

Утверждаю:
Руководитель

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС №280 г. Челябинска"

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1						
ЗАВТРАК							
	Яйцо вареное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	306/2
	.Каша ячневая молочная вязкая	200	5,65	6,27	27,91	190,62	99/1
	.Кофейный напиток с молоком	180	2,80	2,29	12,15	80,37	253*/1
	.Батон с маслом	46	3,05	5,51	20,64	144,33	387*/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	427	17	19	61	478	
10 ЧАСОВ							
	.Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50		10,10	42,40	418*/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1		10	42	
ОБЕД							
	.Огурец свежий порционный	60	0,42		1,14	6,24	329*/1
	.Борщ с капустой и картофелем со сметаной на м/б	200	2,67	4,93	13,84	110,31	27*/1
	.Гуляш из свинины	80	14,09	13,46	2,53	187,50	152*/1
	.Макаронные изделия отварные	135	5,54	4,28	35,32	201,90	2/1
	.Компот из смеси сухофруктов	180	0,30		7,00	29,18	241*/1
	.Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	338*/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	705	26	23	80	633	
ПОЛДНИК							
	Пирожок с капустой	70	6,05	5,57	33,54	208,29	811/2
	.Кефир	180	5,22	5,76	7,20	101,52	251*/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	11	11	41	310	
УЖИН							
	.-Суфле из рыбы	70	12,02	3,54	2,85	91,27	359/1
	.. Икра свекольная	150	2,11	5,19	11,37	100,51	Н4*/1
	.Чай с лимоном	200	0,04		7,13	28,63	374/1
	.Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04	338/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	455	17	9	39	302	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1937	71	62	230	1765	

Утверждаю:

Руководитель

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС №280 г. Челябинска"

Приложение №8

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2						
ЗАВТРАК							
	.Запеканка из творога	120	21,07	9,84	14,25	229,76	117*/1
	.Молоко сгущ. 8,5%	25	1,78	1,25	13,80	73,55	
	.Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,29	12,15	80,37	253*/1
	.Батон с маслом и сыром	57	5,94	8,44	20,64	182,24	337*/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	402	32	22	61	566	
10 ЧАСОВ							
	.Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50		10,10	42,40	418*/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1		10	42	
ОБЕД							
	.Салат из зеленого горошка	60	1,71	3,11	3,58	49,08	332*/1
	.Рассольник ленинградский	200	2,25	3,74	16,69	109,38	33/1
	.Котлета из свинины	70	13,87	12,01	8,93	199,24	282*/1
	.Рагу из овощей	150	3,33	9,11	20,43	176,76	77/1
	.Напиток из шиповника	180	0,58		15,20	63,10	256/1
	.Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	338*/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	710	25	29	85	695	
ПОЛДНИК							
	.Печенье	30	2,25	3,54	22,47	130,74	
	.Бифидок	200	5,40	5,00	21,60	153,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	230	8	9	44	284	
УЖИН							
	.Каша овсяная "Геркулес" жидкая	200	5,73	7,43	23,74	184,68	93/1
	.Чай с сахаром	180			5,01	20,03	263*/1
	.Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	338/1
	.Яблоки	160	0,56	0,56	13,80	62,52	336*/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	570	9	8	57	338	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	2012	73	67	257	1925	

Утверждаю:

Руководитель

Берисов В. В.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС №280 г. Челябинска"

