1253	42,48	34,96	171,3	1144,58	
Суточная потребность:			32,00	35,00	152,00	1050,00	
Процент удовлетворения суточной потребности			132,75%	99,89%	112,70%	109,01%	

Меню приготавливаемых блюд

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение детский сад «Чебурашка» п.Шиверский

Возрастная категория: 3-7 лет

повар :Эгоф Ирина Владимировна

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1							
День 2							
Завтрак	Каша молочная с хлопьями овсяными "Геркулес"	180	5,39	6,13	21,67	163,2	272
	Какао с молоком	180	2,64	2,87	14,05	92	506
	Бутерброд с маслом	30//6	2,26	5,21	14,37	103,35	100
Итого за завтрак		396	10,29	14,21	50,09	358,55	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт или молоко кипяченое	150	4,35	4,8	6,00	88,50	536,534
Итого за второй завтрак		150	4,35	4,80	6,00	88,50	
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	172//35	5,38	4,38	12,02	138,48	154
	Рыба тушеная в томате с овощами	70/30	6,70	3,47	26,53	70,88	349
	Рис отварной рассыпчатый	100	2,47	4,07	24,87	146,00	419
	Напиток из шиповника	180	0,50	0,00	20,24	86,00	538
	Хлеб пшеничный или зерновой	68	5,44	0,68	32,77	160,48	ГП
Итого за обед		655	20,49	12,6	116,43	601,84	
Полдник	Пудинг из творога с повидлом	100/20	17,97	11,9	32,5	324,1	325
	Фрукты свежие	50	0,2	0,2	4,9	24	ГП
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	8,98	36,00	506
Итого за полдник		300	18,17	12,1	46,38	384,1	
Итого за второй день:		1501	53,3	43,71	218,9	1432,99	
Суточная потребность:			41,00	45,00	196,00	1350,00	
Процент удовлетворения суточной потребности			130,00%	97,13%	111,68%	106,15%	

Меню приготавливаемых блюд

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение детский сад «Чебурашка» п.Шиверский

Возрастная категория: от 1 до 3 лет

повар :Эгоф Ирина Владимировна

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1							
День 3							
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	150	4,68	4,55	31,35	146,00	273
	Какао с молоком	150	2,2	2,39	11,07	76,6	508
	Бутерброд с джемом	20//15	2,05	0,23	20,77	84,85	101
Итого за завтрак		335	8,93	7,17	63,19	307,45	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт или молоко кипяченое	150	4,35	4,8	6,00	88,50	536,534
Итого за второй завтрак		150	4,35	4,80	6,00	88,50	
Обед	Зеленый горошек или кукуруза консервированная	40	1,24	0,08	2,6	16	ГП
	Суп крестьянский с крупой, с мясом птицы и со сметаной	150/6/6	2,50	3,53	9,16	76,05	161,488
	Голубцы ленивые	150	16,12	11,02	23,02	258,00	377
	Компот из сухофруктов	150	0,42	0,00	16,87	71,66	527
	Хлеб пшеничный или зерновой	35	2,80	0,35	16,87	82,60	ГП
Итого за обед		537	23,08	14,98	68,52	504,31	
Полдник	Флоды свежие	50	0,2	0,2	4,9	24	ГП
	Рагу из овощей	120	2,016	2,45	9,08	70,40	201
	Хлеб пшеничный или зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	ГП
	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	7,48	30,00	502
Итого за полдник		340	3,82	2,85	31,10	171,60	
Итого за третий день:		1212	40,18	29,80	168,81	1071,86	
Суточная потребность:			32,00	35,00	152,00	1050,00	
Процент удовлетворения суточной потребности			125,55%	85,14%	111,06%	102,08%	

