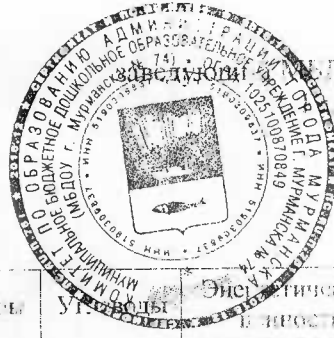




Утверждаю
МБОУ № 741
г. Мурманск
Т.Е. *Ана*

10-дневное основное меню
(26.04.2024-08.05.2024)
для 1,5 – 3 лет



Утверждено

ДОУ «Мурманская № 74»
г. Мурманск

Handwritten signature

Присм пищи	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеб.	Энергетическая ценность	№ рецептуры
Ясли 12 часов День 1 Суббота 27.04.2024							
Завтрак	Суп молочный с крупой (ячневая)	150,00	3,02	5,34	20,85	136,06	Пермь, 2011 № 93
	Батон "Умница" обогащенный йодказеином	30,00	1,69	0,59	11,53	58,23	Монпелье, Тульская 2011, № 26
	Сыр (порциями)	10,00	2,17	2,87	0,00	3,62	Монпелье, Тульская 2010, № 1
	Чай с молоком	150,00	5,56	2,33	11,93	74,17	Монпелье, Тульская 2010, № 304
	Итого	350,00	12,74	11,13	44,31	272,11	0,00
Второй завтрак	Кефир	150,00	4,35	3,75	6,00	75,00	Монпелье, Тульская 2010, № 403
	Итого	150,00	4,35	3,75	6,00	71,00	0,00
Обед	Суп каргофельный с рыбой	150,00	3,30	2,34	11,15	89,23	Пермь, 2001 № 41
	Котлеты (свицина)	60,00	3,89	8,00	8,32	126,49	Пермь, 2011 № 306
	Сложный гарнир (рис отварной, овонци тушеные)	110,00	2,30	4,29	26,26	127,45	Копь, Моск. № 65
	Салат свекла с чесноком	30,00	0,33	0,07	1,40	8,87	Пермь, 2011, № 308
	Хлеб "Целебный" обогащенный йодказеином	30,00	1,40	0,32	11,96	57,60	Монпелье, Тульская 2012, № 1
	Компот из свежих плодов (яблоко)	150,00	0,12	0,11	19,88	87,60	Монпелье, Тульская 2010, № 372
	Итого	530,00	11,74	15,13	78,97	497,17	6,08
Уплотненный полдник	Запеканка из творога (Манка)	130,00	5,32	8,91	29,21	260,15	Монпелье, Тульская 2011, № 237
	Стушенное молоко жирностью 8,5%	20,00	1,00	1,70	11,20	34,07	Пермь, 2011, № 346
	Плюшка московская	20,00	1,34	1,57	9,95	38,80	Копь, Моск. № 111, 20
	Молоко кипяченое	150,00	4,37	4,07	7,56	71,33	Саратов, 1997 № 400
	Итого	415,00	13,77	16,39	72,62	432,25	6,75
Итого	1	445,00	42, 0	46,40	201,90	1 272,2	6,83