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3						
ЗАВТРАК							
	.Каша пшенная молочная жидкая	200	5,53	6,71	24,92	182,06	96*/1
	.Какао с молоком	200	3,29	2,25	13,50	87,40	248*/1
	.Батон с маслом	46	3,05	5,51	20,64	144,33	387*/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	446	12	14	59	414	
10 ЧАСОВ							
	.Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50		10,10	42,40	418*/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1		10	42	
ОБЕД							
	.. Икра свекольная	50	0,83	2,08	4,46	39,74	Н4*/1
	.Суп овощной с фасолью и сметаной на куринном бульоне	200	2,61	3,93	10,48	87,65	397*/1
	.Плов из отварной птицы	210	15,22	14,53	33,96	327,44	180/1
	.Компот из смеси сухофруктов	180	0,30		7,00	29,18	241*/1
	.Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	338*/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	690	22	21	76	581	
ПОЛДНИК							
	.Булочка "Домашняя"	70	5,15	6,93	35,15	223,62	274/1
	.Кефир	180	5,22	5,76	7,20	101,52	251*/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	10	13	42	325	
УЖИН							
	.Салат картофельный с соленым огурцом	60	2,45	4,32	6,81	75,94	23/1
	.Омлет натуральный	150	11,93	13,61	3,43	183,86	110*/1
	.Чай с сахаром	200			5,01	20,03	263*/1
	.Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04	338/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	445	17	18	32	362	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1931	62	67	220	1725	

Утверждаю:

Руководитель

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС №280 г.Челябинска"

Приложение №8

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4						
ЗАВТРАК							
	.Каша кукурузная молочная	200	4,73	6,18	26,04	178,63	91*/1
	жидкая						
	.Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,29	12,15	80,37	253*/1
	.Батон с маслом и сыром	57	5,94	8,44	20,64	182,24	337*/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	457	13	17	59	441	
10 ЧАСОВ							
	.Соки овощные, фруктовые и	100	0,50		10,10	42,40	418*/1
	ягодные						
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1		10	42	
ОБЕД							
	.Икра кабачковая порционная	50	0,95		3,85	19,20	7/1
	.-Суп картофельный с зеленым	200	2,50	3,52	13,43	95,35	36*/1
	горошком и сметаной на м/б						
	.Запеканка картофельная с	200	18,35	17,15	28,34	341,05	157/1
	мясом						
	.Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	10,52	43,92	240*/1
	.Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	338*/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	680	25	21	76	597	
ПОЛДНИК							
	Вафли	40	1,28	1,12	32,44	144,96	
	Бифидок	200	5,40	5,00	21,60	153,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	240	7	6	54	298	
УЖИН							
	.Сырники из творога, запеченные	145	24,70	11,02	39,71	356,74	130*/1
	.Чай с сахаром	200			5,01	20,03	263*/1
	.Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04	338/1
	Банан	220	3,17	1,06	44,35	199,58	336*2/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	600	31	12	106	658	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	2077	76	57	305	2037	

Утверждаю:

Руководитель

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС №280 г. Челябинска"

Приложение №8

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5						
ЗАВТРАК							
	.Каша гречневая вязкая на молоке	200	6,43	6,87	25,42	189,18	86/1
	.Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,29	12,15	80,37	253*/1
	.Батон с маслом	46	3,05	5,51	20,64	144,33	387*/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	446	12	15	58	414	
10 ЧАСОВ							
	.Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50		10,10	42,40	418*/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1		10	42	
ОБЕД							
	.Салат Пикантный	60	2,80	5,34	1,22	64,05	H112*/1
	.Суп полевой со сметаной	200	2,59	4,73	16,83	120,22	370*/1/1
	.Голубцы ленивые	220	17,01	15,24	21,50	291,12	150/1
	.Компот из смеси сухофруктов	180	0,30		7,00	29,18	241*/1
	.Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	338*/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	710	26	26	67	602	
ПОЛДНИК							
	.Пирожок с картофелем	70	5,89	3,79	36,93	205,36	294/1
	.Кефир	180	5,22	5,76	7,20	101,52	251*/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	11	10	44	307	
УЖИН							
	.Рыба, тушеная в томате с овощами	200	11,83	5,77	10,26	140,18	406*/1
	.Чай с сахаром	200			5,01	20,03	263*/1
	.Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	338/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	430	14	6	30	231	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1936	64	56	209	1596	

Утверждаю:
Руководитель

Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС №280 г. Челябинска"