Меню приготавливаемых блюд

**Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение
детский сад «Чебурашка» п.Шиверский**

Возрастная категория: 3-7 лет

повар :Эгоф Ирина Владимировна

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1							
День 3							
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	180	5,62	5,47	25,62	175,20	273
	Какао с молоком	180	2,64	2,87	14,05	92	508
	Бутерброд с джемом	25//25	2,93	0,33	29,67	121,21	101
Итого за завтрак		410	11,19	8,67	69,34	388,41	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт или молоко кипяченое	150	4,35	4,8	6,00	88,50	536,534
Итого за второй завтрак		150	4,35	4,80	6,00	88,50	
Обед	Зеленый горошек или кукуруза консервированная отварные	60	1,86	0,12	3,9	24	ГП
	Суп крестьянский с крупой, с мясом птицы и со сметаной	187/8/11	3,17	4,50	11,65	96,71	161,488
	Голубцы ленивые	180	19,36	13,24	27,64	309,6	377
	Компот из сухофруктов	180	0,50	0,00	20,24	86,00	527
	Хлеб пшеничный или зерновой	40	3,20	0,40	19,28	94,40	ГП
Итого за обед		666	28,09	18,26	82,71	610,71	
	Рагу из овощей	150	2,52	3,07	11,35	88,00	201
	Фрукты свежие	50	0,2	0,2	4,9	24	ГП
	Хлеб пшеничный или зерновой	33	2,64	0,33	15,90	77,88	ГП
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	8,98	36,00	502
Итого за полдник		413	5,36	3,60	41,13	225,88	
Итого за третий день:		1489	48,99	35,33	199,18	1313,50	
Суточная потребность:			41,00	45,00	196,00	1350,00	
Процент удовлетворения суточной потребности			119%	79%	102%	97%	

Меню приготавливаемых блюд

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение детский сад «Чебурашка» п.Шиверский

Возрастная категория: от 1 до 3 лет

повар :Эгоф Ирина Владимировна

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1							
День 4							
Завтрак	Суп молочный с крупой	150	3,10	4,00	11,90	96,00	170
	Кофейный напиток с молоком	150	2,25	2,39	11,75	75,83	514
	Бутерброд с сыром	22//5/10	3,73	6,6	11,45	121,17	97
Итого за завтрак		337	9,08	12,99	35,10	293,00	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт или молоко кипяченое	150	4,35	4,8	6,00	88,50	536,534
Итого за второй завтрак		150	4,35	4,80	6,00	88,50	
Обед							
	Суп с рыбными консервами	150	3,17	3,90	15,18	84,60	159
	Капуста тушеная с мясом	120	1,84	3,84	7,48	76,32	371
	Кисель фруктовый	150	0,00	0,00	21,51	82,50	516
	Хлеб пшеничный или зерновой	53	4,24	0,53	25,54	125,08	ГП
Итого за обед		473	10,49	10,15	71,45	399,70	
Полдник	Ленивые вареники с маслом	50/3	5,60	4,30	24,48	182,30	331
	Плоды свежие	50	0,2	0,2	4,9	24	ГП
	Чай с сахаром	130	0,00	0,00	6,49	25,00	502
Итого за полдник		233	5,80	4,50	35,87	231,3	
Итого за четвертый день:		1193	29,72	27,64	148,42	1012,50	
Суточная потребность:			32,00	35,00	152,00	1050,00	
Процент удовлетворения суточной потребности			93%	79%	98%	96%	

Меню приготавливаемых блюд

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение детский сад «Чебурашка» п.Шиверский

Возрастная категория: 3-7 лет

повар :Эгоф Ирина Владимировна

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1							
День 4							
Завтрак	Суп молочный с крупой	180	3,72	4,80	14,29	115,20	170
	Кофейный напиток с молоком	180	2,71	2,87	14,11	91,00	514
	Бутерброд с сыром	30/6//13	4,94	8,74	15,16	160,47	97
Итого за завтрак		409	11,37	16,41	43,56	366,67	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт или молоко кипяченое	150	4,35	4,8	6,00	88,50	536,534
Итого за второй завтрак		150	4,35	4,80	6,00	88,50	
	Суп с рыбными консервами	180	3,82	4,68	18,22	101,52	159
	Капуста тушеная с мясом	150	2,30	4,80	9,36	95,40	371
	Кисель фруктовый	180	0,00	0,00	25,81	102,60	516
	Хлеб пшеничный или зерновой	68	5,44	0,68	32,77	160,48	ГП
Итого за обед		578	11,56	10,16	86,16	460,00	
Полдник	Ленивые вареники с маслом	70/5	5,60	4,30	24,48	182,30	331
	Плоды свежие	50	0,2	0,2	4,9	24	ГП
	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	7,49	30,00	502
Итого за полдник		275	5,80	4,5	36,87	236,3	
Итого за четвертый день:		1412	33,08	31,07	172,59	1151,47	
Суточная потребность:			41,00	45,00	196,00	1350,00	
Процент удовлетворения суточной потребности			81%	69%	88%	85%	

