

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

ООО "УКДП"

Директор

Круглий Ирина Павловна

Брайцев Т.В.

**МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
(4-х недельное)**

Сезон: **осень-зима**

Возрастная категория: **ясли 10ч**

на 1-ая неделя/Понедельник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
1 Завтрак						
Масло порционное	5	0,04	3,63	0,07	33	ДП00151
Каша ячневая молочная вязкая	130	4,36	4,36	22,46	147	ДП00107
Чай с сахаром и молоком	150	1,16	1,09	8,45	48	ДП00336
Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,14	0,29	13,43	65	ДП00005
Всего в 1 Завтрак	315	7,71	9,37	44,4	293	
2 Второй завтрак						
Яблоки	120	0,48	0,48	11,76	53	ДП00340
Всего в 2 Второй завтрак	120	0,48	0,48	11,76	53	
Обед						
Салат из моркови	40	0,42	3,55	4,07	50	ДП00231
Щи из св.капусты с карт.без смет	150	1,08	2,29	5,36	46	ДП00338
Сметана к пер.блюдам (прокип)	5	0,13	0,75	0,18	8	ДП00264
Пюре гороховое	110	10,36	3,62	23,49	170	ДП00201
Соус томатный	20	0,21	1,28	1,14	17	ДП0273А
Котлеты "Мясные"	1/50	7,61	11,44	6,02	157	ДП70000
Напиток яблочный	150	0,08	0,08	19,8	80	ДП00163
Хлеб ржано-пшеничный	32	0,88	0,12	5,76	30	ДП00004
Соль	4					ДП00266
Всего в Обед	561	20,76	23,12	65,82	559	
Полдник						
Винегрет овощной(без лука)	40	0,47	3,4	2,53	43	ДПП0028
Плюшка"Новомосковская	50	3,66	3,37	25,46	147	ДП0197*
Кисель из концентрата плодовых или ягодных	180	1,08		21,7	107	ДП00114
Всего в Полдник	270	5,21	6,77	49,69	297	
Всего в день	1 266	34,16	39,74	171,68	1 201	

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

ООО "УКДП"

Директор

Круглий Ирина Павловна

**МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
(4-х недельное)**

Сезон: **осень-зима**

Возрастная категория: **сад 10ч**

на 1-ая неделя/Понедельник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
1 Завтрак						
Масло порционное	5	0,04	3,63	0,07	33	ДП00151
Каша ячневая молочная вязкая	150	5,04	5,04	25,92	169	ДП00107
Чай с сахаром и молоком	180	1,4	1,31	10,13	58	ДП00336
Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,14	0,29	13,43	65	ДП00005
Всего в 1 Завтрак	365	8,61	10,26	49,55	325	
2 Второй завтрак						
Яблоки	120	0,48	0,48	11,76	53	ДП00340
Всего в 2 Второй завтрак	120	0,48	0,48	11,76	53	
Обед						
Салат из моркови	40	0,42	3,55	4,07	50	ДП00231
Щи из св.капусты с карт.без смет	180	1,3	2,75	6,43	55	ДП00338
Сметана к пер.блюдам (прокип)	5	0,13	0,75	0,18	8	ДП00264
Пюре гороховое	130	12,25	4,28	27,76	201	ДП00201
Соус томатный	20	0,21	1,28	1,14	17	ДП0273А
Котлеты "Мясные"	1/50	7,61	11,44	6,02	157	ДП70000
Напиток яблочный	180	0,09	0,09	23,76	96	ДП00163
Хлеб ржано-пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38	ДП00004
Соль	4					ДП00266
Всего в Обед	649	23,1	24,28	76,57	622	
Полдник						
Винегрет овощной(без лука)	50	0,58	4,25	3,17	53	ДПП0028
Плюшка"Новомосковская"	50	3,69	2,6	25,51	140	ДП00197
Кисель из концентрата плодовых или ягодных	180	1,08		21,7	107	ДП00114
Всего в Полдник	280	5,36	6,85	50,38	300	
Всего в день	1 414	37,54	41,87	188,25	1 301	