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1						
ЗАВТРАК							
	.Суп молочный с крупой (рисом)	200	4,54	3,88	18,75	128,02	43*/1
	Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,29	12,15	80,37	253/1
	.Батон с маслом и сыром	57	5,94	8,44	20,64	182,24	337*/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	457	13	15	52	391	
10 ЧАСОВ							
	.Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50		10,10	42,40	418*/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1		10	42	
ОБЕД							
	.Помидор свежий порционный	60	0,36	0,12	2,52	12,60	1.3*/1
	.Щи с капустой и картофелем со сметаной	200	2,47	3,96	13,65	100,05	56*/1/1
	.Печень говяжья по-строгановски	90	20,31	15,28	11,07	262,96	162*/1
	.Картофельное пюре	150	3,63	4,78	25,09	157,85	206*/1
	.Компот из смеси сухофруктов	180	0,30		7,00	29,18	241*/1
	.Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	338*/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	730	30	25	79	660	
ПОЛДНИК							
	Вафли	40	1,28	1,12	32,44	144,96	
	Бифидок	200	5,40	5,00	21,60	153,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	240	7	6	54	298	
УЖИН							
	.Свекла порционная	60	0,81	0,06	4,28	20,89	H5*/1
	.Макароны, запеченные с яйцом	200	11,58	13,44	37,16	315,78	222*/1
	.Чай с сахаром	180			5,01	20,03	263*/1
	.Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	338/1
	Груша	200	0,72		18,54	77,04	336*/1/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	670	15	14	80	504	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	2197	66	59	275	1895	

Утверждаю:
Руководитель *В.В. Бегичев*

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС №280 г. Челябинска"

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2						
ЗАВТРАК							
	.Пудинг из творога запеченый	120	22,40	11,18	20,74	273,01	128*/1
	.Молоко сгущ.8,5%	25	1,78	1,25	13,80	73,55	
	.Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,29	12,15	80,37	253*/1
	.Батон с маслом и сыром	57	5,94	8,44	20,64	182,24	337*/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	402	33	23	67	609	
10 ЧАСОВ							
	.Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50		10,10	42,40	418*/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1		10	42	
ОБЕД							
	.Икра кабачковая порционная	60	1,14		4,62	23,04	7/1
	.Суп картофельный с бобовыми	200	5,81	3,68	21,67	143,03	87*/1
	.Котлета из свинины	70	15,36	13,29	8,93	216,71	282*/1
	.Капуста тушеная	150	3,55	7,84	9,98	124,52	200/2
	.Кисель из плодового или ягодного концентрата	200	0,11		5,61	22,88	233/1
	.Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	338*/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	730	29	25	71	628	
ПОЛДНИК							
	.Коржик молочный	70	6,43	7,87	39,18	253,30	279/1
	.Кефир	180	5,22	5,76	7,20	101,52	251*/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	12	14	46	355	
УЖИН							
	.Винегрет овощной	60	0,90	3,12	5,15	52,22	32/1
	.Омлет натуральный	150	11,93	13,61	3,43	183,86	110*/1
	.Чай с лимоном	200	0,04		7,13	28,63	374/1
	.Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	338/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	440	15	17	30	335	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1922	89	79	225	1969	

Утверждаю:
Руководитель

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС №280 г. Челябинска"

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3						
ЗАВТРАК							
	.Каша овсяная "Геркулес"	200	5,73	7,43	23,74	184,68	93/1
	жидкая						
	Какао с молоком	200	3,29	2,88	13,50	93,07	248/1
	.Батон с маслом	46	3,05	5,51	20,64	144,33	387*/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	446	12	16	58	422	
10 ЧАСОВ							
	.Соки овощные, фруктовые и	100	0,50		10,10	42,40	418*/1
	ягодные						
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1		10	42	
ОБЕД							
	.Огурец соленый порционный	50	0,40	0,05	0,85	5,45	330/1
	.Свекольник со сметаной на	200	2,75	4,99	16,71	122,66	34*/1
	мясном бульоне						
	.Жаркое по-домашнему	220	17,45	16,01	29,38	331,23	153*/1
	(говядина)						
	.Компот из смеси сухофруктов	180	0,30		7,00	29,18	241*/1
	.Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	338*/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	700	24	22	74	586	
ПОЛДНИК							
	Печенье	30	2,25	3,54	22,47	130,74	
	Бифидок	200	5,40	5,00	21,60	153,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	230	8	9	44	284	
УЖИН							
	.Котлеты рыбные	70	11,41	2,36	7,54	97,03	134*/1
	Рис припущенный	110	3,12	4,07	32,63	179,57	192/1
	.Чай с молоком	180	2,03	1,75	8,30	57,06	261/1
	.Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	338/1
	Банан	220	3,17	1,06	44,35	199,58	336*2/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	610	22	9	108	604	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	2086	66	55	294	1938	

