МЕНЮ ЗИМНЕЕ

Прием пищи, наименование блюда	Номер рецепта	Масса порции	Расход сырья, 1 п		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные вещества	
		г	Брутто, г	Нетто, г	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	В1	В2	С	Са	Fe
Завтрак		**1-й день**											
Каша манная молочная с маслом сливочным													
молоко											-		
Масло сливочное											-		
манка											-		
сахар					-	-			-		-	-	-
											-		
Какао с молоком													
какао-порошок					-	--							
сахар					-	-							
молоко													
Хлеб пшеничный с маслом и сыром													
Хлеб пшеничный													
Масло сливочное													
сыр													
Всего в 1-й завтрак													
2-й завтрак													
Фрукт (апельсин)													
Всего во 2-й завтрак													
Обед													
Соленый огурец													
Борщ на мясном бульоне со сметаной													
капуста													

свекла													
картофель													
лук													
морковь													
Томатный соус													
Масло сливочное													
сметана													
Каша гречневая рассыпчатая													
Крупа гречневая													
Масло сливочное													
Шницель мясной													
мясо							**-**						
Хлеб пшеничный													
лук													
Масло растительное													
мука													
Яйцо 1/6													
молоко													
Компот из сухофруктов													
сухофрукты													
сахар													
Хлеб ржаной													
Хлеб ржаной													
Всего в обед													
Полдник													
Гренка молочная													
Хлеб пшеничный													
сахар													
Масло растительное													
молоко													

Яйцо 1/4													
Винегрет овощной													
картофель													
свёкла													
морковь													
Огурцы солёные													
яблоко													
Масло растительное					-		-						
Капуста свежая													
Чай с сахаром													
Чай- заварка													
сахар													
Всего в полдник													
Итого за 1-й день													
Завтрак		**2-й день**											
Яйцо вареное													
яйцо												-	
												-	
Салат из белокочанной капусты(витаминный)													
капуста													
морковь													
лук													
сахар													
Масло растительное													
Чай с молоком													
Чай- заварка													
сахар													
молоко													
Хлеб пшеничный с маслом													
Хлеб пшеничный													

Масло сливочное													
Всего в завтрак													
2-й завтрак													
Сок фруктовый													
сок					-	-							
Хлеб пшеничный													
Хлеб пшеничный													-
Всего в 2-й завтрак													
Обед													
Салат из свеклы с соленым огурцом													
Свекла													
Огурец соленый													
Масло растительное													
Суп с рыбными консервами													
рис													
картофель													
лук													
морковь													
Консервы													
Масло сливочное													
Макаронные изделия отварные с маслом													
макароны													
Масло сливочное													
Тефтели мясные													
говядина													
яйцо													
молоко													
лук													
мука													

Хлеб													
Растительное масло													
Томатная паста													
Компот из яблок													
яблоки													
сахар													
Хлеб ржаной													
Хлеб ржаной													
Всего в обед													
Полдник													
Каша геркулесовая													
геркулес													
молоко													
сахар													
Масло сливочное													
Кисель													
Кисель- концентрат													
сахар													
Хлеб пшеничный													
Хлеб пшеничный													
Фрукт (груша)													
Всего в полдник													
Итого за 2- й день													
Завтрак		**3-й день**											
Каша «дружба»													
Молоко													
сахар													
рис													
пшено													
гречка													

Масло сливочное													
Кофейный напиток с молоком													
Кофейный напиток					-	--							
сахар					-	-							
молоко													
Хлеб пшеничный с маслом и сыром													
Хлеб пшеничный													
Масло сливочное													
сыр													
Итого в завтрак													
2-й Завтрак													
Какао с молоком													
какао					-	-							
молоко													
сахар													
Печенье													
Всего во 2-й завтрак													
Обед													
Салат из тертой моркови с сахаром													
Морковь													
сахар													
Суп рисовый с курицей													
рис													
Масло сливочное													
курица													
картофель													
лук													
морковь													
Томатный соус													

