

Дошкольница МКОУ "СОШ с. Тайск"

Типовое примерное меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория

2-6 лет

ДИЕТИЧЕСКОЕ

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Каша кукурузная на воде
			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб	Хлеб пшеничный
1	1	Второй завтрак	напиток	Сок фруктовый
1	1	Обед	закуска	Огурец маринованный
			1 блюдо	Борщ со свежей капустой
			2 блюдо	Сосиска молочная отварная в томатном соусе
			гарнир	Гречка отварная
			напиток	Компот витаминизированный из сухофруктов
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
1	1	Полдник	сладкое	Печенье Крекер
			гор.напиток	Чай с сахаром
			фрукты	Яблоко
1	2	Завтрак	гор.блюдо	Каша овсяная на воде
			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб	Хлеб пшеничный
1	2	Второй завтрак	напиток	Сок фруктовый
1	2	Обед	закуска	Салат весенний
			1 блюдо	Суп вермишелевый
			2 блюдо	Плов по-узбекски
			гарнир	
			напиток	Кисель
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
1	2	Полдник	сладкое	Сушка
			напиток	Чай с сахаром
			фрукты	Груша
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Каша рисовая на воде
			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб	Хлеб пшеничный
1	3	Второй завтрак	напиток	Сок фруктовый
1	3	Обед	закуска	Салат из морской капусты
			1 блюдо	Свекольник
			2 блюдо	Гуляш из говядины
			гарнир	Картофельное пюре
			напиток	Морс из брусники
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
1	3	Полдник	выпечка	Печенье Крекер
			гор.напиток	Чай с сахаром

			фрукты	Яблоко
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Каша пшенная на воде
			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб	Хлеб пшеничный
1	4	Второй завтрак	напиток	Сок фруктовый
1	4	Обед	1 блюдо	Суп гречневый
			2 блюдо	Капуста тушеная со свининой
			напиток	Компот витаминизированный из сухофруктов
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
1	4	Полдник	выпечка	Сушка
			гор.напиток	Чай с сахаром
			фрукты	Груша
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Каша манная на воде
			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб	Хлеб пшеничный
1	5	Второй завтрак	напиток	Сок фруктовый
1	5	Обед	закуска	Салат из кукурузы с луком репчатым
			1 блюдо	Суп с фрикадельками
			2 блюдо	Филе минтая с овощами
			гарнир	Рис отварной
			напиток	Отвар шиповника с сахаром
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
1	5	Полдник	сладкое	Печенье Крекер
			гор.напиток	Чай с сахаром
			фрукты	Яблоко
2	6	Завтрак	гор.блюдо	Каша пшеничная на воде
			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб	Хлеб пшеничный
2	6	Второй завтрак	напиток	Сок фруктовый
2	6	Обед	закуска	Салат из свеклы с зеленым горошком
			1 блюдо	Щи со свежей капустой
			2 блюдо	Котлета из курицы в томатном соусе
			гарнир	Гречка отварная
			напиток	Компот витаминизированный из сухофруктов
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
2	6	Полдник	выпечка	Сушка
			гор.напиток	Чай с сахаром
			фрукты	Груша
2	7	Завтрак	гор.блюдо	Каша кукурузная на воде
			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб	Хлеб пшеничный

2	7	Второй завтрак	напиток	Сок фруктовый
2	7	Обед	закуска	Помидор консервированный
			1 блюдо	Рассольник
			2 блюдо	Тефтеля мясная в томатном соусе
			гарнир	Картофельное пюре
			напиток	Морс из брусники
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
2	7	Полдник	выпечка	Печенье Крекер
			гор.напиток	Чай с сахаром
			фрукты	Яблоко
2	8	Завтрак	гор.блюдо	Каша гречневая на воде
			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб	Хлеб пшеничный
2	8	Второй завтрак	напиток	Сок фруктовый
2	8	Обед	закуска	Салат весенний
			1 блюдо	Суп из сайры
			2 блюдо	Плов по-узбекски
			напиток	Компот витаминизированный из сухофруктов
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
2	8	Полдник	выпечка	Сушка
			гор.напиток	Чай с сахаром
			фрукты	Груша
2	9	Завтрак	гор.блюдо	Каша овсяная на воде
			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб	Хлеб пшеничный
2	9	Второй завтрак	напиток	Сок фруктовый
2	9	Обед	закуска	Помидор маринованный
			1 блюдо	Суп гороховый с гренками
			2 блюдо	Оладьи печеночные в томатном соусе
			гарнир	Макароны отварные
			напиток	Компот витаминизированный из сухофруктов
2	9	Полдник	выпечка	Печенье Крекер
			гор.напиток	Чай с сахаром
			фрукты	Яблоко
2	10	Завтрак	гор.блюдо	Каша пшенная на воде
			гор.напиток	Чай с сахаром
			хлеб	Хлеб пшеничный
2	10	Второй завтрак	напиток	Сок фруктовый
2	10	Обед	закуска	Салат весенний
			1 блюдо	Суп "Харчо"
			2 блюдо	Жаркое по-домашнему