Сезон осень-зима

Плановое меню (краткое)

сад 10ч, Все Диеты

1-я неделя

Понедельник	Вес	Вторник	Вес	Среда	Вес	Четверг	Вес	Пятница	Вес
1 Завтрак									
Магпо порционное	5	Каша рисовая молочная вязкая	150	Повидло	10	Сыр порционный	5	Суп молочный с макарониад.	180
Каша ячневая молочная вязкая	150	Чай с сахаром	180	Каша манная молочная жидкая	150	Каша молочная "Дружба"	150	Каша с молоком	180
Чай с сахаром и молоком	180	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	Чай с сахаром	180	Хлеб пшеничный витаминизированный	30
Хлеб пшеничный витаминизированный	30			Чай полусладкий	180	Хлеб пшеничный витаминизированный	30		
ИТОГО	365		360		370		365		390
2 Второй завтрак									
Яблоки	120	Напиток яблочный	150	Йогурт густой	100	Сок фруктовый	150	Яблоки	120
ИТОГО	120		150		100		150		120
Обед									
Салат из моркови	40	Салат витаминный	40	Салат Пестрый	40	Огурец соленый порц.	30	Салат из моркови и яблок	40
Щи из св.капусты с карт.без смет	180	Рассолыник домашний(без смет)	180	Суп картофель.с бобов(без греч)	180	Уха с крупой	180	Борщ с капуст. и карт.(без смет)	180
Сметана к пер.блюдам (прокип)	5	Сметана к пер.блюдам (прокип)	5	Улишш (филе тилцы)	50	Котлеты рубл.из тилцы	50	Сметана к пер.блюдам (прокип)	5
Пюре гороховое	130	Жаркое по-домашнему с филе кур	150	Макаронные изделия отварные	130	Картофельное пюре	130	Важ-Белыш п/ф	80
Соус томатный	20	Компот из смеси сухофр.	180	Напиток лимонный	180	Соус томатный	20	Компот из смеси сухофр.	180
Котлета "Мясные"	50	Хлеб ржано-пшеничный	40	Хлеб ржано-пшеничный	40	Напиток яблочный	180	Хлеб ржано-пшеничный	40
Напиток яблочный	180	Соль	4	Соль	4	Хлеб ржано-пшеничный	40	Соль	4
Хлеб ржано-пшеничный	40					Соль	4		
Соль	4								
ИТОГО	649		599		624		634		529
Полдник									
Винегрет овощной(без лука)	50	Суп молочный с макарон.изд.(вермишель)	180	Курник	70	Омлет натуральный	80	Каша пшеничная молочная жидкая	150
Плошка"Новоокосковская"	50	Чай полусладкий	180	Чай с сахаром и лимоном	180	Чай полусладкий	180	Чай с витаминами Витолка	180
Кисель из концентрата плодовых или ягодных	180	Хлеб пшеничный витаминизированный	20			Хлеб пшеничный витаминизированный	20	Хлеб пшеничный витаминизированный	30
ИТОГО	280		380		250		280		360

(подпись)

(расшифровка подписи)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Плановое меню (краткое)

