

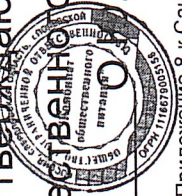
Согласовано:

Утверждаю директор

Заведующий ООО "Комбинат общественного питания"

ответственного за питание"

О.Козырева



13.04.26.

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: Полевской Яс 1-3 г 215.00 руб

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	5,4	6	25,2	180	823
	Чай с молоком	150	1,02	1	12	66	854
	Бутерброд с повидлом	25	1,34	1	13,87	64,6	1 046
Итого за Завтрак		325	7,76	8	51,07	310,6	
Завтрак 2	Сок натуральный	100			11,2	69	707
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69	
Обед	Суп-пюре из гороха	150	4,63	2	13,55	85	1 049
	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65	3,9	3,9	20	943
	Котлета Домашняя	50	7,78	6	7,99	155	661
	Соус белый основной	15	0,09	1	0,56	8	824
	Макаронные изделия отварные с маслом	80	3,38	2	20,2	116,5	516
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,26		18,27	76,3	928
	Хлеб пшеничный 1с	15	1,61	1	6,53	41,1	897,01
	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9	1 148
Итого за Обед		480	19,68	12	78,28	540,8	
Уплотненный	Пудинг творожно-манный	120	17,98	11	19,22	253,4	1 073
	Соус молочный (сладкий)	20	0,4	1	2,69	21,7	904
	Чай с сахаром	180			14,4	57,5	1 188
	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9	1 148
Итого за Уплотненный		335	19,29	11	47,58	375,9	
Итого за день		1 240	46,73	31	188,13	1296,3	

Согласовано:

Утверждаю директор

Заведующий МОЖнат общественного питания"

О.Козырева



14.04.26.

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: Полевской Яс 1-3 г 215

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые		Углеводы	Энергетическая	№ рецепту
			Белки	Жиры			
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая с	150	5,39	6	23,84	182	883
	Чай с лимонном	150	0,04		11,37	44,9	686
	Бутерброд с маслом	25	1,32	8	6,8	115	808
Итого за Завтрак		325	6,75	14	42,01	341,9	
Завтрак 2	Молоко кипяченое	100	2,9	3	4,7	60	920
Итого за Завтрак 2		100	2,9	3	4,7	60	
Обед	Суп-лапша на	150	3,29	4	9,18	82,5	1 015
	Биточек рыбный	50	6,63	5	7,95	100,6	1 107
	Соус томатный	15	0,09	3	0,87	8,3	1 126
	Рис прилущенный	80	1,92	3	19,76	117,5	512
	Напиток из плодов шиповника	150	0,51		20,72	96,5	705
	Хлеб пшеничный 1с	15	1,61	1	6,53	41,1	897,01
	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9	1 148
Итого за Уплотненный		475	15,33	16	72,29	485,4	
Уплотненный	Полдник						
	Бигус со свиной	140	12,79	13	7,19	252,1	1 191
	Чай с сахаром	180			14,4	57,5	1 188
	Печенье детское	15	1,13	1	8,5	61,1	1 141,09
	Хлеб пшеничный 1с	15	1,61	1	6,53	41,1	897,01
Итого за Уплотненный		350	15,53	15	36,62	351,8	
Итого за день		1 150	37,61	45	150,92	1279,1	

Согласовано:

Заведующий ДОУ



ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева

Согласовано:

Заведующий ДОУ



ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю. Козырева

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд

(лист 3)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	Жиры			Углевод
Завтрак	Каша ячневая молочная жидкая	150	4,3	5	20,29	142,5	1 111
	Кофейный напиток с молоком	150	2,25	2	10,05	66,8	1 110
	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	73,9	810
Итого за Завтрак		325	10,04	10	38,91	283,2	
Завтрак 2	Яблоко свежее	110	0,44		10,78	80,7	976
Итого за Завтрак 2		110	0,44		10,78	80,7	
Обед	Щи из свежей капусты с Оладьи из печени	150	1,14	4	5,48	79,5	124
	Пюре картофельное	60	10,84	7	8,91	140,8	319
	Компот из свежих плодов	80	1,74	3	11,75	78,4	995
		150	0,02	3,58		14,9	390
	Хлеб пшеничный 1с	15	1,61	1	6,53	41,1	897,01
	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9	1 148
Итого за Обед		470	16,63	15	43,53	393,6	
Уплотненн	Фрикадельки из мяса птицы	40	5,13	4	3,41	88,3	1 061
	Соус красный основной	15	0,11	1	1,12	11,8	901
	Каша перловая рассыпчатая	120	3,75	4	26,78	159,9	1 000
	Чай с сахаром	180			14,4	57,5	1 188
	Хлеб пшеничный 1с	15	1,61	1	6,53	41,1	897,01
Итого за Уплотненный Полдник		370	11,77	9	58,4	385,7	
Итого за день		1 275	38,88	34	151,62	1233,2	

Рацион: Полевской Яс 1-3 г 215.00 руб

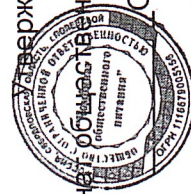
Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углев		
Завтрак	Каша кукурузная молочная с Чай с молоком	160	4,07	4	25,37	167	174
	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,02	1	12	66	854
Итого за Завтрак		325	6,41	13	44,17	338	
Завтрак 2	Компот из кураги	100	0,08		2,26	10,1	932
Итого за Завтрак 2		100	0,08		2,26	10,1	
Обед	Винегрет овощной	40	0,62	4	3,39	52,3	1 112
	Суп с крупой пшенной "Волна"	160	2,46	4	11,15	113,4	1 018
	Колбаска витаминная	50	11,11	3	3,61	120	1 028
	Рис припущенный	80	1,92	3	19,76	127,5	512
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,26		18,27	76,3	928
	Хлеб пшеничный 1с	15	1,61	1	6,53	41,1	897
	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9	1 148
Итого за Обед		500	19,45	15	60,21	496,4	
Уплотненн	Запеканка овощная с маслом	160	5,81	16	27,06	283,1	1 239
	Чай с сахаром	180			14,4	57,5	1 188
	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9	1 148
Итого за Уплотненный Полдник		345	7,09	16	48,74	369,5	
Итого за день		1 270	33,03	44	155,4	1264	

Согласовано: _____

Заведующий ДОУ _____



ООО "Комбинат общественного питания" О.Ю. Козырева

Приложение 8 к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд

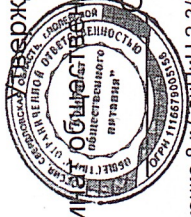
(лист 5)

Рацион: Полевской Яс 1-3 г 215.00 руб Неделя: 1 День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	Жиры			Углевод
Завтрак	Каша пшеничная молочная с	150	4,95	5	24,5	154,5	851
	Какао с молоком	150	4,24	5	15,06	142,5	919
	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	73,9	810
	Итого за Завтрак	325	12,68	13	48,13	370,9	
Завтрак 2	Кисломолочный продукт	100	2,9	3	4	53	914
Итого за Завтрак 2		100	2,9	3	4	53	
Обед	Суп-пюре овощной	150	2,14	4	10,45	96	1 016
	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9	20	943
	Котлета рыбная	50	9,44	7	6,14	126,3	1 028
	Каша гречневая рассыпчатая	80	4,97	3	25,93	151,8	998
	Компот из свежих плодов	150	0,02		3,58	14,9	390
	Хлеб пшеничный 1с	15	1,61	1	6,53	41,1	897,01
	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9	1 148
Итого за Обед		465	20,11	15	63,81	479	
Уплотнены	Сдоба обыкновенная	40	3,78	2	23,66	118,5	941
	Яйцо отварное шт	25	3	3	0,18	39,3	349,01
	Макаронные изделия отварные с	120	6,9	6	27,7	191,1	1 003
	Чай с сахаром	180			14,4	57,5	1 188
	Хлеб пшеничный 1с	15	1,61	1	6,53	41,1	897,01
Итого за Уплотненный Полдник		380	11,51	10	48,81	426,9	
Итого за день		1 230	47,2	41	164,75	1 231,9	