Меню приготавливаемых блюд

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение детский сад «Чебурашка» п.Шиверский

Возрастная категория: от 1 до 3 лет

повар: Эгоф Ирина Владимировна

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1							
День 5							
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	150	4,11	4,11	19,70	132,00	268
	Какао с молоком	150	2,2	2,39	11,07	76,6	508
	Бутерброд с маслом	20//5	1,57	3,62	9,98	71,76	100
Итого за завтрак		327	7,88	10,12	40,75	280,36	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт или молоко кипяченое	150	4,35	4,8	6,00	88,50	536,534
Итого за второй завтрак		150	4,35	4,80	6,00	88,50	
	Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной,	160//5//3	2,31	3,22	5,41	69,78	147,488
	Рыба тушеная в томате с овощами	50//20	4,69	2,43	18,57	49,61	349
	Рис отварной	80	1,98	3,26	19,90	116,80	419
	Сок фруктовый	130	0,26	0,13	13,14	59,80	537
	Хлеб пшеничный или зерновой	35	2,80	0,35	16,87	82,60	ГП
Итого за обед		483	12,04	9,39	73,89	378,59	
Полдник	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	306
	Хлеб пшеничный или зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	ГП
	Кондитерские изделия	30	0,90	1,20	6,54	76,35	609,652
	Чай с сахаром	130	0,00	0,00	6,49	25,00	502
Итого за полдник		220	7,58	6,00	22,95	211,55	
Итого за пятый день:		1180	31,85	30,31	143,59	959,00	
Суточная потребность:			32,00	35,00	152,00	1050,00	
Процент удовлетворения суточной потребности			100%	87%	94%	91%	

Меню приготавливаемых блюд

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение детский сад «Чебурашка» п.Шиверский

Возрастная категория: 3-7 лет

повар :Эгоф Ирина Владимировна

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1							
День 5							
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	180	4,94	4,94	23,64	158,40	268
	Какао с молоком	180	2,64	2,87	14,05	92,00	508
	Бутерброд с маслом	25//6	1,94	4,5	12,37	89,00	100
Итого за завтрак		391	9,52	12,31	50,06	339,40	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт или молоко кипяченое	150	4,35	4,8	6,00	88,50	536,534
Итого за второй завтрак		150	4,35	4,80	6,00	88,50	
	Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом	187//8//5	2,76	3,84	6,44	83,08	147,488
	Рыба тушеная в томате с овощами	70/30	6,70	3,47	26,53	70,88	349
	Рис отварной	100	2,47	4,07	24,87	146,00	419
	Компот из свежих фруктов	180	0,14	0,14	13,51	57,00	528
	Хлеб пшеничный или зерновой	40	3,20	0,40	19,28	94,40	ГП
Итого за обед		620	15,27	11,92	90,63	451,36	
Полдник	Яйцо отварное	60	7,62	6,90	0,42	94,50	306
	Хлеб пшеничный или зерновой	33	2,64	0,33	15,90	77,88	ГП
	Кондитерские изделия	40	1,20	1,60	8,72	101,80	609,652
	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	7,49	30,00	502
Итого за полдник		283	11,46	8,83	32,53	304,18	
Итого за пятый день:		1444	40,60	37,86	179,22	1183,44	
Суточная потребность:			41,00	45,00	196,00	1350,00	
Процент удовлетворения суточной потребности			99%	84%	91%	88%	

Меню приготавливаемых блюд

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение детский сад «Чебурашка» п.Шиверский

