

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение муниципального образования город Краснодар «Центр развития ребёнка – детский сад № 23 «Вишенка»

Основное меню

**Возрастная категория -
дети 1-3 лет**

**Сезон – зима
(с 1 октября по 31 мая)**

г.Краснодар

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МБДОУ "Центр - детский сад № 23"

Сезон: Зима.

Возрастная категория: Ясли

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель  Шиневская Е.И.
подпись расшифровка подписи

01.09.23 up 16/11

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 1							
Завтрак	Драчена	65	16,7	17,7	4,6	243,9	242
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	59.02
	Бутерброд с маслом	25	1,6	3,8	9,9	80,1	1
	Чай с сахаром (10/0,5)	150	0,0	0,0	8,0	31,9	411
	Икра кабачковая консервированная	40	0,0	2,9	2,9	38,2	57
Общий выход всех блюд на Завтрак		300	19,6	24,6	33,5	432,1	
Завтрак2	Яблоки	95	0,4	0,0	9,7	39,4	386
Общий выход всех блюд на Завтрак2		95	0,4	0,0	9,7	39,4	
Обед	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	59.01
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	47,0	61,05
	Борщ вегетарианский (мелкошинкованный)	180	1,4	4,3	8,2	76,2	65
	Гуляш из отварного мяса	60/40	18,3	13,7	4,8	214,2	293
	Картофель отварной	113	2,4	2,7	20,6	115,1	136
	Кисель из вишни	150	0,2	0,1	16,1	66,8	396
	Салат из квашеной капусты	40	0,7	3,0	2,9	41,8	стр.163
Общий выход всех блюд на Обед		623	25,8	24,2	70,4	599,1	
Полдник	Лапшевник с творогом	140	14,5	11,7	37,3	312,7	226
	Суп молочный с ячневой крупой	150	4,8	4,3	14,7	115,9	101
	Кефир	150	4,3	3,7	6,0	80,8	420
Общий выход всех блюд на Полдник		440	23,6	19,7	58,0	509,3	
Итого за 1 день:			69,4	68,5	171,5	1579,9	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МБДОУ "Центр - детский сад № 23"

Сезон: Зима.

Возрастная категория: Ясли

Руководитель

УТВЕРЖДАЮ

Шиневская Е.И.

подпись расшифровка подписи

01.09.23

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 2							
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	150	4,3	3,5	16,3	113,9	414
	Каша вязкая гречневая	150	6,3	6,0	23,3	171,7	182
	Бутерброд с сыром	45	4,6	6,8	14,8	139,5	3
	Яйца вареные	1/2	5,6	5,1	0,3	69,1	227
Общий выход всех блюд на Завтрак		348	20,8	21,4	54,7	494,2	
Завтрак2	Яблоки	95	0,4	0,0	9,7	39,4	386
Общий выход всех блюд на Завтрак2		95	0,4	0,0	9,7	39,4	
Обед	Суп картофельный с крупой	180	1,3	4,3	9,4	80,4	86
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	47,0	61,05
	Капуста тушеная	120	2,6	5,1	11,2	101,2	143
	Тефтели из печени с рисом	70	10,7	4,8	7,8	118,7	301
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	59,01
	Компот из сушеных фруктов	150	0,0	0,0	8,1	32,2	394
	Огурцы соленые	40	0,3	0,0	0,7	5,3	18
Общий выход всех блюд на Обед		600	17,7	14,6	55,0	422,8	
Полдник	Булочка российская	50	8,3	9,8	29,3	238,4	457
	Котлеты или биточки рыбные запеченные	60	9,4	5,8	3,1	117,7	271
	Кефир	150	4,3	3,7	6,0	80,8	420
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	47,0	61,05
	Картофель, запеченный в сметанном соусе	100	2,3	3,9	13,3	96,7	163
Общий выход всех блюд на Полдник		380	25,8	23,4	61,5	580,6	
Итого за 2 день:			64,8	59,4	180,9	1537,0	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МБДОУ "Центр - детский сад № 23"

Сезон: Зима.