			напиток	Компот витаминизированный из сухофруктов
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный
			хлеб черн.	
2	10	Полдник	выпечка	Печенье Крекер
			гор.напиток	Чай с сахаром
			фрукты	Груша

Утвердил: должность

Директор

фамилия

А.К. Валуйский

дата

1 4 2024

день месяц год

Вес блюда, г	Белки	Жиры	Угледо ды	Калорийн ость	№ рецептуры	Цена
200	2.5	2	12.1	76		6.07
200	0	0	26	106		1.76
30	2	0	30	70		2.75
200	4	8	55	149		35.68
30	1	0	2	13		11.46
250	2	5	103	103	14	38.82
70	8	10	1	140	413	40.77
180	9	7	43	276	44	9.71
200	0	0	33	129	47	10.59
30	2	0	0	70		2.75
100	1	6	22	148		32.83
200	0	0	26	106		1.76
150	0	0	10	47		28.49
200	4	8	55	149		6.25
200	0	0	26	106		1.76
30	2	0	30	70		2.75
200	75	0	15	64		35.68
60	2	2	14	23	33	25.12
250	4	4	18	127	12	20.06
140	3	8	41	256	444	41.2
200	0	0	18	60	233	7.83
30	2	0	30	70		2.75
100	1	6	22	148		32.83
200	0	0	26	106		1.76
180	1	1	39	118		37.95
200	6	10	24	182		7.29
200	0	0	26	106		1.76
30	2	0	30	70		2.75
200	75	0	15	64		35.68
30	1	6	4	74	30	12.69
250	2	6	10	104	34	45.34
100	21	20	6	203	152	45.34
180	6	6	27	184	206	22.35
200	0	0	13	53		9.28
30	2	0	30	70		2.75
100	1	6	22	148		28.49
200	0	0	26	106		1.76

150	0	0	10	47		28.49
200	8	9	46	260		7.24
200	0	0	26	106		1.76
30	2	0	30	70		2.75
200	75	0	15	64		35.68
250	5	5	19	134	80	16.79
170	11	6	8	133	200	53.53
200	0	0	33	129	47	10.59
30	2	0	30	70		2.75
100	1	6	22	148		28.49
200	0	0	26	106		1.76
180	1	1	39	118		37.95
200	9	12	58	290		5.94
200	0	0	26	106		1.76
30	2	0	30	70		2.75
200	75	0	15	64		35.98
60	5	7	28	198	17	16.6
250	6	5	14	191	39	39.13
100	14	6	4	119	144	39.86
150	4	5	37	210	315	10.29
200	0	0	18	60		9.8
30	2	0	30	70		2.75
100	1	6	22	148		32.83
200	0	0	26	106		1.76
150	0	0	10	47		37.95
200	9	12	58	290		6.93
200	0	0	26	106		1.76
30	2	0	30	70		2.75
200	75	0	15	64		35.68
60	7	5	18	141	53	14.58
260	0	0	26	138		30.29
80	16	12	16	229	44	44.14
180	9	7	43	276	44	9.71
200	0	0	33	129	47	10.59
30	2	0	30	70		2.75
100	1	6	22	148		32.83
200	0	0	26	106		1.76
180	1	1	39	118		37.95
200	3	2	12	76		6.07
200	0	0	26	106		1.76
30	2	0	30	70		2.75

200	75	0	15	64		35.68
30	2	5	8	83		5.67
250	4	7	19	151	33	40.23
80	9	9	7	150	174	69.66
180	6	6	27	184	206	22.35
200	0	0	13	53		9.28
30	2	0	30	70		2.75
100	1	6	22	148		32.83
200	0	0	26	106		1.76
150	0	0	10	47		28.49
200	7	8	27	213		6.15
200	0	0	26	106		1.76
40	2	0	30	70		2.75
200	75	0	15	64		35.68
60	2	5	8	83	33	25.12
250	4	4	18	126		41.26
140	3	8	41	256	444	41.2
200	1	0	29	119	639	12.81
30	2	0	30	70		2.75
100	1	6	22	148		32.83
200	0	0	26	106		1.76
180	1	1	39	118		37.95
200	5	5	22	165		6.25
200	0	0	26	106		1.76
40	2	0	30	70		2.75
200	75	0	15	64		35.68
30	2	5	8	83		5.67
280	10	5	37	226	10	35.79
110	21	22	4	306		68.35
140	3	5	23	136		9.68
200	0	0	33	129	47	10.59
30	2	0	30	70	55	2.75
100	1	6	22	148		32.83
200	0	0	26	106		1.76
150	0	0	10	47		28.49
200	8	7	47	287		7.24
200	0	0	6	106		13.59
30	2	0	30	70		21.43
200	75	0	15	64		35.68
60	2	2	14	23	33	25.12
250	5	7	20	168	13	35.44
170	30	20	34	384	276	45.78

200	1	0	29	119		10.59
30	2	0	30	70		2.75
50	1	6	22	148		32.83
200	0	0	26	106		1.76
180	1	1	39	118		37.95

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430350

Владелец Валуйский Александр Кузьмич

Действителен с 17.04.2024 по 17.04.2025