Возрастная категория: от 1 до 3 лет

повар: Кокнаева Ирина Валерьевна

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2							
День 6							
Завтрак	Макаронные изделия, запеченные с сыром	80	3,7	4,15	16,89	121,88	301
	Кофейный напиток с молоком	150	2,25	2,39	11,75	75,83	514
	Бутерброд с маслом	22//5	1,69	3,62	9,98	71,76	100
Итого за завтрак		267	7,64	10,16	38,62	269,47	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт или молоко кипяченое	150	4,35	4,8	6,00	88,50	536,534
Итого за второй завтрак		150	4,35	4,80	6,00	88,50	
Обед							
	Борщ с капустой свежей, с мясом и со сметаной	180//6//5	2,51	3,65	7,00	78,62	133,488
	Печень говяжья по-строгановски	40	4,65	5,16	0,43	68,50	403
	Картофельное пюре	80	0,67	2,58	9,98	74,00	434
	Сок фруктовый	130	0,26	0,13	13,14	59,80	537
	Хлеб пшеничный или зерновой	53	4,24	0,53	25,5	125,08	ГП
Итого за обед		494	12,33	12,05	56,05	406,00	
Полдник	Блинчики с джемом	50//10	4,59	5,66	28,60	173,42	549
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	8,97	36,00	502
Итого за полдник		240	4,59	5,66	37,57	209,42	
Итого за шестой день:		1151	28,91	32,67	138,24	973,39	
Суточная потребность:			32,00	35,00	152,00	1050,00	
Процент удовлетворения суточной потребности			90%	93%	91%	93%	

Меню приготавливаемых блюд

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение детский сад «Чебурашка» п.Шиверский

Возрастная категория: 3-7 лет

повар: Кокнаева Ирина Валерьевна

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2							
День 6							
Завтрак	Макаронные изделия, запеченные с сыром	110	5,1	5,71	23,22	167,59	301
	Кофейный напиток с молоком	180	2,71	2,87	14,11	91,00	514
	Бутерброд с маслом	30//6	2,26	5,21	14,37	103,35	100
Итого за завтрак		326	10,07	13,79	51,70	361,94	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт или молоко кипяченое	150	4,35	4,8	6,00	88,50	536,534
Итого за второй завтрак		150	4,35	4,80	6,00	88,50	
Обед							
	Борщ с капустой свежей, с мясом и со сметаной	200//8//7	2,83	4,11	7,89	88,51	133,488
	Печень говяжья по-строгановски	50	5,82	6,46	0,54	85,63	403
	Картофельное пюре	100	0,86	3,23	12,48	92,50	434
	Сок фруктовый	150	0,30	0,16	15,16	69,00	537
	Хлеб пшеничный или зерновой	68	5,44	0,68	32,77	160,48	ГП
Итого за обед		583	15,25	14,64	68,84	496,12	
Полдник	Блинчики с джемом	55//15	5,36	6,61	35,04	209,00	549
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	40,00	502
Итого за полдник		270	5,36	6,61	45,02	249,00	
Итого за шестой день:		1329	35,03	39,84	171,56	1195,56	
Суточная потребность:			41,00	45,00	196,00	1350,00	
Процент удовлетворения суточной потребности			85%	89%	88%	89%	

Меню приготавливаемых блюд

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение детский сад «Чебурашка» п.Шиверский

Возрастная категория: от 1 до 3 лет

повар: Кокнаева Ирина Валерьевна

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2							
День 7							
Завтрак	Суп молочный с крупой	150	3,10	4,00	11,90	96,00	170
	Какао с молоком	150	2,2	2,39	11,07	76,6	508
	Бутерброд с маслом	22//5	1,69	3,91	10,78	77,51	100
Итого за завтрак		327	6,99	10,30	33,75	250,11	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт или молоко кипяченое	150	4,35	4,8	6,00	88,50	536,534
Итого за второй завтрак		150	4,35	4,80	6,00	88,50	
Обед	Сельдь соленая (порциями). Лук	40	6,8	3,4	0,00	57,60	359
	Суп картофельный, с горохом, с мясом птицы	180//5	6,38	5,35	12,95	98,41	149
	Жаркое домашнему с мясом	140	6,30	7,66	11,88	141,71	374
	Компот из сухофруктов	150	0,42	0,00	16,87	71,66	527
	Хлеб пшеничный или зерновой	53	4,24	0,53	25,5	125,08	ГП
Итого за обед		568	24,14	16,94	67,20	494,46	
Полдник	запеканка из творога с повидлом	100//20	4,12	4,23	15,43	109,66	319
	Фрукты свежие	50	0,2	0,2	4,9	24	ГП
	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	7,48	30,00	502
Итого за полдник		320	4,32	4,43	27,81	163,66	
Итого за седьмой день:		1365	39,80	36,47	134,76	996,73	
Суточная потребность:			32,00	35,00	152,00	1050,00	
Процент удовлетворения суточной потребности			124,38%	104,20%	88,66%	94,93%	