Утверждаю:

Руководитель

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС №280 г. Челябинска"

Приложение №8

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4						
ЗАВТРАК							
	.Каша "Дружба"	200	4,85	6,36	26,04	180,75	84/1
	.Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,29	12,15	80,37	253*/1
	.Батон с маслом и сыром	57	5,94	8,44	20,64	182,24	337*/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	457	14	17	59	443	
10 ЧАСОВ							
	.Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50		10,10	42,40	418*/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1		10	42	
ОБЕД							
	Салат из моркови с зеленым горошком	60	0,92	3,06	3,36	44,70	11*/1
	.Суп картофельный с клецками на курином бульоне	200	3,53	3,48	21,82	132,64	37/1
	.Суфле из кур	70	15,06	13,84	3,67	199,50	183*/1
	.Рагу из овощей	150	3,87	9,14	21,84	184,83	77/1
	.Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	10,42	43,48	240*/1
	.Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	338*/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	710	27	30	81	703	
ПОЛДНИК							
	.Пирожки с яйцом	60	7,40	6,44	31,20	212,30	294*/1
	.Кефир	200	5,80	6,40	8,00	112,80	251*/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	260	13	13	39	325	
УЖИН							
	.Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,15	5,38	18,76	143,95	44/1
	.Чай с сахаром	200			5,01	20,03	263*/1
	.Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04	338/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	435	8	6	41	246	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1962	62	66	230	1759	

Утверждаю:

Руководитель

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС №280 г. Челябинска"

Приложение №8

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5						
ЗАВТРАК							
	.Каша рисовая молочная жидкая	200	4,75	6,18	30,49	196,53	3/1
	.Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,29	12,15	80,37	253*/1
	.Батон с маслом	46	3,05	5,51	20,64	144,33	387*/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	446	11	14	63	421	
10 ЧАСОВ							
	.Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50		10,10	42,40	418*/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1		10	42	
ОБЕД							
	Салат из свеклы	60	0,78	3,06	4,14	47,19	22*/1
	Рассольник ленинградский	200	2,30	3,75	16,80	110,04	33/1
	.Котлета из свинины	70	15,36	13,29	8,93	216,71	282*/1
	.Картофельное пюре	150	3,63	4,78	25,09	157,85	206*/1
	.Компот из смеси сухофруктов	180	0,30		7,00	29,18	241*/1
	.Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	338*/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	710	25	25	82	658	
ПОЛДНИК							
	Вафли	40	1,28	1,12	32,44	144,96	
	Бифидок	200	5,40	5,00	21,60	153,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	240	7	6	54	298	
УЖИН							
	.Пудинг из творога запеченный	120	23,82	12,18	31,78	331,85	128*/1
	.Чай с сахаром	200			5,01	20,03	263*/1
	.Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	338/1
	.Яблоки	160	0,56	0,56	13,80	62,52	336*/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	510	27	13	65	485	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	2006	70	59	275	1905	

Утверждаю:

Руководитель

В. В. Ветров

Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС №280 г. Челябинска"