Согласовано: _____

Заведующий ДОУ _____



ООО "Комбинат общественного питания" О.Ю. Козырева

Приложение 8 к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд

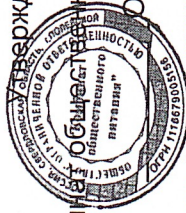
(лист 6)

Рацион: Полевской Яс 1-3 г 215.00 руб Неделя: 2 День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	Жиры			Углев
Завтрак	Каша гречневая молочная с	150	5,4	6	25,2	180	823
	Чай с сахаром	150			12	47,9	1 188
	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	8	6,8	115	808
	Итого за Завтрак	325	6,72	14	44	342,9	
Завтрак 2	Сок натуральный	100			11,2	69	707
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69	
Обед	Суп с крупой пшеничной "Волна"	150	2,46	4	11,15	93,4	1 018
	Биточек из курицы	50	10,47	4	6,12	101,9	255
	Пюре картофельное	80	1,74	3	11,75	78,4	995
	Компот из свежих плодов	150	0,02		3,58	14,9	390
	Хлеб пшеничный 1с	15	1,61	1	6,53	41,1	897
Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9	1 148	
Итого за Обед		460	17,58	12	46,41	368,6	
Уплотнены	Тефтели из мяса птицы с луком	40	11,23	2	5,04	159,4	1 085
	Капуста тушеная	120	3,16	4	14,96	111,6	999
	Чай с сахаром	180			14,4	57,5	1 188
	Хлеб пшеничный 1с	15	1,61	1	6,53	41,1	897
Итого за Уплотненный Полдник		365	16	7	40,93	309,6	
Итого за день		1 250	40,3	33	142,5	1 290	

Согласовано:

Заведующий ДОУ



ООО "Комбинат общественного питания" О.Ю.Козырева

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд

(лист 8)

Рацион: Полевской Яс 1-3 г 215.00 руб

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углев.		
Завтрак	Суп молочный с макаронными	150	2,74	3	16,67	106,5	1 153
	Кофейный напиток с молоком	150	2,25	2	10,05	66,8	1 110
	Бутерброд с повидлом	25	1,34	1	13,87	64,6	1 046
	Итого за Завтрак	325	6,33	6	40,59	237,9	
Завтрак 2	Яблоки свежие	110	0,44		10,78	80,7	976
Итого за Завтрак 2		110	0,44		10,78	80,7	
Обед	Борщ с капустой и картофелем	160	0,99	3	7,52	112,2	1 021,13
	Печень, тушенная в томатном	60	6,49	6	3,18	106,4	1 076,01
	Каша гречневая рассыпчатая	80	4,97	3	25,93	151,8	998
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,26		18,27	76,3	928
	Хлеб пшеничный 1с	15	1,61	1	6,53	41,1	897
	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9	1 148
Итого за Обед		470	15,6	13	68,71	476,7	
Уплотненные	Булочка домашняя	40	3,02	5	24,74	157,6	769,1
	Омлет с картофелем	130	1,23	2	1,74	58,2	892
	Чай с сахаром	180			14,4	57,5	1 188
	Хлеб пшеничный 1с	20	1,61	1	6,53	49,2	897
Итого за Уплотненный Полдник		365	7,14	8	54,69	353,3	
Итого за день		1 275	29,51	27	174,8	1 269	

Согласовано:

Заведующий ДОУ



ООО "Комбинат общественного питания" О.Ю.Козырева

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд

(лист 7)

