

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ - ДЕТСКИЙ СД № 313

УТВЕРЖДАЮ
ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ - детский сад № 313
Г.Б. Хабибрахманова
10 от 18.01.2022



ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ МБДОУ - ДЕТСКОГО САДА № 313,
ВКЛЮЧАЮЩЕЕ ГОРЯЧЕЕ ПИТАНИЕ

Основное организованное меню МБДОУ - детского сада № 313,
включающее горячее питание

неделя: ПЕРВАЯ

день 1



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ - детского сада № 313
Г.Б. Хабибрахманова

Наименование блюда	вес блюда		птщевые вещества ясли			пищевые вещества-сад			№ рецептуры	
	1-3л.	3-7л.	белки	жиры	углев	к/калл	белки	жиры		углев
Завтрак										
Каша манная с маслом сливочным	150	200	3,9	4,1	21,3	147,9	5,2	5,4	28,4	177,5
Кофейный напиток на молоке	150	200	2,1	2,1	10,6	78,4	2,1	2,1	10,6	78,4
Батон с маслом	25	30	2,0	5,7	13,4	103,6	2,3	5,9	16,0	103,8
	6	6								
итого за завтрак	331	436	8,0	11,9	45,3	329,9	9,6	13,4	55,1	359,7
10.00 сок	150	150	0,7	0,2	15,2	62,1	0,7	0,2	15,2	62,1
ОБЕД										
Салат из свежей капусты и моркови растительным маслом	40	60	0,7	0,3	4,9	42,8	1,0	0,4	7,3	64,2
Щи из свежей капусты с крупой и сметаной	150	200	1,2	3,4	6,4	63,1	1,6	4,6	8,5	75,8
Биточки из мяса говядины	70	80	8,5	8,6	4,1	141,3	1,4	1,5	0,6	188,4
Картофельное пюре	130	150	2,7	4,0	19,8	134,8	3,1	5,1	19,9	148,9
Напиток из шиповника	150	200	0,3	0,0	15,8	65,4	0,3	0	18,2	67,6
Хлеб пшеничный	20	30	1,5	0,2	10,0	46,2	2,3	0,3	15,0	69,3
Хлеб ржаной	20	30	1,3	0,2	8,4	36,2	2,0	0,4	12,5	54,3
итого за обед	580	750	7,7	8,2	65,2	388,5	10,4	10,8	81,4	480,2
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
Запеканка из творога с рисом	120	150	14,8	22,2	21,6	342,3	18,4	27,7	26,6	383,8
Сгущенное молоко для запеканок	20	20	0,9	1,1	7,3	37,4	0,9	1,1	7,3	37,4
кисломолочный продукт	150	150	4,5	8,9	0,6	125,0	4,5	8,9	0,6	125,0
Хлеб пшеничный	20	20	1,5	0,2	10,0	41,6	1,5	0,2	10,0	41,6
итого за ужин	310	340	21,6	32,4	39,5	546,3	25,3	37,9	44,5	587,8
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1371	1676	38,0	52,6	165,2	1326,8	46,0	62,3	196,2	1489,8

Основное организованное меню МБДОУ - детского сада № 313, включающее горячее питание