Приложение №8

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 1						
ЗАВТРАК							
	.Суп молочный с крупой (пшено)	200	5,09	4,83	17,42	133,30	43*/1
	.Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,29	12,15	80,37	253*/1
	.Батон с маслом и сыром	57	5,94	8,44	20,64	182,24	337*/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	457	14	16	50	396	
10 ЧАСОВ							
	.Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50		10,10	42,40	418*/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1		10	42	
ОБЕД							
	.Салат из морской капусты (консервы) с яйцом	60	2,40	4,92	0,11	54,32	407/1
	.Щи с капустой и картофелем со сметаной на мясном бульоне	200	2,47	3,96	13,65	100,05	56*/1
	.Фрикадельки мясные в соусе	160	14,75	16,13	11,53	250,26	305*/1
	.Макаронные изделия отварные	130	5,54	4,28	35,32	201,90	2/1
	.Компот из смеси сухофруктов	180	0,30		7,00	29,18	241*/1
	.Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	338*/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	780	29	30	88	733	
ПОЛДНИК							
	Печенье	30	2,25	3,54	22,47	130,74	
	.Кефир	200	5,80	6,40	8,00	112,80	251*/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	230	8	10	30	244	
УЖИН							
	Тефтели рыбные	70	10,04	7,17	10,40	146,22	146/1
	.Овощи тушеные	200	3,92	4,28	14,80	113,34	393/1
	.Чай с сахаром	200			5,01	20,03	263*/1
	.Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	338/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	500	16	12	45	350	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	2067	67	67	223	1765	

Утверждаю:
Руководитель

В.И. Борисов

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС №280 г. Челябинска"

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 2						
ЗАВТРАК							
	.Каша кукурузная молочная жидкая	200	5,14	6,24	29,59	195,03	91*/1
	.Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,29	12,15	80,37	253*/1
	.Батон с маслом	46	3,05	5,51	20,64	144,33	387*/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	446	11	14	62	420	
10 ЧАСОВ							
	.Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50		10,10	42,40	418*/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1		10	42	
ОБЕД							
	.Икра кабачковая порционная	60	1,14		4,62	23,04	7/1
	.Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	200	5,91	2,88	22,36	138,96	87*/1/1
	.Азу по-татарски со свининой и картофелем	200	15,09	14,57	22,18	280,15	362*/1
	Напиток из шиповника	180	0,61		15,68	65,16	256/1
	.Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	338*/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	690	26	18	85	605	
ПОЛДНИК							
	.Булочка "Российская"	60	4,44	5,09	30,23	184,50	276/1
	Бифидок	200	5,40	5,00	21,60	153,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	260	10	10	52	338	
УЖИН							
	.Омлет натуральный	150	11,93	13,61	3,43	183,86	110*/1
	.Чай с сахаром	180			5,01	20,03	263*/1
	.Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04	338/1
	.Яблоки	160	0,56	0,56	13,80	62,52	336*/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	525	15	14	39	348	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	2021	62	57	249	1753	

Утверждаю:

Руководитель

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС №280 г.Челябинска"

Приложение №8

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 3						
ЗАВТРАК							
	.Каша пшеничная молочная жидкая	200	4,95	6,14	21,87	162,49	91/1
	.Какао с молоком	200	3,27	2,25	13,49	87,27	248*/1
	.Батон с маслом и сыром	57	5,94	8,44	20,64	182,24	337*/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	457	14	17	56	432	
10 ЧАСОВ							
	.Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50		10,10	42,40	418*/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1		10	42	
ОБЕД							
	.Салат картофельный с зеленым горошком	60	1,61	3,62	6,60	65,42	23/1
	.Свекольник со сметаной на мясном бульоне	200	2,75	4,99	16,71	122,66	34*/1
	.Бигус со свиной	200	15,84	14,30	15,00	251,95	402*/1
	.Компот из смеси сухофруктов	180	0,30		7,00	29,18	241*/1
	.Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	338*/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	690	24	24	65	567	
ПОЛДНИК							
	Печенье	30	2,25	3,54	22,47	130,74	
	.Кефир	200	5,80	6,40	8,00	112,80	251*/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	230	8	10	30	244	
УЖИН							
	.Картофель тушеный с луком и помидорами	200	3,68	7,14	26,94	186,61	382*/1
	.Чай с лимоном	200	0,04		7,13	28,63	374/1
	.Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	338/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	430	6	7	49	286	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1907	52	58	211	1570	