Меню приготавливаемых блюд

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение детский сад «Чебурашка» п.Шиверский

Возрастная категория: 3-7 лет

повар: Кокнаева Ирина Валерьевна

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2							
День 7							
Завтрак	Суп молочный с крупой	180	3,72	4,80	14,29	115,20	170
	Какао с молоком	180	2,64	2,87	14,05	92,00	508
	Бутерброд с маслом	30//6	2,26	5,21	14,37	103,35	100
Итого за завтрак		396	8,62	12,88	42,71	310,55	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт или молоко кипяченое	150	4,35	4,8	6,00	88,50	536,534
Итого за второй завтрак		150	4,35	4,80	6,00	88,50	
Обед	Сельдь соленая (порциями). Лук	50	8,5	4,25	0,00	72,00	359
	Суп картофельный с горохом, с мясом птицы	190//10	8,26	3,34	16,69	126,66	149
	Жаркое по-домашнему с мясом	160	7,20	8,76	13,58	161,96	374
	Компот из сухофруктов	180	0,50	0,00	20,24	86,00	527
	Хлеб пшеничный или зерновой	68	5,44	0,68	32,77	160,48	ГП
Итого за обед		638	21,40	12,78	83,28	607,10	
Полдник	Зпеканка изворога с повидлом	120//30	6,15	6,27	22,87	162,46	319
	Плоды свежие	50	0,2	0,2	4,9	24	ГП
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	8,98	36,00	502
Итого за полдник		380	6,35	6,47	36,75	222,46	
Итого за седьмой день:		1564	40,72	36,93	168,74	1228,61	
Суточная потребность:			41,00	45,00	196,00	1350,00	
Процент удовлетворения суточной потребности			99,32%	82,07%	86,09%	91,01%	

Меню приготавливаемых блюд

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение детский сад «Чебурашка» п.Шиверский

Возрастная категория: от 1 до 3 лет

повар: Кокнаева Ирина Валерьевна

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2							
День 8							
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	150	4,68	4,55	31,35	146,00	273
	Кофейный напиток с молоком	150	2,25	2,39	11,75	75,83	514
	Бутерброд с джемом	20//15	2,05	0,23	20,77	84,85	101
Итого за завтрак		335	8,98	7,17	63,87	306,68	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт или молоко кипяченое	150	4,35	4,8	6,00	88,50	536,534
Итого за второй завтрак		150	4,35	4,80	6,00	88,50	
Обед	Свекольник с мясом птицы со сметаной	170//8//3	3,87	4,16	8,21	94,87	136,488
	Котлеты из говядины	70	9,83	8,01	7,14	139,12	368
	Рагу из овощей	80	1,48	1,80	6,65	51,62	201
	Кисель фруктовый	150	0,00	0,00	21,51	82,50	516
	Хлеб пшеничный или зерновой	35	2,80	0,35	16,87	82,60	ГП
	Итого за обед		516	17,98	14,32	60,38	450,71
Полдник	Омлет натуральный	80	6,86	8,54	1,84	110,76	307
	Зеленый горошек	20	0,24	0,94	1,54	15,60	ГП
	Хлеб пшеничный или зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	ГП
	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	7,48	30,00	502
Итого за полдник		270	8,70	9,68	20,50	203,56	
Итого за восьмой день:		1271	40,01	35,97	150,75	1049,45	
Суточная потребность:			32,00	35,00	152,00	1050,00	
Процент удовлетворения суточной потребности			125,03%	102,77%	99,18%	99,95%	

Меню приготавливаемых блюд

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение детский сад «Чебурашка» п.Шиверский