Возрастная категория: Ясли

Руководитель

ТВЕРЖДАЮ

Шиневская Е.И.

подпись расшифровка подписи

01.09.23 № 46/1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 3							
Завтрак	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	59.01
	Суп молочный с макаронными изделиями	150	5,3	4,7	14,8	122,7	100
	Чай с сахаром (10/0,5)	150	0,0	0,0	8,0	31,9	411
	Яйца вареные	1/2	5,6	5,1	0,3	69,1	227
	Бутерброд с маслом	20/5	1,6	3,8	9,9	80,1	1
Общий выход всех блюд на Завтрак		348	13,8	13,8	41,1	341,8	
Завтрак2	Яблоки	95	0,4	0,0	9,7	39,4	386
Общий выход всех блюд на Завтрак2		95	0,4	0,0	9,7	39,4	
Обед	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	59.01
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	47,0	61,05
	Суп картофельный с бобовыми	180	4,3	4,4	14,2	112,4	87
	Бефстроганов из отварного мяса	60/60	18,4	13,0	3,7	205,8	294
	Кисель из сока натурального	150	0,5	0,1	18,0	77,6	400
	Пюре картофельное	120	2,7	3,9	19,1	121,8	339
	Салат из свеклы с зеленым горошком	40	0,7	1,9	3,6	34,5	35
Общий выход всех блюд на Обед		650	29,5	23,7	76,4	637,2	
Полдник	Запеканка из творога	70	13,6	10,4	15,6	210,4	251
	Рагу из овощей	120	1,4	5,2	9,4	88,1	148
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	47,0	61,05
	Биокефир	155	4,5	3,7	6,0	76,3	420
	Печенье (25)	32	2,2	5,1	22,1	140,8	стр.162
Общий выход всех блюд на Полдник		397	23,3	24,6	62,9	562,6	
Итого за 3 день:			66,9	62,0	190,1	1580,9	

Менюготавливаемых блюд

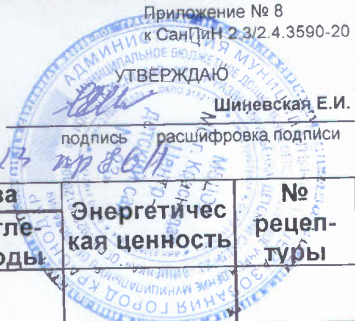
Учреждение: МБДОУ "Центр - детский сад № 23"

Сезон: Зима.

Возрастная категория: Ясли

Руководитель

01.09.23



Шиевская, Е.И.

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 4							
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	150	4,3	3,5	16,3	113,9	414
	Яйца вареные	1/2	5,6	5,1	0,3	69,1	227
	Бутерброд с маслом	25	1,6	3,8	9,9	80,1	1
	Каша жидкая пшенная	150	6,9	5,7	23,9	174,1	199
Общий выход всех блюд на Завтрак		328	18,4	18,1	50,5	437,1	
Завтрак2	Кефир	150	4,3	3,7	6,0	80,8	420
Общий выход всех блюд на Завтрак2		150	4,3	3,7	6,0	80,8	
Обед	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	59,01
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	47,0	61,05
	Жаркое по-домашнему	170	19,9	14,1	20,1	285,8	292
	Щи из свежей капусты с картофелем	180	1,5	3,8	8,3	72,4	73
	Компот из сушеных фруктов	150	0,0	0,0	8,1	32,2	394
	Салат из горошка зеленого консервированного	40	1,1	3,1	2,7	46,2	10
Общий выход всех блюд на Обед		580	25,4	21,3	57,0	521,6	
Полдник	Шницель рыбный натуральный	60	10,2	6,8	5,9	141,1	274
	Свекла, тушенная с яблоками	120	1,6	1,6	11,8	67,5	146
	Сок фруктовый	150	0,8	0,1	15,2	69,0	418
	Пряник	42	2,5	2,0	31,5	153,7	
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	47,0	61,05
Общий выход всех блюд на Полдник		392	16,6	10,7	74,2	478,3	
Итого за 4 день:			64,7	53,9	187,6	1517,7	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МБДОУ "Центр - детский сад № 23"

Сезон: Зима.