Утверждаю:
Руководитель

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС №280 г. Челябинска"

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 4						
ЗАВТРАК							
	.Каша "Здоровье"	200	4,96	6,36	25,10	177,43	390*/1
	.Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,29	12,15	80,37	253*/1
	.Батон с маслом	46	3,05	5,51	20,64	144,33	387*/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	446	11	14	58	402	
10 ЧАСОВ							
	.Соки овощные, фруктовые и	100	0,50		10,10	42,40	418*/1
	ягодные						
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1		10	42	
ОБЕД							
	.Винегрет овощной	60	0,83	3,12	4,75	50,28	32/1
	.Суп овощной с фасолью и	200	2,61	3,93	10,48	87,65	397*1/1
	сметаной на м/б						
	.Гуляш из свинины	80	12,60	12,18	2,53	170,03	152*/1
	Каша ячневая рассыпчатая	150	5,04	4,28	32,77	189,70	250/2
	.Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	10,52	43,92	240*/1
	.Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	338*/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	720	24	24	81	639	
ПОЛДНИК							
	.Пирожок с картофелем	70	5,05	2,84	32,19	174,47	294/1
	Бифидок	200	5,40	5,00	21,60	153,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	270	10	8	54	327	
УЖИН							
	.Рыба, тушенная в томате с	200	11,90	5,77	10,50	141,41	406*/1
	овощами						
	.Чай с лимоном	180	0,04		7,13	28,63	374/1
	.Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	338/1
	Банан	220	3,17	1,06	44,35	199,58	336*2/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	630	17	7	77	440	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	2166	63	53	280	1851	

Утверждаю:
Руководитель

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС №280 г. Челябинска"

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 5						
ЗАВТРАК							
	.Каша манная молочная жидкая	200	4,71	6,08	22,41	163,15	90/1
	.Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,29	12,15	80,37	253*/1
	.Батон с маслом	46	3,05	5,51	20,64	144,33	387*/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	446	11	14	55	388	
10 ЧАСОВ							
	.Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50		10,10	42,40	418*/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1		10	42	
ОБЕД							
	.Салат картофельный с соленым огурцом	60	2,25	4,28	5,18	68,26	23/1
	.Суп -лапша домашняя на куринном бульоне	200	5,57	4,09	35,62	201,47	47/1
	.Котлеты куриные	75	13,44	14,00	6,36	205,08	178*/1
	.Капуста тушеная	150	3,65	4,85	10,47	99,91	200/2
	.Компот из смеси сухофруктов	180	0,30		7,00	29,18	241*/1
	.Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	338*/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	715	28	28	85	701	
ПОЛДНИК							
	Вафли	40	1,28	1,12	32,44	144,96	
	.Кефир	200	5,80	6,40	8,00	112,80	251*/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	240	7	8	40	258	
УЖИН							
	.Вареники ленивые	150	31,19	7,64	35,85	336,97	116*/1
	Молоко сгущ. 8,5%	25	1,78	1,25	13,80	73,55	
	.Чай с сахаром	200			5,01	20,03	263*/1
	.Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	338/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	405	35	9	69	501	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1906	82	58	260	1890	

Утверждаю:

Руководитель

Берисов Н.О.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС №280 г.Челябинска"