Возрастная категория: 3-7 лет

повар: Кокнаева Ирина Валерьевна

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2							
День 8							
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	180	5,62	5,47	25,62	175,20	273
	Кофейный напиток с молоком	180	2,71	2,87	14,11	91,00	514
	Бутерброд с джемом	25//25	2,93	0,33	29,67	121,21	101
Итого за завтрак		410	11,26	8,67	69,40	387,41	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт или молоко кипяченое	150	4,35	4,8	6,00	88,50	536,534
Итого за второй завтрак		150	4,35	4,80	6,00	88,50	
Обед							
	Свекольник с мясом птицы со сметаной	185//10//5	4,28	4,60	9,08	104,83	136, 488
	Котлеты из говядины	90	12,65	10,31	9,19	178,88	368
	Рагу из овощей	110	1,85	2,25	8,32	64,53	201
	Кисель фруктовый	180	0,00	0,00	25,81	99,00	516
	Хлеб пшеничный или зерновой	40	3,20	0,40	19,28	94,40	ГП
Итого за обед		620	21,98	17,56	71,68	541,64	
Полдник	Омлет натуральный	100	8,58	10,68	2,30	138,46	307
	Зеленый горошек	30	0,36	1,41	2,31	23,40	ГП
	Хлеб пшеничный или зерновой	33	2,64	0,33	15,90	77,88	ГП
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,97	40,00	502
Итого за полдник		363	11,58	12,42	30,48	279,74	
Итого за восьмой день:		1543	49,17	43,45	177,56	1297,29	
Суточная потребность:			41,00	45,00	196,00	1350,00	
Процент удовлетворения суточной потребности			119,93%	96,56%	90,59%	96,10%	

Меню приготавливаемых блюд

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение

детский сад «Чебурашка» п.Шиверский

Возрастная категория: от 1 до 3 лет

повар: Кокнаева Ирина Валерьевна

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2							
День 9							
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,11	4,11	19,70	132,00	171
	Какао с молоком	150	2,2	2,39	11,07	76,6	508
	Бутерброд с сыром	22//5/10	3,73	6,63	11,45	121,17	97
Итого за завтрак		337	10,04	13,13	42,22	329,77	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт или молоко кипяченое	150	4,35	4,8	6,00	88,50	536,534
Итого за второй завтрак		150	4,35	4,80	6,00	88,50	
Обед							
	рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной	170//5//5	2,68	3,35	13,73	90,33	139,488
	котлеты рыбные	60	5,85	3,26	21,23	85,50	351
	Соус красный основной	30	0,24	0,96	1,41	14,57	468
	картофельное пюре	100	1,89	3,23	12,45	92,50	434
	Сок фруктовый	130	0,26	0,13	13,14	59,80	537
	Хлеб пшеничный или зерновой	53	4,24	0,53	25,5	125,08	ГП
Итого за обед		553	15,16	11,46	87,46	467,78	
Полдник	ватрушка с сахаром из дрожжевого теста	70	2,74	4,3	24,48	182,3	558
	Чай с сахаром	130	0,00	0,00	6,49	25,00	502
Итого за полдник		200	2,74	4,30	30,97	207,30	
Итого за девятый день:		1240	32,29	33,69	166,65	1093,35	
Суточная потребность:			32,00	35,00	152,00	1050,00	
Процент удовлетворения суточной потребности			101%	96%	110%	104%	

Меню приготавливаемых блюд

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение детский сад «Чебурашка» п.Шиверский

Возрастная категория: 3-7 лет

повар: Кокнаева Ирина Валерьевна

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2							
День 9							
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	180	5,39	6,13	21,67	163,2	171
	Какао с молоком	180	2,64	2,87	14,05	92,00	508
	Бутерброд с сыром	30/6//13	4,94	8,74	15,16	160,47	97
Итого за завтрак		409	12,97	17,74	50,88	415,67	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт или молоко кипяченое	150	4,35	4,8	6,00	88,50	536,534
Итого за второй завтрак		150	4,35	4,80	6,00	88,50	
Обед							
	рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной	187//8//11	3,16	3,96	16,19	106,50	139,488
	котлеты рыбные	80	7,80	4,34	28,30	114,00	351
	Соус красный основной	40	0,33	1,28	1,89	19,43	468
	картофельное пюре	120	2,27	3,88	14,94	111,00	434
	Сок фруктовый	150	0,30	0,16	15,16	69,00	537
	Хлеб пшеничный или зерновой	68	5,44	0,68	32,77	160,48	ГП
Итого за обед		664	19,30	14,30	109,25	580,41	
Полдник	Ватрушка с сахаром из дрожжевого теста	100	8,00	6,14	35,00	260,40	558
	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	7,49	30,00	502
Итого за полдник		250	8,00	6,14	42,49	290,40	
Итого за девятый день:		1473	44,62	42,98	208,62	1374,98	
Суточная потребность:			41,00	45,00	196,00	1350,00	
Процент удовлетворения суточной потребности			109%	96%	106%	102%	