Овощи тушеные с говядиной													
капуста													
лук													
морковь													
Томатный соус													
Масло сливочное													
мясо													
Хлеб ржаной													
Хлеб ржаной													
Кисель													
Кисель- концентрат													
сахар													
Всего в обед													
Полдник													
Оладьи со сгущенкой													
мука													
яйцо													
сахар													
Масло растительное													
дрожжи													
Молоко сгущенное													
Йогурт													
Фрукт (банан)													
Всего в полдник													
Итого за 3 й день													
Завтрак		**4-й день**											
Запеканка рисовая с творогом													

творог													
сахар					-	-			-		-	-	-
Яйцо 1/2													
Масло сливочное											-		
рис													
молоко													
Масло растительное													
сметана													
Кисель													
Кисель													
сахар													
Хлеб пшеничный с маслом и сыром													
Хлеб пшеничный													
Масло сливочное													
сыр													
Всего в завтрак													
2 -й Завтрак													
Фрукт (яблоко)													
Всего во 2 завтрак													
Обед													
Салат из белокочанной капусты													
Капуста													
Лук													
Масло растительное													
Суп крестьянский													
капуста													
картофель													
лук													
Масло сливочное													
морковь													
курица													

пшено													
Картофельное пюре													
картофель													
молоко													
Масло сливочное													
Котлета рыбная													
рыба													
Хлеб пшеничный													
яйцо													
молоко													
лук													
мука													
Растительное масло													
Хлеб ржаной													
Хлеб ржаной													
Компот из лимона													
лимон													
сахар													
Всего за обед													
Полдник													
Пирожок с повидлом													
мука													
молоко													
Яйцо 1/4													
повидло													
сахар													
Масло растительное													
дрожжи													
Йогурт													
Йогурт													

Итого за 4- й день													
Завтрак		**5-й день**											
Лапшевик с творогом													
Макароны													
творог													
яйцо													
сахар													
Масло растительное													
молоко													
Масло сливочное													
Чай с сахаром													
Чай- заварка													
сахар													
Хлеб пшеничный с маслом													
Хлеб пшеничный													
Масло сливочное													
													-
Всего в завтрак													

2 й завтрак

Сок фруктовый													
Сок фруктовый					-	-							
Хлеб пшеничный													
Всего во 2-й завтрак													

Обед

Салат из моркови и яблок													
Яблоко													
Морковь													
Масло растительное													
сахар													
Щи из свежей капусты с курицей													

капуста													
картофель													
лук													
Масло сливочное													
морковь													
курица													
сметана													
Томатный соус													
Рис отварной рассыпчатый													
рис													
Масло сливочное													
Азу из мяса													
мясо													
мука													
Томатный соус													
огурец													
чеснок									0э015				
лук													
морковь													
Хлеб ржаной													
Хлеб ржаной													
Какао с молоком													
Какао													
Сахар													
Молоко													
Итого в обед													

Полдник

Картофельная котлета													
картофель													
яйцо													
мука													
Масло растительное													
сметана													
Компот из сухофруктов													
сухофрукты													
сахар													
Фрукт (груша)													
груша													
Всего в полдник													
Итого за 5 день													
Завтрак		**6- й день**											

Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным													
сахар													
пшено													
молоко													
Масло сливочное													
Какао с молоком													
какао-порошок					-	--							
сахар					-	-							
молоко													
Хлеб пшеничный с маслом													
Хлеб пшеничный													-
Масло сливочное													-

													-
Всего в завтрак													
2 Завтрак													
Сок **Печенье**													
Сок					-	-							
Печенье													
Всего во 2-й завтрак													
Обед													
Салат из моркови с чесноком													
Морковь													
Чеснок													
Масло растительное													
Борщ на мясном бульоне со сметаной													
картофель													
капуста													
свёкла													
лук													
морковь													
Томатный соус													
сметана													
Масло сливочное													
Мясо отварное тушеное с картофелем													
говядина													
лук репчатый													
морковь													
томатная паста													
картофель													
Масло сливочное													