сад 10ч, Все диеты

Сезон осень-зима

2-я неделя

Понедельник	Вес	Вторник	Вес	Среда	Вес	Четверг	Вес	Пятница	Вес
1 Завтрак									
Магпо порционное	5	Каша овсен, "еркулес" молоч. жидкая	150	Повидло	10	Сыр порционный	5	Каша пшеничная молочная жидкая	150
Каша пшеничная молочная жидкая	150	Чай с сахаром и молоком	180	Каша манная молочная жидкая	150	Сул молочный с крупной гречневой	180	Чай с сахаром и лимоном	180
Чай с сахаром	180	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	Какао с молоком	180	Хлеб пшеничный витаминизированный	30
Хлеб пшеничный витаминизированный	30			Чай полуслизкий	180	Хлеб пшеничный витаминизированный	30		
ИТОГО	365				370		395		360
2 Второй завтрак									
Напиток "Витошка" витаминизированный	150	Кисель из концентрата плодовых или ягодных	150	Сок фруктовый	150	Молотг питьевой	100	Яблоки	120
ИТОГО	150		150		150		100		120
Обед									
Салат луковый	40	Свежая отварная	40	Салат из белокчанной капусты	40	Винегрет овощной	40	Салат из моркови и яблок	40
Сул на овощей	180	Сул крестья.с пшен.(без сме)	180	Свекольник(без смет)	180	Сул картофел.с крутой рисовой	180	Сул картофел.с лапшой домашней	180
Сметана к пер.блодам (прокип)	5	Сметана к пер.блодам (прокип)	5	Сметана к пер.блодам (прокип)	5	Птица туш.в соусе с овощами	150	Курник	100
Макаронные изделия отварные	130	Выточки рыбные(минтай)**	50	Плов из птицы (п/ф филе)	150	Кисель из концентрата плодовых или ягодных	180	Компот из изюма	180
Тертели из говядины	50	Соус томатный	20	Напиток лимонный	180	Хлеб ржано-пшеничный	40	Хлеб ржано-пшеничный	40
Соус томатный	20	Картофельное пюре	130	Хлеб ржано-пшеничный	40	Соль	4	Соль	4
Компот из смеси сухофр.	180	Напиток яблочный	180	Соль	4				
Хлеб ржано-пшеничный	40	Хлеб ржано-пшеничный	40						
Соль	4	Соль	4						
ИТОГО	649		649		599		594		544
Полдник									
Картофель в молоке	150	Салат "Сенкой"	40	Регу на овощей	130	Каша янчевая молочная вязкая	130	Омлет натуральный	80
Напиток лимонный	180	Ябло отварное	33	Чай с сахаром	180	Напиток яблочный	180	Чай с витаминями Витошка	180
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	Чай полуслизкий	180	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	Хлеб пшеничный витаминизированный	20
Хлеб пшеничный витаминизированный	20								
ИТОГО	350		293		330		330		280

(подпись)

(расшифровка подписи)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ:

СОГЛАСОВАНО:

Плановое меню (краткое)

сад 10ч, Все диеты

Сезон осень-зима

3-я неделя

Понедельник	Вес	Вторник	Вес	Среда	Вес	Четверг	Вес	Пятница	Вес
1 Завтрак									
Мясо порционное	5	Суп молочный с макарон.изд.(вермишель)	180	Каша рисовая молочная вязкая	150	Каша ячневая молочная вязкая	150	Сыр порционный	5
Каша манная молочная жидкая	150	Чай с сахаром и лимоном	180	Чай с сахаром и молоком	180	Каша с молоком	180	Каша геркулесовая мол.с яблоком	150
Чай с сахаром и молоком	180	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	Чай с сахаром и лимоном	180
Хлеб пшеничный витаминизированный	30							Хлеб пшеничный витаминизированный	30
ИТОГО	365			390	360			360	365
2 Второй завтрак									
Кисель из концентрата плодовых или ягодных	150	Яблоки	120	Напиток яблочный	150	Сок фруктовый	150	Йогурт питьевой	100
ИТОГО	150			120	150			150	100
Обед									
Салат из свежих с изюмом горошком	40	Салат картофельный с зеленым горошком	40	Салат витаминный	40	Салат из моркови	40	Салат "Степной"	40
Щи из свеклы с картоф.без смет	180	Рассольник ленинградский (без смет)	180	Суп картофельный с бобовыми	180	Суп картофеля с круглой рисовой	180	Сметана к пер.блодам (прокип)	5
Сметана к пер.блодам (прокип)	5	Сметана к пер.блодам (прокип)	5	Улит (филе птицы)	50	Капуста тушеная	130	Борщ с капуст. и карт.(без смет)	180
Плов из птицы (п/ф филе)	150	Соус томатный	20	Картофельное пюре	130	Котлеты рубл.из птицы	50	Биточки рыбные(минтай)**	50
Компот из смеси сухофр.	180	Котлета "Якенье"	50	Компот из изюма	180	Кисель из концентрата плодовых или ягодных	180	Соус томатный	20
Хлеб ржано-пшеничный	40	Каша гречневая рассыпчатая	130	Хлеб ржано-пшеничный	40	Хлеб ржано-пшеничный	40	Рис припущенный	130
Соль	4	Напиток яблочный	180	Соль	4	Соль	4	Напиток яблочно-лимонный	180
		Хлеб ржано-пшеничный	40					Хлеб ржано-пшеничный	40
		Соль	4					Соль	4
ИТОГО	599			649	624			624	649
Полдник									
Картофельное пюре	130	Рягу из овощей	130	Смет натуральная	80	Суп молочный с макарон.изд.(вермишель)	150	Чай с сахаром	180
Чай с сахаром	180	Чай с сахаром и молоком	180	Чай с сахаром и лимоном	180	Чай полуслидкий	180	Курник	70
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	Хлеб пшеничный витаминизированный	20		
ИТОГО	330			330	280			350	250