Меню приготавливаемых блюд

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение детский сад «Чебурашка» п.Шиверский

Возрастная категория: от 1 до 3 лет

повар: Кокнаева Ирина Валерьевна

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур ы
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2							
День 10							
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая или каша "Дружба	150	4,92	6,00	25,22	172,50	274,266
	Кофейный напиток с молоком	150	2,25	2,39	11,75	75,83	514
	Бутерброд с сыром	22//5/10	3,73	6,63	11,45	121,17	97
Итого за завтрак		337	10,90	15,02	48,42	369,50	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт или молоко кипяченое	150	4,35	4,8	6,00	88,50	536,534
Итого за второй завтрак		150	4,35	4,80	6,00	88,50	
Обед	Консервированный зеленый горошек	40	1,24	0,08	2,6	16,00	ГП
	щи из свежей капусты со сметаной, с мясом	180/8/6	2,66	3,71	6,24	80,58	147,488
	макароны отварные, гуляш с мясом	80/60	21,79	24,4	21,6	393,00	297,373
	Напиток яблочно-лимонный	150	0,15	0,06	15,74	66,00	528
	Хлеб пшеничный или зерновой	53	4,24	0,53	25,5	125,08	ГП
Итого за обед		577	30,08	28,78	71,68	680,66	
Полдник	расстегай с рыбой	80	8,60	8,68	33,61	211,77	652, 630
	чай с сахаром	150	0,00	0,00	7,49	30,00	502
Итого за полдник		230	8,60	8,68	41,10	241,77	
Итого за десятый день:		1294	53,93	57,28	167,20	1380,43	
Суточная потребность:			32,00	35,00	152,00	1050,00	
Процент удовлетворения суточной потребности			169%	164%	110%	131%	

Меню приготавливаемых блюд

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение детский сад «Чебурашка» п.Шиверский

Возрастная категория: 3-7 лет

повар: Кокнаева Ирина Валерьевна

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2							
День 10							
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая или каша "Дружба	180	5,91	7,19	30,27	207,00	274,266
	Кофейный напиток с молоком	180	2,71	2,87	14,11	91,00	514
	Бутерброд с сыром	30/6//13	4,94	8,74	15,16	160,47	97
Итого за завтрак		409	13,56	18,80	59,54	458,47	
Второй завтрак	Кисломолочный продукт или молоко кипяченое	150	4,35	4,8	6,00	88,50	536,534
Итого за второй завтрак		150	4,35	4,80	6,00	88,50	
Обед	Консервированный зеленый горошек	60	1,86	0,12	3,9	24	ГП
	щи из свежей капусты со сметаной, с мясом	187//8/11	2,82	3,93	6,6	85,15	147,488
	макароны отварные, гуляш с мясом	100/80	28,02	31,37	27,77	505,28	297,373
	Напиток яблочно-лимонный	180	0,18	0,08	18,89	79,2	528
	Хлеб пшеничный или зерновой	68	5,44	0,68	32,77	160,48	ГП
Итого за обед		694	38,32	36,18	89,93	854,11	
Полдник	расстегай с рыбой	100	10,75	10,58	42,02	264,71	652, 630
	чай с сахаром	180	0,00	0,00	8,98	36,00	502
Итого за полдник		280	10,75	10,58	51,00	300,71	
Итого за десятый день:		1533	66,98	70,36	206,47	1701,79	
Суточная потребность:			41,00	45,00	196,00	1350,00	
Процент удовлетворения суточной потребности			163%	156%	105%	126%	