Возрастная категория: Ясли

Руководитель

Шиньская Е.И.

подпись Расшифровка подписи

01.09.23

Игорь С.И.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 5							
Завтрак	Омлет натуральный	70	16,1	16,7	1,6	221,4	229
	Бутерброд с сыром	45	4,6	6,8	14,8	139,5	3
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	59.01
	Какао с молоком	150	4,8	3,9	14,8	113,3	416
	Икра кабачковая консервированная	40	0,0	2,9	2,9	38,2	57
Общий выход всех блюд на Завтрак		325	26,9	30,5	42,3	550,6	
Завтрак2	Яблоки	95	0,4	0,0	9,7	39,4	386
Общий выход всех блюд на Завтрак2		95	0,4	0,0	9,7	39,4	
Обед	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	59.01
	Плов из птицы	160	25,1	24,1	28,3	429,5	321
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	47,0	61,05
	Сок фруктовый	150	0,8	0,1	15,2	69,0	418
	Суп картофельный с клецками	180	3,3	3,6	18,1	116,8	91
	Винегрет овощной	40	0,8	3,1	4,6	48,7	46
Общий выход всех блюд на Обед		570	32,7	31,3	84,0	749,0	
Полдник	Пудинг из творога (запеченный)	80	15,9	14,1	13,5	244,5	249
	Чай с молоком	150	3,3	2,8	12,2	86,2	413
	Суп молочный с овсяными хлопьями "Геркулес"	150	5,9	5,8	16,9	143,1	101
	Булочка дорожная	50	3,9	1,9	29,0	148,7	453
Общий выход всех блюд на Полдник		430	29,0	24,6	71,5	622,5	
Итого за 5 день:			88,9	86,4	207,5	1961,4	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МБДОУ "Центр - детский сад № 23"

Сезон: Зима.

Возрастная категория: Ясли

Руководитель _____ Шиневская Е.И.
подпись _____ расшифровка подписи _____



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 6							
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	150	4,3	3,5	16,3	113,9	414
	Каша вязкая рисовая с изюмом	150	4,7	4,4	40,2	219,9	190
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	59.01
	Яйца вареные	1/2	5,6	5,1	0,3	69,1	227
	Бутерброд с маслом	20/5	1,6	3,8	9,9	80,1	1
Общий выход всех блюд на Завтрак		348	17,5	17,0	74,8	520,9	
Завтрак2	Яблоки	95	0,4	0,0	9,7	39,4	386
Общий выход всех блюд на Завтрак2		95	0,4	0,0	9,7	39,4	
Обед	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	59.01
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	47,0	61,05
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180/30	8,5	7,6	14,5	159,7	89
	Пудинг из говядины	60	15,6	14,5	0,8	196,0	307
	Компот из сушеных фруктов	150	0,0	0,0	8,1	32,2	394
	Каша гречневая	110	4,6	4,7	28,8	175,9	179
	Салат из квашеной капусты	40	0,7	3,0	2,9	41,8	стр.163
Общий выход всех блюд на Обед		610	32,2	30,3	72,9	690,6	
Полдник	Булочка школьная	50	4,6	3,6	32,5	180,4	455
	Морковь, тушенная с яблоками	150	1,9	1,6	18,5	87,7	363
	Чай с сахаром (10/0,5)	150	0,0	0,0	8,0	31,9	411
	Тефтели рыбные тушеные	60	11,3	3,1	8,5	107,0	277
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	47,0	61,05
	Печенье (25)	32	2,2	5,1	22,1	140,8	стр.162
Общий выход всех блюд на Полдник		462	21,5	13,5	99,3	594,8	
Итого за 6 день:			71,6	60,8	256,7	1845,7	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МБДОУ "Центр - детский сад № 23"

Сезон: Зима.