неделя: ПЕРВАЯ

день 2



Наименование блюда	выход		ясли				сад				№ рецептуры	
	ясли	сад	белки	жиры	углев	к/калл	белки	жиры	углев	к/калл		
Завтрак												
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	200	5,76	5,67	29,07	187,5	6,4	6,3	32,3	208,3	7.15/4/2-я, 7.15/4-д	
Кофейный напиток на молоке	150	200	2,1	2,1	10,6	78,4	2,1	2,1	10,6	78,4	7.13/10/2 8.13/10	
Сыр	8	10	1,9	2,0	0	25,9	2,4	2,5	0	29,1	7.435/2, 7.435/1	
Батон	25	30	1,9	0,7	13,3	52,9	2,3	0,9	16,0	63,4	7.189-8-я, 7.189-4-д	
итого	325	430	11,7	10,4	53,0	344,7	13,2	11,8	58,9	379,2		
10.00 Фрукт (яблоко)	150	150	0,5	0,5	15,6	53,5	0,0	0,0	0,1	53,5	7.131-2	
ОБЕД												
Салат из отвар.картоф. с морковью репч. луком с растительным маслом	40	60										
суп лапша на кур. бульоне	150	200	1,3	2,3	9,1	66,7	1,8	3,1	12,2	89,0	7.20/2, 7.20/2/3	
Биточки из кури	60	80	0,9	8,8	4,8	146,3	11,3	11,7	6,3	174,8	7.019	
Рагу овощное	120	150	2,2	3,6	9,1	80,7	2,4	3,8	16,3	110,9	7.18/3, 7.207	
Компот из сухофруктов	150	200	0,4	0,0	1,4	58,8	0,1	0,0	17,0	70,8	7.6/10, 7.6/10/2,	
Хлеб пшеничный	20	30	1,5	0,2	10,0	46,2	2,3	0,3	15,0	69,3	7.050-я, 7.052-д	
Хлеб ржаной	20	30	1,3	0,2	8,4	36,2	2,0	0,4	12,5	54,3	7.н003-1-я, 7.002/1-д	
итого	560	750	7,5	15,1	42,7	434,8	19,9	19,2	19,2	569,0		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК												
Сельдь	40	40	6,8	3,4	0,0	58,4	6,8	3,4	0,0	58,4	7.н125/3	
Картофель отварной	120	150	2,3	2,6	20,0	119,2	2,8	2,7	24,2	142,4	7.1/3, 7.63с/1	
Чай с лимоном	150	200	0	0	6,8	28,9	0,0	0,0	0,9	39,6	7.11/10, 7.11/10/2	
Хлеб пшеничный	20	20	1,5	0,2	10,0	41,6	1,5	0,2	10,0	41,6	7.050	
итого	330	410	10,6	6,2	36,7	248,1	11,2	6,3	35,1	282,0		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1365	1740	30,3	32,3	148,1	1081,1	44,2	37,4	113,3	1283,6		

Основное организованное меню МБДОУ - детского сада № 313, включающее горячее питание

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ - детского сада № 313
Г.Б. Хабибрахманова



неделя: ПЕРВАЯ день 3

Наименование блюда	выход		ясли			сад			№ рецептуры
	ясли	сад	белки	жиры	углев	белки	жиры	углев	
Завтрак									
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	200	4,4	5,9	21,5	5,9	7,8	28,6	209,6
Какао с молоком	150	180	2,8	2,7	18,0	2,9	2,7	20,7	126,6
Батон с маслом	25,6	30,6	2,0	0,6	13,4	2,3	5,9	16,0	103,8
ИТОГО	325,6	410,6	9,2	9,1	52,8	11,1	16,4	65,4	440,0
10.00 Фрукт	160	180	1,0	0,1	15,2	1,9	0,1	27,5	100,9
Салат из моркови и яблок с растительным маслом	325,6	410,6	9,2	9,1	52,8	11,1	16,4	65,4	440,0
	40	60	0,6	2,4	5,2	1,0	3,7	7,8	72,2
Суп рыбный с крупой	150	200	6,3	2,1	13,0	0,8	2,8	17,3	121,9
Печень говяжья по-строгановски	70	80	9,3	10,8	1,9	10,6	12,4	2,2	181,4
Каша рисовая рассыпчатая	130	150	3,3	3,6	2,6	3,8	4,1	30,5	161,9
Компот из сухофруктов	150	200	0,4	0,0	1,4	0,5	0,0	18,0	78,4
Хлеб пшеничный	20	30	1,5	0,2	10,0	2,3	0,3	15,0	69,3
Хлеб ржаной	20	30	1,3	0,2	8,4	2,0	0,4	12,5	54,3
ИТОГО	580	750	22,1	17,0	37,3	20,9	23,6	103,3	739,4
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК									
Салат из отвар. карт., морк., свеклы, репч. лук, солен. огур. раст.масл.	60	60	0,9	5,4	6,6	0,9	5,4	6,6	83,9
чай с молоком	150	180	1,0	1,1	8,4	1,2	1,3	10,1	60,7
Ватрушка с повидлом	80	80	5,6	4,5	46,7	5,6	4,5	46,7	269,2
Хлеб пшеничный	20	20	1,5	0,2	10,0	1,5	0,2	10,0	46,2
ИТОГО	310	340	8,9	11,1	71,7	9,1	11,4	73,4	460,0
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1376	1681	41,2	37,4	177,0	43,0	51,4	269,6	1740,3