Утверждено
Мартинская Е. В.
Евгения

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	С	№ рецептуры
Если 12 часов							
День 2							
Четверг 02.05.2024							
Завтрак	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	140,00	2,88	4,90	16,73	161,5	0,00
	Батон "Умница" обогащенный йодказеином	30,00	2,03	0,71	13,84	49,90	0,00
	Джем	10,00	0,01	0,01	6,10	6,9	0,00
	Кофейный напиток с молоком	150,00	2,38	2,01	11,97	69,92	0,49
	Итого	350,00	7,59	7,64	49,28	291,02	0,49
Второй завтрак	Молоко кипяченое	150,00	4,57	4,07	7,56	71,33	0,75
	Итого	150,00	4,57	4,07	7,56	71,33	0,75
Обед	Рассольник по ленинградски	150,00	2,63	6,78	19,43	73,88	0,00
	Гуляш из отварного мяса	60,00	4,84	4,38	9,80	91,88	2,36
	Макароны отварные	110,00	5,47	2,93	24,33	126,33	0,00
	Икра кабачковая для детского питания	30,00	0,40	2,80	2,80	38,80	0,00
	Хлеб "Целебный" обогащенный йодказеином	30,00	1,40	0,32	11,96	57,60	0,00
	Компот из сушеных фруктов (Изюм)	150,00	0,33	0,02	20,82	94,13	0,00
	Итого	530,00	15,07	17,23	89,14	482,61	2,36
Уплотненный полдник	Салат овощной с зеленым горошком	200,00	9,51	9,90	5,39	125,38	0,00
	Батон "Умница" обогащенный йодказеином	30,00	2,97	4,52	21,19	136,69	0,00
	Чай с вареньем	150,00	0,08	0,03	19,61	79,20	13,00
	Итого	400,00	14,67	18,04	60,48	437,5	17,20
Итого	1	420,00	41,90	46,97	206,45	1 282,4	20,79



Утверждено
Мурманск № 74
Handwritten signature

Присм пищи	Наименованис блюда	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	С	№ рецепта, ре
Если 12 часов								
День 3								
пятница 05.09.2024								
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150,00	2,19	2,01	15,70	118,95	0,68	Молочный, Тетельман 2012 № 95
	Батон "Умница" обогащенный йодказеином	20,00	1,35	0,47	9,23	46,00	0,00	Молочный, Тетельман 2010 № 1
	Сыр (порциями)	10,00	2,41	2,87	0,00	3,63	0,00	Молочный, Тетельман 2011 № 7
	Чай с молоком	170,00	5,50	2,33	11,93	74,17	0,00	Молочный, Тетельман 2011 № 301
	Итого	250,00	11,45	7,68	36,86	273,34	0,68	
Второй завтрак	Молоко кипяченое	150,00	4,35	3,75	6,30	76,67	0,00	Молочный, Тетельман 2010 № 111
	Итого	150,00	4,35	3,75	6,30	76,67	0,00	
Обед	Свекольник	150,00	1,50	5,40	9,96	79,50	0,14	Перец, 2011, № 15
	Закладка мяса на порцию супа	7,50	1,08	1,38	0,00	11,10	0,00	Сборник 1996 № 1
	Печень говяжья по-строгановски	60,00	5,20	8,06	15,14	102,76	0,00	Перец, 2011, № 239
	Картофель отварной	110,00	1,70	6,38	26,15	124,57	0,00	Перец, 2011, № 314
	Хлеб "Целебный" обогащенный йодказеином	30,00	1,40	0,32	11,96	57,60	0,00	Молочный, Тетельман 2012 № 1
	Компот из брусники	150,00	0,27	0,05	18,64	55,69	1,25	Сборник 1996 № 1
	Итого	537,50	11,17	21,60	83,04	504,73	15,39	
Уплотненный полдник	Винегрет овощной	150,00	7,10	7,40	35,98	207,6	0,00	Перец, 2011, № 203
	Горошек зеленый консервированный отварной для подарнировки	10,00	0,33	1,35	3,97	83,00	0,00	Молочный, Тетельман 2010 № 1
	Батон "Умница" обогащенный йодказеином	30,00	4,57	4,07	7,56	71,33	0,75	Сборник 1997 № 400
	Сок 0,200	150,00	2,00	1,30	13,60	68,00	0,00	Перец, 2011, № 246
	Мандарин	05,00	0,14	0,28	6,86	26,60	0,00	Перец, 2011, № 06
	Итого	415,00	14,14	14,12	75,81	429,93	0,75	
Итого		1452,50	42,13	47,15	202,01	1284,7	15,82	



Утвержден
 Директор ФБУ Ветеринарно-санитарной и технической полиции
 [Подпись]