Возрастная категория: Ясли

Руководитель

УТВЕРЖДАЮ

Шиневская Е.И.

01.09.23

подпись _____ расшифровка подписи _____

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 7							
Завтрак	Какао с молоком	150	4,8	3,9	14,8	113,3	416
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	59.01
	Бутерброд с сыром	45	4,6	6,8	14,8	139,5	3
	Яблочки	95	0,4	0,0	9,7	39,4	386
	Яйца вареные	1/2	5,6	5,1	0,3	69,1	227
	Суп молочный с манной крупой	150	5,5	5,1	16,7	133,8	101
Общий выход всех блюд на Завтрак		463	22,2	21,0	64,3	533,1	
Завтрак2	Кефир	150	4,3	3,7	6,0	80,8	420
Общий выход всех блюд на Завтрак2		150	4,3	3,7	6,0	80,8	
Обед	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	47,0	61,05
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	16,0	76,0	59.03
	Суп картофельный	180	1,8	4,3	14,9	104,5	83
	Тефтели из печени с рисом	70	10,7	4,8	7,8	118,7	301
	Свекла, тушенная в сметане	120	2,4	3,9	12,9	96,3	145
	Салат из горошка зеленого консервированного	40	1,1	3,1	2,7	46,2	10
	Кисель из вишни	150	0,2	0,1	16,1	66,8	396
Общий выход всех блюд на Обед		620	20,3	16,9	80,2	555,5	
Полдник	Пюре картофельное	120	2,7	3,9	19,1	121,8	339
	Хлеб пшеничный 15	15	1,1	0,1	7,4	35,3	61.08
	Сок фруктовый	150	0,8	0,1	15,2	69,0	418
	Запеканка из творога	70	13,6	10,4	15,6	210,4	251
	Салат из соленых огурцов с луком	40	0,3	2,0	0,9	24,3	20
Общий выход всех блюд на Полдник		395	18,5	16,6	58,2	460,8	
Итого за 7 день:			65,3	58,3	208,7	1630,1	

Меню приготавливаемых блюд

Учреждение: МБДОУ "Центр - детский сад № 23"

Сезон: Зима.

Возрастная категория: Ясли

Руководитель

Щиговская Е.И.

подпись _____ расшифровка подписи _____

01.09.23



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 8							
Завтрак	Бутерброд с маслом	20/5	1,6	3,8	9,9	80,1	1
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	59.01
	Суп молочный с клецками	150	10,0	8,6	26,7	223,2	105
	Чай с молоком	150	3,3	2,8	12,2	86,2	413
	Яйца вареные	1	11,2	10,1	0,6	138,2	227
Общий выход всех блюд на Завтрак		346	27,4	25,4	57,4	565,7	
Завтрак2	Биокефир	155	4,5	3,7	6,0	76,3	420
Общий выход всех блюд на Завтрак2		155	4,5	3,7	6,0	76,3	
Обед	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	47,0	61,05
	Мясо тушеное с овощами в соусе	170	19,6	14,6	17,6	279,7	290
	Хлеб ржаной	40	2,6	0,4	16,0	76,0	59.03
	Суп картофельный с крупой	180	2,2	4,4	14,0	103,4	86
	Компот из сушеных фруктов	150	0,0	0,0	8,1	32,2	394
	Салат из соленых огурцов с луком	40	0,3	2,0	0,9	24,3	20
Общий выход всех блюд на Обед		600	26,3	21,6	66,5	562,6	
Полдник	Ватрушки	60	8,6	7,6	43,2	273,5	441
	Пудинг рыбный запеченный	75	12,1	4,5	5,5	109,9	285
	Рагу овощное	120	2,3	2,7	13,1	84,9	360
	Хлеб пшеничный 15	15	1,1	0,1	7,4	35,3	61.08
	Сок фруктовый	150	0,8	0,1	15,2	69,0	418
Общий выход всех блюд на Полдник		420	24,9	15,1	84,3	572,5	
Итого за 8 день:			83,0	65,9	214,2	1777,1	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
СанПиН 2.3/2.4.3590.20

Учреждение: МБДОУ "Центр - детский сад № 23"

Сезон: Зима.