7.12/10/2-я, 7.14/10/5-д
7.035/2-я, 7.035/3-д
7.183-1-я, 7.279-д
7.28/1/2-я, 7.28/1-д
7.423/2-я, 7.423-д
7.9/8/4-я, 7.9/8/2-д
7.45/3/2-я, 7.45/3-д
7.6/10/2-я, 7.6/10-д
7.050-я, 7.052-д
7.003-1-я, 7.002/1-д

Основное орггвнизованное меню МБДОУ - детского сада № 313,
включающее горячее питание

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ - детского сада № 313
Г.Б. Хабибрахманова



неделя: ПЕРВАЯ

день 4

Наименование блюда	выход		если			если			сад			№ рецептуры
	если	сад	белки	жиры	углев	к/калл	белки	жиры	углев	к/калл		
Завтрак												
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	200	4,8	4,7	23,5	173,6	6,5	6,3	31,3	208,3		7.11/4/2-я, 7.11/4-д
Кофейный напиток с молоком	150	200	0,2	2,1	10,6	78,4	0,2	2,1	10,6	78,4		7.13/10/2-я, 8.13/10-д
Сыр	8	10	1,9	2,0	0	25,9	2,4	2,5	0	29,1		7.435/1-я, 7.435/2-д
Батон	25	30	1,9	0,8	13,3	58,8	2,3	0,1	16,0	63,5		7.189-8-я, 7.189-4-д
итого	325	430	8,9	9,6	47,4	336,6	11,4	11,0	57,9	379,3		
10.00 Сок	100	150	0,5	0,1	10,1	41,4	0,7	0,2	15,2	62,1		7.031-я, 7.031-4-д
ОБЕД												
Салат из морской капусты с яйцом с растительным маслом	40	60	0,1	6,1	2,8	67,7	1,4	9,1	4,2	101,5		7.19/1/2-я, 7.19/1-д
Суп-пюре гороховый	150	200	6,2	1,7	17,6	115,1	8,3	2,2	2,3	153,4		7.29/2/3-я, 7.29/2-д
Гренки	20	20	1,7	0,2	10,9	55,4	1,7	0,2	10,9	55,4		7.34/2/2
Суфле из мяты	50	80	8,1	2,4	1,8	80,9	12,9	3,8	2,9	130,1		7.14/7/3-я, 7.14/7-д
Картофельное пюре	120	150	2,4	3,0	17,7	114,4	3,1	5,1	19,9	148,9		7.н64-с-1-я, 7.021-д
Компот из яблок и изюма	150	200	0,1	0,0	1,3	53,8	0,1	0,1	17,3	71,8		7.2/10/2-я, 7.2/10-д
Хлеб пшеничный	20	30	7,1	0,2	0,2	46,2	2,3	2,7	15,0	69,3		7.050-я, 7.052-д
Хлеб ржаной	20	30	1,3	0,2	8,4	36,2	2,0	0,4	12,5	54,3		7.н003-1-я, 7.002/1-д
итого	570	770	25,2	13,5	49,6	514,1	30,1	23,4	74,1	729,3		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК												
Макаронные изделия отварные	130	150	5,1	3,0	35,5	201,2	5,3	4,7	38,2	209,3		7.н151-1-я, 8.43/3-д
Пряник	30	30	1,4	0,8	23,3	105,0	1,4	0,8	23,3	105,0		7.209-1
Молоко кипяченое	200	200	5,3	5,6	8,5	117,8	5,3	5,6	8,5	117,8		7.386
Хлеб пшеничный	20	20	1,5	0,2	10,0	46,2	1,5	0,2	10,0	46,2		7.050
итого	380	400	13,3	9,7	77,3	470,2	13,6	11,3	80,1	478,3		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1375	1750	47,9	32,9	184,5	1362,4	55,7	46,0	227,3	1648,9		

Основное оргнизованное меню МБДОУ - детского сада № 313,
включающее горячее питание

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ - детского сада № 313
Г.В. Хабибрахманова