Рацион: Полевской Яс 1-3 г 215.00 руб

Неделя: 2

День: вторник

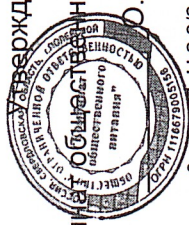
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углев.		
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	190	5,39	6	23,84	191	883
	Чай с лимоном	150	0,07		11,37	59,9	483
	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	73,9	810
	Итого за Завтрак	325	8,95	9	43,78	315,8	
Завтрак 2	Молоко кипяченое	100	2,9	3	4,7	60	920
Итого за Завтрак 2		100	2,9	3	4,7	60	
Обед	Рассольник домашний со	160	1,36	4	8,31	112,5	1 175
	Биточек рыбный	50	6,63	5	7,95	100,6	1 107
	Соус сметанный	15	0,26	2	1,01	15,5	600
	Рис припущенный	80	1,92	3	19,76	117,5	512
	Напиток из плодов шиповника	150	0,51		20,72	96,5	705
	Хлеб пшеничный 1с	15	1,61	1	6,53	41,1	897,01
Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9	1 148	
Итого за Обед		475	13,57	15	71,56	482,6	
Уплотненные	Запеканка морковная с творогом	130	2,25	6	15,25	269,1	1 012
	Соус молочный (сладкий)	20	0,4	1	2,69	21,7	904
	Чай с сахаром	180			14,4	57,5	1 188
	Хлеб ржаной	20	1,28		7,28	42,7	1 148
Итого за Уплотненный Полдник		335	3,56	6	43,61	251,6	
Итого за день		1 235	28,98	33	163,65	1250,2	

Согласовано:  Заведующий ДОУ "Комбинат общественного питания" О.Ю. Козырева



Согласовано:  Заведующий ДОУ "Комбинат общественного питания" О.Ю. Козырева

Согласовано:  Заведующий ДОУ "Комбинат общественного питания" О.Ю. Козырева



Приложение 8 к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Приложение 8 к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд

Меню приготавливаемых блюд

(лист 9)

(лист 10)

Рацион: Полевской Яс 1-3 г 215.00 руб Неделя: 2 День: четверг

Рацион: Полевской Яс 1-3 г 215.00 руб Неделя: 2 День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры		
Завтрак	Каша ячневая молочная жидкая	150	4,3	5	20,29	1 111
	Чай с молоком	150	1,02	1	12	854
	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	8	6,8	115
	Итого за Завтрак	325	6,64	14	39,09	323,5
Завтрак 2	Кисломолочный продукт	100	2,9	3	4	53
	Итого за Завтрак 2	100	2,9	3	4	53
Обед	Суп картофельный со сметаной	150	1,61	3	12,17	87,4
	Мясо кур отварное (для первых)	5	1,15	1	0,04	11,8
	Плов мясной	140	13,68	15	28,44	209,4
	Компот из свежих яблок	150	0,08		17,91	74,3
	Хлеб пшеничный 1с	15	1,61	1	6,53	41,1
	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9
Итого за Обед	475	19,41	20	72,37	462,9	
Уплотненнь	Тестели мясные с луком	40	6,05	4	4,2	95,6
	Макаронные изделия отварные с чаем с сахаром	120	5,07	3	30,3	174,8
	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9
	Итого за Уплотненный Полдник	355	14,01	8	62,71	407,9
Итого за день	1 270	42,96	45	178,17	1247,3	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры		
Завтрак	Каша овсяная Геркулес вязкая	150	0,91	1	4,28	33
	Чай с лимоном	150	0,07		11,37	59,9
	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	73,9
	Итого за Завтрак	325	4,47	4	24,22	166,8
Завтрак 2	Напиток апельсиновый или	100	0,07		10,12	41,1
	Итого за Завтрак 2	100	0,07		10,12	41,1
Обед	Салат Бурячок	40	0,44	6	2,21	65,1
	Суп Крестянский с крупой,	150	1,52	4	10,37	82
	Фигурки рыбные	50	7,32	11	3,62	139,6
	Соус молочный (для подачи к блюду)	15	0,32	1	1,07	13,7
	Каша перловая рассыпчатая	80	2,5	3	17,86	106,6
	Напиток из плодов шиповника	150	0,51		20,72	96,5
Хлеб пшеничный 1с	15	1,61	1	6,53	41,1	
Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9	
Итого за Обед	515	15,5	26	69,66	583,5	
Уплотненнь	Булочка домашняя	40	3,02	5	24,74	125,9
	Котлета морковная с маслом	140	3,12	16	18,18	231,4
	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
	Хлеб пшеничный 1с	15	1,61	1	6,53	41,1
Итого за Уплотненный Полдник	350	4,99	19	40,12	455,9	
Итого за день	1 290	25,03	49	144,1	1363	