Присм пищи	Наименованис блока	Выхс д	Блзкн	Жир	Углеб	Белк	Энерг	С	Добавки
Если 12 часов День 4									
Завтрак	Каша молочная пшеничная жидкая	150,00	5,43	3,40	21,56	143,89	0,46	Питовый 2011-04	
	Батон "Умница" обогащенный йодказеином	30,00	2,07	0,71	13,84	69,90	0,00	Молочный 1 Тисельман 201 № 1	
	Масло (порциями)	4,00	0,03	3,28	0,48	2,30	0,00	Молочный 1 Тисельман 201 № 1	
	Какао с молоком	170,00	2,33	2,01	11,97	73,83	0,60	Молочный 1 Тисельман 201 № 100	
	Итого	354,00	9,87	9,40	47,85	291,93	1,06		
Второй завтрак	Сок 0,200	150,00	1,17	0,23	1,58	72,90	0,58	Черный 2011-406	
	Итого	150,00	1,17	0,23	1,58	72,90	0,58		
Обед	Закладка мяса на порцию суца	7,50	1,08	1,38	0,00	11,30	0,00	Сырники 15 № 1	
	Щи из свежей капусты с картофелем	170,00	0,51	0,62	6,46	109,01	1,32	Молочный 1 Тисельман 201 № 67	
	Рыба отварная	60,00	8,11	4,28	9,00	48,75	2,33	Молочный 1 Тисельман 201 № 1-2	
	Рис отварной	110,00	2,61	3,73	14,42	119,47	0,00	Черный 2011-303	
	Салат из свеклы с солеными огурцами	40,00	0,57	2,40	2,67	34,93	0,00	Черный 2011-38	
	Хлеб "Целебный" обогащенный йодказеином	30,00	1,41	0,32	11,96	57,00	0,00	Молочный 1 Тисельман 201 № 1	
	Компот из сушеных фруктов (Изюм)	150,00	0,31	0,02	20,82	94,13	0,00	Молочный 1 Тисельман 201 № 375	
	Итого	587,50	16,14	14,12	76,71	488,66	10,68		
Уплотненный полдник	Салат овощной с зеленым горошком	150,00	8,15	11,10	27,27	80,3	0,00	Черный 2011-46	
	Батон "Умница" обогащенный йодказеином	30,00	2,07	0,71	13,84	69,90	0,00	Молочный 1 Тисельман 2 № 1	
	Чай с сахаром	150,00	0,41	0,19	22,25	60,75	0,00	Молочный 1 Тисельман 2 № 306	
	Итого	410,00	14,63	12,45	76,96	419,20	0,00		
Итого	1	481,50	41,81	47,20	203,10	1 273,5	43,21		



Утвержден
МБДОУ г. Мурманска № 7
Гинат О.Б. *[Signature]*

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Полки	Жиры	Белки	Углеводы	Энергетическая ценность	С	И-решения
Если 12 часов День 5 Вторник 07.05.2024									
Завтрак	Суп молочный с крупой (пшено)	50,00	2,33	1,89	9,98	137,30	0,38	Молочный суп с пшеном 2012, № 9	
	Батон "Умница" обогащенный йодказеином	30,00	2,33	0,71	13,84	68,50	0,39	Молочный батон № 1 2010, № 1	
	Джем	10,00	0,31	0,01	6,10	6,31	0,00	Смесь 2007, № 2	
	Кофейный напиток с молоком	160,00	2,38	2,01	11,97	69,12	0,39	Молочный напиток с сахаром 2012, № 9	
	Итого	350,00	7,03	4,60	41,88	288,92	1,17		
Второй завтрак	Кефир	150,00	4,15	3,75	6,00	75,00	0,00	Молочный кефир 2011, № 1	
	Итого	150,00	4,15	3,75	6,00	75,00	0,00		
Обед	Суп картофельный с бобовыми(Фасоль)	150,00	1,32	2,65	12,12	87,56	3,75	Молочный суп с фасолью 2012, № 9	
	Котлета мясная	50,00	6,30	8,24	5,63	88,74	0,00	Десерт 2011, № 14	
	Капуста тушеная	110,00	1,76	6,38	21,56	124,52	0,00	Молочный суп с капустой 2011, № 9	
	Хлеб "Целебный" обогащенный йодказеином	30,00	1,10	0,32	11,96	57,10	0,00	Молочный батон № 1 2010, № 1	
	Кисель из плодов или ягод свежих (Вишня)	150,00	0,08	0,03	19,61	79,20	15,00	Молочный напиток с сахаром 2012, № 9	
	Огурец консервированный	20,00	0,38	2,45	1,23	28,54	0,00	Молочный напиток с сахаром 2010, № 9	
	Итого	530,00	13,19	20,02	85,95	484,34	18,75		
Уплотненный полдник	Сырники творожные запеченные	150,00	8,18	12,79	21,24	172,00	0,00	Десерт № 20 2011, № 10	
	Сгущенное молоко жирностью 8,5%	20,00	1,30	1,70	11,20	34,07	0,00	Орехи № 31 2011, № 11	
	Молоко кипяченое	150,00	5,36	2,33	11,93	74,17	0,00	Молочный напиток с сахаром 2010, № 9	
	Банан	95,00	1,20	0,16	16,80	76,00	0,00	Орехи № 31 2011, № 11	
	Батон "Умница" обогащенный йодказеином	20,00	1,34	1,57	9,95	38,30	0,00	Молочный батон № 1 2010, № 1	
	Итого	430,00	17,03	18,13	68,32	429,02	0,00		
Итого	1460,00	41,60	46,50	202,15	1272,20	19,92			