неделя: ПЕРВАЯ

день 5

Наименование блюда	выход		ясли				сад				№ рецептуры	
	ясли	сад	белки	жиры	углев	к/калл	белки	жиры	углев	к/калл		
Завтрак												
Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	150	200	0,4	4,8	18,2	142,3	5,0	6,4	2,4	170,8	7.16/4/2-я, 7.16/4-д	
Чай с молоком	150	200	1,0	1,1	8,4	50,6	1,3	1,4	11,2	67,4	7.12/10/2-я, 7.12/10-д	
Батон с маслом	25 \ 6	30 \ 6	2,0	0,6	13,4	103,6	2,3	5,9	16,0	103,8	7.035/2-я, 7.035/3-д	
Итого	300	400	3,3	6,5	39,9	296,5	8,6	13,7	29,7	342,0		
10.00 Сок	100	150	0,5	0,1	10,0	41,4	0,7	0,2	15,2	62,1	7.031-я, 7.031-4-д	
ОБЕД												
Салат из отварной свеклы с растит маслом	50	60	0,7	3,7	5,3	58,1	0,8	4,5	6,3	69,7	7.20/1/1-я, 8.20/1-д	
Суп из овощей со сметаной	150	200	1,2	0,4	7,2	75,2	1,6	5,5	9,6	90,3	7.14/2/3-я, 7.14/2-д	
Каша гречневая	120	150	3,7	3,6	2,3	133,1	4,7	6,3	29,0	187,9	7.н076/2-я, 7.076-1-д	
Гуляш из мяса говядины	70	80	1,0	10,5	3,3	164,2	11,8	12,0	3,7	187,6	7.11/8/2-я, 7.11/8/1-д	
Компот из сухофруктов	150	200	0,4	0,0	1,4	58,8	0,5	0,0	18,0	78,4	7.10/10/2-я, 7.6/10-д	
Хлеб пшеничный	20	30	1,5	0,2	10,0	46,2	2,3	0,3	15,0	69,3	7.050-я, 7.052-д	
Хлеб ржаной	20	30	1,3	0,2	8,4	36,2	2,0	0,4	12,5	54,3	7.н003-1-я, 7.002/1-д	
Итого	580	750	9,8	18,6	37,7	571,8	23,6	28,8	94,2	737,5		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК												
Омлет с маслом натуральный	80	100	6,3	8,8	2,0	125,0	7,9	10,1	2,5	132,1	7.н038/2-я, 7.н038/1-д	
Шанежка с картофелем	70	70	5,3	6,3	3,0	215,2	5,3	6,3	3,0	215,2	7.148/2	
Кисло-молочный продукт	150	150	4,2	4,8	6,1	83,9	4,2	4,8	6,1	83,9	7.075	
Хлеб ржаной	20	20	1,3	0,2	8,4	36,2	1,3	0,2	8,4	36,2	7.н003-1	
Итого	320	340	17,1	20,1	19,5	460,2	18,7	21,4	20,0	467,3		
Итого за день	1300	1640	30,7	45,3	107,1	1370,0	51,7	64,1	159,1	1608,9		
среднее значение за период			37,6	40,1	156,4	1316,0	48,1	52,2	193,1	1554,3		

Основное организованное меню МБДОУ - детского сада № 313, включающее горячее питание

неделя: **ВТОРАЯ**

день **6**

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ - детского сада № 313
Г.Б. Хабиррахманова