Согласовано:

Заведующий ДОУ



Заверждаю директор

ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

Приложение 8 к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд

(лист 11)

Рацион: Полевской Яс 1-3 г 215.00 руб Неделя: 3 День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углевод		
Завтрак	Каша пшеничная молочная с	150	4,95	5	24,5	154,5	851
	Чай с молоком	150	1,02	1	12	66	854
	Бутерброд с маслом сливочным	30	1,58	9	8,16	138	808
Итого за Завтрак		330	7,55	15	44,66	358,5	
Завтрак 2	Сок натуральный	100			11,2	69	707
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69	
Обед	Рассольник ленинградский со	150	1,62	4	10,68	83,5	1 030
	Котлета Детская мясная	50	7,99	13	5,94	178,3	1 054
	Соус молочный (для подачи к	15	0,32	1	1,07	13,7	905
	Макаронные изделия отварные с маслом	80	3,38	2	20,2	116,5	516
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,26		18,27	76,3	928
	Хлеб пшеничный 1с	15	1,61	1	6,53	41,1	897,01
Итого за Обед	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9	1 148
		475	16,46	21	69,97	548,3	
Уплотненный	Огурцы соленые	20	0,16		0,34	2,6	1 006
	Плов куриный	150	11,61	6	29,06	219,7	1 075,06
	Чай с сахаром	180			14,4	57,5	1 188
Итого за Уплотненный	Хлеб пшеничный 1с	15	1,61	1	6,53	41,1	897,01
		365	13,38	7	50,33	340,9	
Итого за День		1 270	37,39	43	176,16	1296,7	

Согласовано:

Заведующий ДОУ



ООО "Комбинат общественного питания"



О.Ю.Козырева

Приложение 8 к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд

(лист 12)

Рацион: Полевской Яс 1-3 г 215.00 руб Неделя: 3 День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углев	
Завтрак	Каша манная жидкая молочная	150	4,32	5	22,87	155,4
	Чай с сахаром	150			12	47,9
	Бутерброд с повидлом	25	1,34	1	13,87	64,6
Итого за Завтрак		325	5,66	6	48,74	267,9
Завтрак 2	Молоко кипяченое	100	2,9	3	4,7	60
Итого за Завтрак 2		100	2,9	3	4,7	60
Обед	Щи из свежей капусты с	150	1,14	4	5,48	79,5
	Запеканка картофельная с	130	3,18	9	29,23	305,1
	Соус томатный	15	0,09	3	0,87	8,3
	Напиток из плодов шиповника	150	0,51		20,72	96,5
	Хлеб пшеничный 1с	15	1,61	1	6,53	41,1
Итого за Обед	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9
		460	15,68	10	62,99	443,4
Уплотненный	Сдоба обыкновенная	40	3,78	2	23,66	118,5
	Котлета морковная с маслом	100	2,23	11	12,99	235,3
	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
Итого за Уплотненный	Хлеб пшеничный 1с	15	1,61	1	6,53	41,1
		350	7,64	14	62,59	402
Итого за День		1 235	31,88	33	179	1273

Согласовано:

Заведующий ДОУ

О.Ю.Козырева



ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд

(лист 13)

Рацион: Полевской Яс 1-3 г 215.00 руб Неделя: 3 День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры		
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	150	5,39	6	23,84	182
	Чай с лимоном	150	0,04		11,37	686
	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	810
Итого за Завтрак		325	8,92	9	43,78	300,8
Завтрак 2	Яблоки печеные	100	0,38		15,97	71,2
Итого за Завтрак 2		100	0,38		15,97	71,2
Обед	Суп картофельный с	150	1,42	3	12	82,7
	Оладьи из печени, тушеные в	60	8,9	4	6,48	98,2
	Каша гречневая рассыпчатая	80	4,97	3	25,93	151,8
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,26		18,27	76,3
	Хлеб пшеничный 1с	15	1,61	1	6,53	41,1
Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9	
Итого за Обед		470	18,44	11	76,49	489
Уплотнены	Тефтели мясные с луком	40	6,05	4	4,2	195,6
	Капуста тушеная	120	3,16	4	14,96	111,6
	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
	Хлеб пшеничный 1с	15	1,61	1	6,53	41,1
Итого за Уплотненный Полдник		355	10,82	9	40,09	375,8
Итого за день		1 250	38,56	29	176,33	1266,8