Приложение №8

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 1						
ЗАВТРАК							
	.Каша манная молочная жидкая	200	4,71	6,08	22,41	163,15	90/1
	.Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,29	12,15	80,37	253/1
	.Батон с маслом и сыром	57	5,94	8,44	20,64	182,24	337*/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	457	13	17	55	426	
10 ЧАСОВ							
	.Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50		10,10	42,40	418*/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1		10	42	
ОБЕД							
	.Салат картофельный с зеленым горошком	60	1,83	3,84	6,19	66,66	23/1
	.Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	2,67	4,93	13,84	110,31	27*/1/1
	.Тефтели из говядины с рисом ("ежики")	180	16,78	15,92	33,48	344,35	174*/1
	.Соус сметанный	20	0,37	2,24	1,08	25,93	226/1
	.Напиток из шиповника	180	0,61		15,68	65,16	256/1
	.Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	338*/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	690	25	28	90	710	
ПОЛДНИК							
	.Полоска песочная с повидлом	40	2,04	3,27	26,05	141,86	487*/1
	.Кефир	200	5,80	6,40	8,00	112,80	251*/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	240	8	10	34	255	
УЖИН							
	.Суфле из печени	75	17,40	10,66	7,36	194,81	360/1
	.Рагу из овощей	150	3,42	9,10	20,30	176,55	77/1
	.Чай с сахаром	180			5,01	20,03	263*/1
	.Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	338/1
	.Яблоки	160	0,56	0,56	13,80	62,52	336*/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	595	24	21	61	524	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	2082	71	75	251	1957	

Утверждаю:
Руководитель



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС №280 г. Челябинска"

Приложение №8

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 2						
ЗАВТРАК							
	.Запеканка из творога	150	30,09	12,16	31,58	355,99	117*/1
	.Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,29	12,15	80,37	253*/1
	.Батон с маслом	46	3,05	5,51	20,64	144,33	387*/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	396	36	20	64	581	
10 ЧАСОВ							
	.Соки овощные, фруктовые и	100	0,50		10,10	42,40	418*/1
	ягодные						
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1		10	42	
ОБЕД							
	.Суп картофельный с рыбой	200	8,60	5,96	43,47	261,90	369/1
	консервированной						
	Кнели из говядины	70	13,89	11,79	4,25	178,61	159/1
	.Сложный гарнир	150	5,65	7,56	26,95	198,26	395/1
	.Компот из смеси сухофруктов	180	0,30		7,00	29,18	241*/1
	.Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	338*/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	650	31	26	102	765	
ПОЛДНИК							
	Печенье	30	2,25	3,54	22,47	130,74	
	Бифидок	200	5,40	5,00	21,60	153,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	230	8	9	44	284	
УЖИН							
	.Салат Столичный	180	9,81	13,52	14,83	220,28	H12*/1
	Макаронные изделия отварные	110	4,88	4,20	31,09	181,64	194/4
	.Чай с молоком	200	2,03	1,75	8,30	57,06	261/1
	.Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	338/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	520	19	20	69	529	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1896	95	74	289	2201	

Утверждаю:

Руководитель

Ю.И. Борисов

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС №280 г.Челябинска"

Приложение №8

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 3						
ЗАВТРАК							
	.Каша рисовая молочная жидкая	200	4,40	6,13	26,79	179,88	3/1
	Какао с молоком	200	3,27	2,25	13,49	87,27	248/1
	.Батон с маслом и сыром	57	5,94	8,44	20,64	182,24	337*/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	457	14	17	61	449	
10 ЧАСОВ							
	.Соки овощные, фруктовые и	100	0,50		10,10	42,40	418*/1
	ягодные						
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1		10	42	
ОБЕД							
	Салат из свёклы с солёными	60	0,69	3,06	3,30	43,44	21/1
	огурцами						
	.Щи с капустой и картофелем	200	2,31	3,49	12,89	92,18	56*/1
	со сметаной на мясном бульоне						
	.Гуляш из говядины	80	12,60	12,18	2,53	170,03	152*/1
	.Картофельное пюре	150	3,21	4,69	21,67	141,72	206*/1
	Кисель из плодового или	200	0,11		5,61	22,88	233/1
	ягодного концентрата						
	.Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	338*/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	740	22	24	66	568	
ПОЛДНИК							
	Булочка "Домашняя"	70	4,09	9,94	31,71	232,58	274/1
	.Кефир	200	5,80	6,40	8,00	112,80	251*/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	270	10	16	40	345	
УЖИН							
	.Рыба, запеченная в омлете	160	20,46	13,49	7,55	233,42	138*/1
	.Чай с сахаром	200			5,01	20,03	263*/1
	.Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04	338/1
	Банан	220	3,17	1,06	44,35	199,58	336*2/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	615	26	15	74	535	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	2182	72	72	251	1940	