Наименование блюда	выход		ясли				сад				ВИТ С		№ рецептуры	
	ясли	сад	белки	жиры	углев	к/калл	белки	жиры	углев	к/калл	ясли	сад		
Завтрак														
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	200	4,4	4,2	24,9	166,4	5,9	5,6	33,180	199,0	0,3	0,4	7,14/4/2-я, 7,14/4-д	
Кофейный напиток на молоке	150	200	0,2	2,1	10,6	78,4	0,3	2,8	14,1	104,5	0,4	0,5	7,13/10/2-я, 7,13/10-д	
Батон с маслом	25	30	2,0	5,7	13,4	103,6	2,3	5,9	16,0	103,8	0	0	7,035/2-я, 7,035/3-д	
	6	6												
Итого	331	436	6,6	12,0	48,9	348,4	8,5	14,3	63,4	407,3	0,70	0,90		
10.00 Фрукт	100	180	1,0	0,1	15,2	56,1	1,9	0,1	27,5	100,9			7,183-1-я, 7,279-д	
ОБЕД														
Горошек зеленый с яйцом и сливочным маслом	50/20	50/20	3,9	3,6	3,1	66,4	3,9	3,6	3,1	66,4			07.02.2001	
Свекольник на мясном бульоне	150	200	1,3	3,4	10,5	80,0	1,8	4,6	14,0	106,7			7,5/2/3-я, 7,5/2	
Голубцы ленивые в молочном соусе	150	180	9,1	7,9	10,8	158,4	13,2	12,4	13,0	228,7			7,н243/3-я, 7,н243/2-д	
Напиток из вишни	180	180	0,0	0,0	13,1	50,7	0,0	0,0	13,1	50,7			7,15/13/1	
Хлеб пшеничный	20	30	1,5	0,2	10,0	46,2	2,3	0,3	15,0	69,3	0,00	0,00	7,050-я, 7,052-д	
Хлеб ржаной	20	30	1,3	0,2	8,4	36,2	2,0	0,4	12,5	54,3	0,00	0,00	7,н003-1-я, 7,002/1-д	
Итого	520	620	5,9	15,3	55,9	437,9	23,2	21,3	70,7	576,1	0,00	0,00		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				15,4										
Пюре из гороха со слив.маслом	80	80	7,7	0,4	19,4	149,1	7,7	0,4	19,4	149,1	3,7	4,3	7,362-2	
Чай	150	180	1,0	1,1	8,4	50,6	1,2	1,3	10,1	60,7			7,12/10/2-я, 2021/30/10-д	
Ватрушка с творогом	70	70	7,5	9,6	25,0	238,1	7,5	9,6	25,0	238,1			7,103/2	
Хлеб пшеничный	20	20	1,5	0,2	10,0	46,2	1,5	0,2	10,0	46,2	0	0	7,050	
Итого	320	350	17,8	11,2	62,8	484,0	17,9	11,4	64,5	494,1	3,7	4,3		
Итого за день	71/1776		31,2	38,6	182,8	1326,4	51,6	47,0	226,1	1578,42	4,43	5,20		

Основное организованное меню МБДОУ - детского сада № 313,
включающее горячее питание

неделя: **ВТОРАЯ**

день **7**



Наименование блюда	• ВЫХОД		ясли			сад			вит С		№ рецептуры		
	ясли	сад	белки	жиры	углев	к/калл	белки	жиры	углев	к/калл		ясли	сад
Завтрак													
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150	200	2,8	2,7	18,0	115,4	6,2	6,9	37,6	224,4	0,4	0,5	7.7/4/2-я, 7.7/4-д
Какао на молоке	150	200	2,2	2,3	12,6	86,5	3,8	3,6	14,9	115,9	0,4	0,5	7.14/10/2-я, 7.14/10-д
Сыр	10	10	2,4	2,5	0	32,4	2,4	2,5	0	32,4	0,01	0,01	7.435/2
Батон	20	30	1,5	0,1	10,7	47,0	2,3	0,1	16,0	70,5	0	0	7.189-3-я, 7.189-4-д
Итого	320	430	9,0	7,5	41,2	281,3	14,7	13,0	68,4	443,2	0,81	1,0	
10.00 Фрукт	150	150	0,5	0,5	15,6	53,5	0,5	0,5	5,6	53,5			7.131-2
ОБЕД													
Салат из белокочанной капусты с морковью и растит.маслом	40	60	0,7	0,3	4,9	42,8	1,0	4,1	7,3	64,2			7.5/1/2-я, 7.5/1-д
Суп из овощей вегетарианский со сметаной	150	200	1,2	0,4	7,2	75,2	1,6	5,5	9,6	100,3	5,10	6,80	7.14/2/3-я, 7.14/2-д
Рыба под маринадом	120	150	10,9	8,2	8,6	183,1	13,7	10,2	10,8	228,1			7.2/7/2-я, 7.2/7/1-д
Картофель отварной	100	120	1,8	2,8	15,9	102,2	2,3	2,6	20,0	119,2			7.1/3/3-я, 7.63с/1-д
Напиток из шиповника	150	200	0,4	0,0	16,4	67,5	0,5	0,0	21,8	90,0	66,8	89,0	7.15/10/2-я, 7.15/10-д
Хлеб пшеничный	20	30	1,5	0,2	10,0	46,2	2,3	0,3	15,0	69,3	0	0	7.050-я, 7.052-д
Хлеб ржаной	20	30	1,3	0,2	8,4	36,2	2,0	0,4	12,5	54,3	0	0	7.003-1-я, 7.002/1-д
Итого	600	790	17,8	12,1	71,4	553,2	23,3	23,0	97,0	725,5	71,9	95,8	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК													
Запеканка морковная	130	155	3,2	4,8	25,9	144,4	3,8	5,8	30,9	172,3	2,7	3,3	7.38/3/1-я, 7.38/3/3-д
Соус молочный	30	30	0,6	1,5	1,9	26,2	0,6	1,5	1,9	26,2	0,59	0,8	7.1/1/1/2
Кисло-молочный продукт	150	150	7,5	4,8	12,7	127,3	7,5	4,8	12,7	127,3			7.023
Яйцо вареное	20	20	0,2	2,0	0,1	31,4	0,2	2,0	0,1	31,4			7.1/6/1
Печенье	20	20	2,1	15,4	91,6	41,6	2,1	1,0	15,4	91,6	0	0	7.308/6
Итого	350	375	13,3	26,5	132,1	339,5	13,9	13,1	60,8	417,3	3,29	4,1	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1420	1745	40,6	46,6	260,3	1227,5	52,4	49,6	231,9	1639,5	76	101	