Согласовано:

Заведующий ДОУ

О.Ю.Козырева



ООО "Комбинат общественного питания"

О.Ю.Козырева

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд

(лист 14)

Рацион: Полевской Яс 1-3 г 215.00 руб Неделя: 3 День: четверг

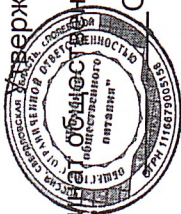
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	
Завтрак	Каша овсяная Геркулес жидкая	150	5,05	7	21,59
	Чай с молоком	150	1,02	1	12
	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	8	6,8
Итого за Завтрак		325	7,39	16	40,39
Завтрак 2	Кисломолочный продукт	100	2,9	3	4
Итого за Завтрак 2		100	2,9	3	4
Обед	Суп картофельный с бобовыми	150	3,53	3	12,89
	Котлета Домашняя	50	7,78	6	7,99
	Пюре картофельное	80	1,74	3	11,75
	Компот из изюма	150	0,35		7,6
	Хлеб пшеничный 1с	15	1,61	1	6,53
Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	
Итого за Обед		460	16,29	13	54,04
Уплотнены	Салат из белокочанной капусты	40	0,7	2	3,96
	Макаронные изделия отварные	150	8,62	7	34,62
	Чай с сахаром	180			14,4
	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28
Итого за Уплотненный Полдник		385	10,6	9	60,26
Итого за день		1 270	37,18	41	158,7

Согласовано:

Заведующий ДОУ



Согласовано: Заведующий директором
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева



Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд

(лист 15)

Рацион: Полевской Яс 1-3 г 215.00 руб

Неделя: 3

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры		
Завтрак	Каша кукурузная молочная с	150	4,07	4	25,37	174
	Чай с лимоном	150	0,04		11,37	686
	Бутерброд с повидлом	25	1,34	1	13,87	1 046
Итого за Завтрак		325	5,45	5	50,61	256,5
Завтрак 2	Напиток лимонный	100	0,01		1,94	9,3
Итого за Завтрак 2		100	0,01		1,94	9,3
Обед	Винегрет овощной с соленым	30	0,69	2	2,84	34,4
	Суп с крутой пшенной "Волна"	150	2,46	4	11,15	93,4
	Мясо кур отварное (для первых)	5	1,15	1	0,04	11,8
	Тефтели рыбные.	50	6,33	3	6,57	78,2
	Соус красный основной	15	0,11	1	1,12	11,8
	Рис припущенный	80	1,92	3	19,76	117,5
	Компот из свежих яблок	150	0,08		17,91	74,3
	Хлеб пшеничный 1с	15	1,61	1	6,53	41,1
	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9
	Итого за Обед		510	15,63	15	73,2
Уплотнены	Крендель песочный с сахаром	40	2,25	3	17	195,2
	Рагу из овощей	160	3,42	7	22,63	217,8
	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9
	Итого за Уплотненный Полдник		370	5,83	8	52,81
Итого за день		1 305	26,92	28	178,56	1292,5

Согласовано:

Заведующий ДОУ



Согласовано: Заведующий директором
ООО "Комбинат общественного питания"
О.Ю.Козырева

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд

(лист 16)