Возрастная категория: Ясли

Руководитель

Щиневская Е.И.

подпись расшифровка подписи

01.08.2023

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 9							
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	150	4,3	3,5	16,3	113,9	414
	Омлет с сыром	70	16,3	16,9	1,5	223,6	230
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	59.02
	Бутерброд с маслом	25	1,6	3,8	9,9	80,1	1
	Икра кабачковая консервированная	40	0,0	2,9	2,9	38,2	57
Общий выход всех блюд на Завтрак		305	23,5	27,3	38,8	493,8	
Завтрак2	Яблоки	95	0,4	0,0	9,7	39,4	386
Общий выход всех блюд на Завтрак2		95	0,4	0,0	9,7	39,4	
Обед	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	59.01
	Макаронные изделия отварные	100	4,5	4,3	28,3	170,0	335
	Хлеб пшеничный 30	30	2,3	0,2	14,8	70,5	61.07
	Салат из свеклы	40	0,6	2,4	3,4	37,6	34
	Сок фруктовый	150	0,8	0,1	15,2	69,0	418
	Суп с рыбными консервами	180	6,5	8,0	13,3	150,1	95
	Печень, тушеная в соусе	70/50	17,6	6,3	2,6	141,6	
Общий выход всех блюд на Обед		640	33,5	21,6	85,5	676,8	
Полдник	Пудинг из творога с рисом	65	9,8	8,4	11,8	161,6	250
	Булочка домашняя	50	6,8	6,8	29,1	204,5	452
	Суп молочный с гречневой крупой	150	6,1	5,0	20,3	150,5	101
	Кефир	150	4,3	3,7	6,0	80,8	420
Общий выход всех блюд на Полдник		415	27,1	24,0	67,1	597,4	
Итого за 9 день:			84,4	72,9	201,0	1807,4	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Учреждение: МБДОУ "Центр - детский сад № 23"

Сезон: Зима.

Возрастная категория: Ясли

Руководитель

Шиневская Е.И.

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 10							
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	150	4,3	3,5	16,3	113,9	414
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	59.02
	Суп молочный манный	150	5,8	5,3	16,4	135,9	99
	Бутерброд с маслом	25	1,6	3,8	9,9	80,1	1
	Яблоки	95	0,4	0,0	9,7	39,4	386
	Яйца вареные	1/2	5,6	5,1	0,3	69,1	227
Общий выход всех блюд на Завтрак		443	18,9	17,9	60,6	476,3	
Завтрак2	Кефир	150	4,3	3,7	6,0	80,8	420
Общий выход всех блюд на Завтрак2		150	4,3	3,7	6,0	80,8	
Обед	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,0	38,0	59.01
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	47,0	61,05
	Суп картофельный с крупой	180	1,5	4,3	12,5	93,3	86
	Птица, тушенная в соусе с овощами	180	16,0	4,7	24,8	204,2	319
	Кисель из яблок	150	0,2	0,0	18,9	76,0	
	Салат из свеклы с огурцами солеными	45	0,7	2,8	3,1	40,4	37
Общий выход всех блюд на Обед		595	21,2	12,0	77,2	498,8	
Полдник	Капуста тушенная	120	2,6	5,1	11,2	101,2	143
	Сок фруктовый	150	0,8	0,1	15,2	69,0	418
	Хлеб пшеничный 15	15	1,1	0,1	7,4	35,3	61.08
	Рыба, запеченная в омлете	60	13,6	9,2	2,0	159,8	263
Общий выход всех блюд на Полдник		345	18,1	14,6	35,7	365,3	
Итого за 10 день:			62,6	48,2	179,6	1421,1	
Итого за весь период:			721,6	636,2	1997,8	16658,4	
Среднее значение за период:			72,2	63,6	199,8	1665,8	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности:			4,3	3,8	12,0		