Основное организованное меню МБДОУ - детского сада № 313,
включающее горячее питание

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ - детского сада № 313
Г.Б.Хабрахманова



неделя: **ВТОРАЯ**

день **8**

Наименование блюда	выход		ясли			сад			ВИТ С		№ рецептуры		
	ясли	сад	белки	жиры	углев	к/калл	белки	жиры	углев	к/калл		ясли	сад
Завтрак													
Каша манная молочная с маслом	150	200	3,9	4,1	21,3	147,9	5,2	5,4	28,4	197,2	0,3	0,4	7.5/4/2-я, 8.5/4-д
Кофейный напиток на молоке	180	200	2,5	2,5	12,7	94,1	0,3	2,8	14,1	104,5	0,4	0,5	7.13/10/1-я, 7.13/10-д
Батон с маслом	25	30	2,0	5,7	13,4	103,6	2,3	5,9	16,0	103,8	0,0	0,0	7.035/2-я, 7.035/3-д
	6	6											
ИТОГО	361	436	8,4	12,3	47,4	345,6	7,9	14,1	58,6	405,6	0,7	0,9	
10.00 сок	100	150	0,5	0,1	10,0	41,4	0,7	0,2	15,2	62,1			7.031-я, 7.031-4-д
ОБЕД													
Салат из отв. карт., кукурузы и репч. лука с растит.маслом	40	60	0,8	2,5	6,3	55,3	1,1	3,7	1,0	83,1	1,3	2,0	7.27/1/2-я, 7.27/1-д
Рассольник "Домашний" со сметаной	150	200	1,4	3,5	9,5	79,6	1,8	4,6	12,7	106,1	2,8	3,7	7.10/2/3-я, 7.10/2-д
Свекла тушеная в сметанном соусе	130	150	2,2	3,2	15,2	93,4	2,5	3,7	17,5	107,8			7.16/3/2-я, 7.16/3-д
Котлета из мяса говядины	70	70	12,9	11,2	3,3	182,6	12,9	11,2	3,3	182,6			7.163/1
Компот из яблок и изюма	150	200	0,1	0,0	0,1	53,8	0,0	0,0	17,3	71,8	37,6	50,1	7.2/10/2-я, 7.2/10-д
Хлеб пшеничный	20	30	1,5	0,2	10,0	46,2	2,3	0,3	15,0	69,3	0	0	7.050-я, 7.052-д
Хлеб ржаной	20	30	1,3	0,2	8,4	36,2	2,0	0,4	12,5	54,3	0	0	7.Н003-1-я, 7.002/1-д
ИТОГО	580	740	20,2	20,8	52,8	547,2	22,7	23,8	79,4	675,0	4,1	5,7	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК													
Макаронные изделия отварные с сыром	130	180	6,1	5,3	28,3	198,7	8,4	7,3	39,2	247,6	0,0	0,0	7.43-2/3/2-я, 7.43-2/3/1-д
Чай с лимоном	150	180	0,0	0,0	6,8	28,9	0,0	0,0	8,4	35,6	0,6	0,8	7.11/10/2-я, 7.11/10/1-д
ИТОГО	280	360	6,1	5,3	35,1	227,6	8,4	7,3	47,5	283,1	0,6	0,8	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1321	1686	35,1	38,4	145,3	1161,8	39,7	45,4	200,7	1425,8	5,4	7,4	