Рацион: Полевской Яс 1-3 г 215.00 руб

Неделя: 4

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры		
Завтрак	Каша пшенная молочная	150	5,39	6	23,84	182
	Чай с сахаром	150			12	47,9
	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	8	6,8	115
	Итого за Завтрак		425	6,71	14	53,84
Завтрак 2	Сок натуральный	100			11,2	69
Итого за Завтрак 2		100			11,2	69
Обед	Суп картофельный с бобовыми	150	3,53	3	12,89	100
	Котлета Домашняя	50	7,78	6	7,99	155
	Соус томатный	15	0,09	3	0,87	8,3
	Каша гречневая вязкая.	80	2,15	2	13,6	91,2
	Напиток из плодов шиповника	150	0,51		20,72	96,5
	Хлеб пшеничный 1с	15	1,61	1	6,53	41,1
Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9	
Итого за Обед		475	16,95	15	69,88	531
Уплотнены	Тефтели из мяса птицы с луком	40	8,98	2	4,03	79,5
	Соус сметанный	15	0,26	2	1,01	15,5
	Макаронные изделия отварные	120	5,07	3	30,3	174,8
	Чай с сахаром	180			14,4	57,5
	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9
Итого за Уплотненный Полдник		355	15,33	5	56,01	350,7
Итого за день		1 255	38,99	34	179,7	1296

Согласовано:

Заведующий ДОУ

Согласовано:

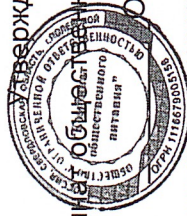
Заведующий ДОУ



ООО "Комбинат общественного питания" О.Ю. Козырева

Согласовано:

Заведующий ДОУ



ООО "Комбинат общественного питания" О.Ю. Козырева

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд

(лист 17)

Рацион: Полевской Яс 1-3 г 215.00 руб Неделя: 4 День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	Жиры			Углевод
Завтрак	Каша манная жидкая молочная с	150	4,32	5	22,87	155,4	852
	Чай с лимоном	150	0,04		11,37	44,9	686
	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	73,9	810
	Итого за Завтрак	325	7,85	8	42,81	274,2	
Завтрак 2	Молоко кипяченое	100	2,9	3	4,7	60	920
Итого за Завтрак 2		100	2,9	3	4,7	60	
Обед	Свекольник со сметаной	150	1,73	2	14,19	82	1 033
	Мясо кур отварное (для первых)	5	1,15	1	0,04	11,8	1 052
	Рыба запеченная в молочном	50	9,63	7	2,32	110,6	265
	Рис припущенный	80	1,92	3	19,76	117,5	512
	Компот из свежих яблок	150	0,08		17,91	74,3	912
	Хлеб пшеничный 1с	15	1,61	1	6,53	41,1	897,01
Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9	1 148	
Итого за Обед		480	17,32	10	70,65	460,2	
Уплотненный	Яйцо отварное шт	25	3	3	0,18	39,3	349,01
	Капуста тушеная	130	3,42	5	16,21	220,9	999
	Чай с сахаром	180			14,4	57,5	1 188
	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9	1 148
Итого за Уплотненный		350	7,7	8	38,07	356,6	
Итого за день		1 255	35,77	29	156,23	1 251,2	

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд

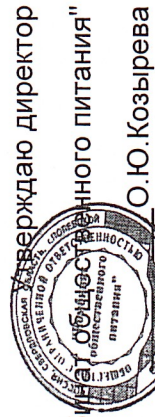
(лист 18)

Рацион: Полевской Яс 1-3 г 215.00 руб Неделя: 4 День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность		
			Белки	Жиры		Углев	
Завтрак	Каша пшеничная молочная	160	5,39	6	23,84	192	883
	Чай с молоком	150	1,02	1	12	66	854
	Бутерброд с повидлом	25	1,34	1	13,87	64,6	1 046
	Итого за Завтрак	325	7,75	8	49,71	312,6	
Завтрак 2	Компот из свежих плодов	100	0,02		2,39	9,9	390
Итого за Завтрак 2		100	0,02		2,39	9,9	
Обед	Суп-лапша на курином бульоне	160	3,29	4	9,18	92,5	1 015
	Печень по-строгановски	50	6,72	5	2,61	93	1 076,08
	Пюре картофеля	100	2,17	3	14,69	108	995
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,26		18,27	76,3	928
	Хлеб пшеничный 1с	15	1,61	1	6,53	41,1	897
Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9	1 148	
Итого за Обед		480	15,33	13	58,56	419,8	
Уплотненный	Запеканка морковная	130	4,08	5	22,56	262,8	1 172
	Соус сладкий из повидла	15	0,02		5,01	19,6	903
	Чай с сахаром	180			14,4	57,5	1 188
	Хлеб пшеничный 1с	15	1,61	1	6,53	41,1	897
Итого за Уплотненный		330	5,71	6	48,5	371	
Итого за день		1 235	28,81	27	159,2	1 263	