Утверждаю:

Руководитель

В.И. Беликов

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС №280 г.Челябинска"

Приложение №8

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 4						
ЗАВТРАК							
	.Лакомка из творога	150	31,36	13,80	29,19	366,34	345*/1
	Молоко сгущ. 8,5%	25	1,78	1,25	13,80	73,55	
	.Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,29	12,15	80,37	253*/1
	.Батон с маслом	46	3,05	5,51	20,64	144,33	387*/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	421	39	23	76	665	
10 ЧАСОВ							
	.Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50		10,10	42,40	418*/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1		10	42	
ОБЕД							
	.Винегрет овощной	60	0,83	3,12	4,75	50,28	32/1
	.Суп полевой со сметаной на курином бульоне	200	2,51	4,71	16,18	117,15	370*/1
	.Азу по-татарски с курицей	200	10,93	11,08	21,90	231,00	362*/1
	.Компот из смеси сухофруктов	180	0,30		7,00	29,18	241*/1
	.Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	338*/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	690	18	20	70	525	
ПОЛДНИК							
	Вафли	40	1,28	1,12	32,44	144,96	
	Бифидок	200	5,40	5,00	21,60	153,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	240	7	6	54	298	
УЖИН							
	.Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,01	5,26	18,53	141,31	44/1
	.Чай с сахаром	200			5,01	20,03	263*/1
	.Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,04	338/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	435	8	6	41	243	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1886	71	54	250	1773	

Утверждаю: 
Руководитель *Борисов В. В.*

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: Детсад МБДОУ "ДС №280 г. Челябинска"

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 5						
ЗАВТРАК							
	.Каша овсяная "Геркулес" жидкая	205	5,73	7,43	23,74	184,68	93/1
	.Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,29	12,15	80,37	253*/1
	.Батон с маслом и сыром	57	5,94	8,44	20,64	182,24	337*/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	462	14	18	57	447	
10 ЧАСОВ							
	.Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50		10,10	42,40	418*/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	1		10	42	
ОБЕД							
	.Салат Пикантный	60	2,88	5,35	1,39	65,14	H112*/1
	.Свекольник со сметаной	200	2,75	4,99	16,71	122,66	34*/1/1
	.Котлета из свинины	70	13,87	12,01	8,93	199,24	282*/1
	.Горошница	154	14,38	4,30	34,70	235,04	356/1
	.Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	10,52	43,92	240*/1
	.Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	338*/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	714	37	27	92	763	
ПОЛДНИК							
	Оладьи со сгущенным молоком	70	6,64	9,45	40,85	275,06	286/1
	.Кефир	200	5,80	6,40	8,00	112,80	251*/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	270	12	16	49	388	
УЖИН							
	Омлет натуральный (130)	130	11,65	14,08	2,98	185,18	110/1
	.Чай с сахаром	180			5,01	20,03	263*/1
	.Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	338/1
	Груша	200	0,72		18,54	77,04	336*/1/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	540	15	14	41	353	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	2086	79	76	249	1994	
	ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	40265	1414	1271	5032	37207	
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	2013	71	64	252	1860	
	Содержание БЖУ в % от калорийности		15	31	54		

Перечень технологических сборников, используемых при составлении данного меню:

- 1 Министерство образования и науки Челябинской области "Организация питания детей в дошкольном образовательном учреждении" 2005г. под редакцией В.В. Садырина, составитель Г.Н. Панкратова;

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 652995314667932372014845887876356063299114658556

Владелец Борисова Виктория Юрьевна

Действителен с 10.01.2025 по 10.01.2026