Основное оргвнизованное меню МБДОУ - детского сада № 313,
включающее горячее питание



Заведующий МБДОУ - детского сада № 313
Г.Б. Хабибрахманова

неделя: **ВТОРАЯ** день **9**

Наименование блюда	выход		ясли			сад			вит С		№ рецептуры		
	ясли	сад	белки	жиры	углев	к/калл	белки	жиры	углев	к/калл		ясли	сад
Завтрак													
Суп молочный с лапшой	150	200	2,5	2,9	9,4	79,8	3,3	3,8	12,5	106,4	0,3	0,4	7.21/2/3-я, 7.21/2-д
Какао с молоком	150	200	2,8	2,7	18,0	115,4	3,8	3,6	14,9	115,9	0,3	0,4	7.14/10/2-я, 7.14/10-д
Батон	25	30	1,9	0,8	13,3	58,8	2,3	0,1	16,0	70,5			7.189-8-я, 7.189-4-д
Сыр	10	10	2,4	2,5	0,0	32,4	2,4	2,5	0,0	32,4			7.435/2
итого	325	440	7,2	6,3	40,7	253,9	9,4	7,5	43,4	292,8	0,6	0,8	
10.00 фрукт	150	150	0,5	0,1	10,0	41,4	0,7	0,2	15,2	62,1			7.031-я, 7.031-4-д
ОБЕД													
Салат из отварной свеклы с чернос растительным маслом	40	60	0,5	3,0	8,8	65,6	0,1	4,4	13,2	98,4	0,80	1,20	7.26/1/2-я, 7.26/1-д
Суп крестьян. на курином бульоне со сметаной	150	150	1,4	1,1	9,8	54,3	1,4	1,1	9,8	54,3	4,80	6,41	7.018/2
Мясо кур отварное в соусе	70	80	0,9	9,4	0,2	139,6	9,7	10,7	2,1	159,6			7.2/9/2-я, 7.2/9/1-д
Каша рисовая рассыпчатая	130	150	3,3	3,6	2,6	155,9	3,8	4,1	30,5	179,9			7.45/3/2-я, 7.45/3-д
Напиток из вишни	180	180	0,0	0,0	13,1	50,7	0,0	0,0	13,1	50,7	38,40	51,20	7.15/13/1
Хлеб пшеничный	20	30	1,5	0,2	10,0	46,2	2,3	0,3	15,0	69,3	0,00	0,00	7.050-я, 7.052-д
Хлеб ржаной	20	30	1,3	0,2	8,4	36,2	2,0	0,4	12,5	54,3	0,00	0,00	7.0003-1-я, 7.002/1-д
итого	610	680	8,9	17,4	52,9	548,6	19,2	21,0	96,2	666,4	44,00	58,81	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК													
Запеканка творожная с морковью	150	180	17,44	30,6	21,9	430,0	20,9	36,8	26,2	516,0			7.13/5/1-я, 7.13/5/3-д
Сгущенное молоко	20	20	1,5	1,7	11,5	65,5	1,5	1,7	11,5	65,5			7.351
-ай с молоком	150	150	1,0	1,1	8,4	50,6	1,0	1,1	8,4	50,6	0,20	0,30	7.12/10/2
итого	320	350	19,9	33,4	41,7	546,1	23,4	39,6	46,1	632,1	0,20	0,30	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1405	1620	36,5	57,3	145,3	1389,9	52,7	68,3	200,8	1653,4	44,8	59,9	

Основное организовано меню МБДОУ - детского сада № 313, включающее горячее питание



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ - детского сада № 313
Г.Б. Хабибрахманова