Согласовано:

Заведующий ДОУ



ООО "Комбинат общественного питания" О.Ю. Козырева

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд

(лист 19)

Рацион: Полевской Яс 1-3 г 215.00 руб

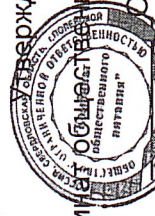
Неделя: 4

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	Жиры			Углевод
Завтрак	Каша гречневая молочная с	150	5,4	6	25,2	180	
	Чай с сахаром	150		12	47,9	1 188	
	Бутерброд с маслом сливочным	25	1,32	8	6,8	115	
	Итого за Завтрак	325	6,72	14	44	342,9	
Завтрак 2							
	Кисломолочный продукт	100	2,9	3	4	53	914
Итого за Завтрак 2		100	2,9	3	4	53	
Обед	Суп Крестьянский с крупой,	150	1,52	4	10,37	82	1 058
	Мясо кур отварное (для первых)	5	1,15	1	0,04	11,8	1 052
	Биточек из курицы	50	10,47	4	6,12	101,9	255
	Соус сметанный	15	0,26	2	1,01	15,5	600
	Каша перловая с овощами	80	1,77	4	12,24	94	911,01
	Напиток апельсиновый или	150	0,1	15,18	61,7	925	
	Хлеб пшеничный 1с	15	1,61	1	6,53	41,1	897,01
Итого за Обед		480	18,16	16	58,77	446,9	
Уплотненны	Пудинг творожно-манный	120	17,98	11	19,22	253,4	1 073
	Соус сладкий из повидла	15	0,02	5,01	19,6	903	
	Чай с сахаром	180		14,4	57,5	1 188	
	Хлеб пшеничный 1с	15	1,61	1	6,53	41,1	897,01
Итого за Уплотненный Полдник		345	20,89	12	52,44	410,5	
Итого за день		1 250	48,67	45	159,21	1253,3	

Согласовано:

Заведующий ДОУ



ООО "Комбинат общественного питания" О.Ю. Козырева

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд

(лист 20)

Рацион: Полевской Яс 1-3 г 215.00 руб

Неделя: 4

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	Жиры			Углевод
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	150	4,22	4	23,76	146,7	
	Чай с сахаром	150		12	47,9	1 188	
	Бутерброд с сыром	25	3,49	3	8,57	73,9	
	Итого за Завтрак	325	7,71	7	44,33	268,5	
Завтрак 2							
	Напиток из курицы	100	0,3		8,75	37	704
Итого за Завтрак 2		100	0,3		8,75	37	
Обед	Рассольник ленинградский со	150	1,62	4	10,68	83,5	1 030
	Мясо кур отварное (для первых)	5	1,15	1	0,04	11,8	1 052
	Котлета Детская мясная	50	7,99	13	5,94	178,3	1 054
	Макаронные изделия отварные с маслом	80	3,38	2	20,2	116,5	516
	Соус сметанный	15	0,26	2	1,01	15,5	600
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,26		18,27	76,3	928
	Хлеб пшеничный 1с	15	1,61	1	6,53	41,1	897
Итого за Обед		480	17,55	23	69,95	561,9	
Уплотненны	Сочень с творогом из песочного	40	3,44	3	28,61	157,2	942
	Омлет с капустой	120	9,13	18	4,12	214,4	961
	Чай с сахаром	180		14,4	57,5	1 188	
	Хлеб ржаной	15	1,28		7,28	38,9	1 148
Итого за Уплотненный Полдник		370	15,46	22	55,94	483,1	
Итого за день		1 200	40,78	52	172	1265	
Итого за период		25 010	735,2	743	3309	25309	
Среднее значение за период		1 250,5	36,8	37,2	165,5	1281	