Утверждено
М.Б. ДОУ - Мурманск № 74
С.И.И.И. *Handwritten signature*

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Голки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	к	№ рецептуры
Ясли 12 часов								
День 6								
Среда 08.05.2024								
Завтрак	Омлет натуральный	150,00	3,49	5,25	17,93	161,5	0,00	Молочный Творожок 2010 № 04
	Батон "Умница" обогащенный йодказеином	20,00	1,15	0,47	9,23	46,00	0,00	Молочный Творожок 2010 № 01
	Сыр (порциями)	10,00	2,17	2,87	0,00	3,81	0,00	Молочный Творожок 2010 № 02
	Чай с молоком	160,00	5,16	2,33	11,93	71,17	0,00	Молочный Творожок 2010 № 05
	Горошек зеленый консервированный отварной для поджаривки	10,00	0,30	0,02	0,64	7,80	0,00	Керн 2011 № 02
	Итого	350,00	12,77	10,94	39,72	293,69	0,00	
Второй завтрак	Молоко кипяченое	50,00	4,17	4,07	7,56	71,33	0,75	Углекислый 1997 № 02
	Итого	150,00	4,17	4,07	7,56	71,33	0,75	
Обед	Рассольник домашний	150,00	2,10	3,06	5,22	75,00	4,02	Молочный Творожок 2012 № 02
	Рыба припущенная	50,00	0,30	4,15	2,05	86,26	0,00	Молочный Творожок 2012 № 03
	Пюре картофельное	110,00	2,24	3,52	21,63	101,20	12,70	Молочный Творожок 2011 № 02
	Огурец свежий	20,00	0,50	3,63	2,34	43,80	0,00	Керн 2011 № 01
	Хлеб "Целебный" обогащенный йодказеином	40,00	1,17	0,43	15,91	75,30	0,00	Молочный Творожок 2012 № 01
	Компот из сушеных фруктов (Курага)	150,00	0,33	0,02	29,82	63,08	0,00	Молочный Творожок 2010 № 02
	Закуска мяса на порцию супа	7,50	1,38	1,38	0,00	11,10	0,00	Сборный 1996 № 01
	Итого	577,50	14,64	17,83	69,85	481,33	16,72	
Уплотненный полдник	Рагу из овощей с кабачками	150,00	1,30	7,20	5,93	100,13	0,00	Керн 2010 № 02
	Батон "Умница" обогащенный йодказеином	20,00	1,15	0,47	9,23	46,00	0,00	Молочный Творожок 2010 № 01
	Чай с вареньем	150,00	0,19	0,02	7,77	61,20	0,00	Молочный Творожок 2010 № 03
	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	50,00	7,26	6,34	35,25	128,38	0,00	Молочный Творожок 2012 № 01
	Яблоко	95,00	0,14	0,28	6,86	26,00	0,00	Керн 2011 № 01
	Итого	465,00	10,07	14,31	85,04	423,5	0,00	
Итого	1112,50	42,05	47,15	202,17	1269,80	17,47		