неделя: **ВТОРАЯ** день **10**

Наименование блюда	выход		ясли		белки		жиры		углев		к/калл		белки		жиры		углев		к/калл		ВИТ С		№ рецептуры
	ясли	сад	белки	жиры	углев	к/калл	белки	жиры	углев	к/калл	белки	жиры	углев	к/калл	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак																							
Каша молочная ассорти (пшенично с маслом сливочным)	150	180	4,1	4,8	21,5	158,9	5,0	5,7	25,8	190,6	0,4	0,5	0,4	0,5	0,4	0,5	0,4	0,5	190,6	190,6	0,4	0,5	7.19/4/2-я, 7.19/4/1-д
Кофейный напиток на молоке	150	200	0,2	2,1	10,6	78,4	0,3	2,8	14,1	104,5	0,4	0,5	0,4	0,5	0,4	0,5	0,4	0,5	104,5	104,5	0,4	0,5	7.13/10/2-я, 7.13/10-д
Батон со	25	30	2,0	0,6	13,4	103,6	2,3	5,9	16,0	115,4	0	0	0	0	0	0	0	0	115,4	115,4	0	0	7.035/2-я, 7.035/3-д
сливочным маслом	6	6																					
Итого	331	416	6,3	7,5	45,5	340,9	7,6	14,4	56,0	410,5	0,8	1	0,8	1	0,8	1	0,8	1	410,5	410,5	0,8	1	
ОБЕД																							
Салат из отварного картофеля с маринованным луком, соевым соусом, растительным маслом	40	60	0,6	5,4	4,4	74,6	0,9	8,0	0,7	111,9	1,7	2,5	1,7	2,5	1,7	2,5	1,7	2,5	111,9	111,9	1,7	2,5	7.30/1/2-я, 7.30/1-д
Борщ со сметаной	150	200	0,1	3,4	9,1	74,6	1,7	4,6	12,2	99,5	4	5,4	4	5,4	4	5,4	4	5,4	99,5	99,5	4	5,4	7.2/2/3-я, 7.2/2-д
Запеканка картофельная с отварным мясом говядины	150	200	11,6	10,9	2,4	258,0	15,5	14,5	31,3	343,9									343,9	343,9			7.36/8/3-я, 7.36/8/1-д
Соус сметанный	20	20	0,2	1,6	0,1	21,0	0,2	1,6	0,1	21,0									21,0	21,0			7.6/11/2-я
Компот из сухофруктов	150	200	0,4	0,0	1,4	58,8	0,5	0,0	18,0	78,4	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	0,01	78,4	78,4	0,01	0,01	7.6/10/2-я, 7.6/10-д
Хлеб пшеничный	20	30	1,5	0,2	10,0	46,2	2,3	0,3	15,0	69,3	0	0	0	0	0	0	0	0	69,3	69,3	0	0	7.050-я, 7.052-д
Хлеб ржаной	20	30	1,3	0,2	8,4	36,2	2,0	0,4	12,5	54,3	0	0	0	0	0	0	0	0	54,3	54,3	0	0	7.Н003-1-я, 7.002/1-д
Итого	550	740	15,5	20,1	35,6	548,4	22,8	27,7	89,7	757,3	5,71	7,91	5,71	7,91	5,71	7,91	5,71	7,91	757,3	757,3	5,71	7,91	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК																							
Омлет с картофелем	130	150	8,4	7,6	12,8	166,1	9,6	8,7	14,7	191,6									191,6	191,6			7.4/6/6-я, 7.4/6/4-д
Чай с молоком	150	200	1,0	1,1	8,4	50,6	1,3	1,4	11,2	67,4	0	0	0	0	0	0	0	0	67,4	67,4	0	0	7.12/10/2-я, 7.12/10-д
Булка с маком			8,3	9,8	55,0	3438,0	8,3	9,8	55,0	3438,0									3438,0	3438,0			7.1242
Итого	280	350	17,6	18,4	76,2	3654,6	19,2	20,0	80,9	3697,0	0	0	0	0	0	0	0	0	3697,0	3697,0	0	0	
Итого за день	1261	1656	39,9	46,1	167,2	4585,2	50,3	62,3	241,8	4926,9	6,5	8,9	6,5	8,9	6,5	8,9	6,5	8,9	4926,9	4926,9	6,5	8,9	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575819

Владелец Хабибрахманова Гюзель Бариевна

Действителен с 18.03.2022 по 18.03.2023