(подпись)

(расшифровка подписи)

(подпись)

(расшифровка подписи)

УТВЕРЖДАЮ:

СОГЛАСОВАНО:

Плановое меню (краткое)

сад 10ч, Все диеты

Сезон осень-зима

4-я неделя

Понедельник	Вес	Вторник	Вес	Среда	Вес	Четверг	Вес	Пятница	Вес
1 Завтрак									
Каша молочная "Дружба"	150	Сыр порционный	5	Сулг молочный с крутой рисовой	180	Каша пшеница молочная жидкая	150	Каша овсян. "Геркулес" молоч. жидкая	150
Чай с сахаром	180	Каша пшеничная молочная жидкая	150	Чай с сахаром и лимоном	180	Каша с молоком	180	Чай с сахаром	180
Хлеб пшеничный витаминизированный	30	Чай с сахаром и молоком	180	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	Хлеб пшеничный витаминизированный	30
		Хлеб пшеничный витаминизированный	30						
ИТОГО	360		365		390		360		360
2 Второй завтрак									
Сок фруктовый	150	Напиток яблочно-лимонный	150	Йогурт питьевой	100	Кисель из концентрата плодовк или ягодных	150	Ягоды	120
ИТОГО	150		150		100		150		120
Обед									
Салат "Пестрый"	40	Салат из моркови и яблок	40	Винегрет овощной	40	Салат из белокочанной капусты	40	Салат Школьный	40
Суп из овощей	180	Суп картофель.с лапшой домашней	180	Рассолыник домашний(без смет)	180	Борщ с капуст. и карт.(без смет)	180	Суп картофельный с пшеном	180
Сметана к пер.блодам (прокип)	5	Пюре гороховое	130	Сметана к пер.блодам (прокип)	5	Сметана к пер.блодам (прокип)	5	Вак-Белшш п/ф	100
Сок томатный	20	Гуляш (филе птицы)	50	Жаркое по-домашнему с филе кур	130	Картофельное пюре	130	Компот из свежих плодов	180
Котлеты рубл.из птицы	50	Кисель из концентрата плодовых или ягодных	180	Напиток яблочный	180	Рыба припущенная(филе минтая)	50	Хлеб ржано-пшеничный	40
Макаронные изделия отварные	130	Хлеб ржано-пшеничный	40	Хлеб ржано-пшеничный	40	Напиток лимонный	180	Соль	4
Компот из смеси сухофр.	180	Соль	4	Соль	4	Хлеб ржано-пшеничный	40		
Хлеб ржано-пшеничный	40					Соль	4		
Соль	4								
ИТОГО	649		624		579		629		544
Полдник									
Каша ячневая молочная вязкая	130	Омлет натуральный	80	Капустя тушеная	130	Плов с изюмом	130	Сулг молочный с макарон.изд.(вермишель)	180
Чай полусладкий	180	Чай с сахаром и лимоном	180	Чай с витаминами, Витлошка	180	Чай с сахаром	180	Чай с сахаром и лимоном	180
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	Хлеб пшеничный витаминизированный	20
ИТОГО	330		280		330		330		380

(подпись)

(расшифровка подписи)

(подпись)

(расшифровка подписи)