Компот из свежих яблок													
яблоко													
сахар													
Хлеб ржаной													
Хлеб ржаной													
Итого за обед													
Полдник													
Чай с сахаром													
чай													
сахар													
Манные биточки													
Манка													
молоко													
яйцо													
Масло растительное													
сахар													
повидло													
Мука картофельная													
сахар													
Фрукт (яблоко)													
						-			-	-		-	-
Всего в полдник													
Итого за 6 день													
Завтрак		**7- й день**											

Пудинг творожный со сгущенным молоком													
творог													
манка													
яйцо													

сахар													
Масло растительное													
Молоко сгущенное													
Кисель													
кисель					-	--							
сахар					-	-							-
Хлеб пшеничный с маслом													
Хлеб пшеничный													
Масло сливочное													
											-		
Всего в завтрак													

2 Завтрак

Фрукт(апельсин)													
апельсин													
Всего во 2-й завтрак													

Обед

Икра кабачковая													
Кабачковая икра													
Суп с макаронными изделиями с курицей													
вермишель													
картофель													
лук													
Масло сливочное													
морковь													
курица													
Плов с мясом													
мясо													
лук													
морковь													
рис													

Масло сливочное													
									-	-			
Чай с сахаром													
чай					-	-	-						
сахар													
Хлеб ржаной													
Всего в обед													

Полдник

Каша гречневая													
гречка													
сахар													
Масло сливочное													
молоко													
											-		
Какао с молоком													
какао													
молоко													
сахар									-	-	-		
Печенье													
печенье											-		
Итого в полдник													
Всего за 7 день													
Завтрак		**8- й день**											
Макаронные изделия отварные маслом сахаром													
Макаронные изделия													
Масло сливочное													
сахар													
Хлеб пшеничный с маслом													
Хлеб пшеничный													
Масло сливочное													
сыр													

Чай с молоком													
Чай- заварка													
сахар													
молоко													
Всего в завтрак													
Завтрак													
Какао с молоком													
какао-порошок					-	--							
сахар					-	-							
молоко													
Вафли													
Всего во 2-й завтрак													
Обед													
Салат из свеклы с чесноком													
Свекла													
Чеснок													
Масло растительное													
Суп картофельный с фрикадельками													
Говядина													
картофель													
лук													
Масло сливочное													
морковь													
яйцо													
Томатный соус													
Овощи тушёные с мясом курицы													
лук													
Масло сливочное													
морковь													

капуста													
свёкла													
Масло растительное													
курица													
мука													
Компот из сухофруктов													
сухофрукты													
сахар													
Хлеб ржаной													
Хлеб ржаной													
Всего в обед													
Полдник													
Сырники													
Масло растительное													
творог													
мука													
яйцо													
сахар													
манка													
Йогурт													
йогурт													
Фрукт (банан)													
Банан													
Хлеб пшеничный													
Хлеб пшеничный												-	
Всего в полдник													
Итого за 8 день													

Завтрак		**9- й день**

Омлет													
яйцо													
сахар													
мука													
молоко													
Масло растительное													
Салат из зелёного горошка													
Зелёный горошек													
Кофейный напиток с молоком													
Кофейный напиток													
сахар													
молоко													
Хлеб пшеничный с маслом сливочным													
Хлеб пшеничный													
Масло сливочное													
											-		
Всего в завтрак													

2 Завтрак

Сок фруктовый													
Сок фруктовый					-	-							
Хлеб пшеничный													
Всего во 2-й завтрак													

Обед

Салат из свеклы с яблоком													
Свекла													
Масло растительное													
Щи из свежей капусты с													

курицей													
капуста													
картофель													
морковь													
лук													
Масло сливочное													
курица													
сметана													
Томатный соус													
Котлета рыбная													
рыба													
Хлеб пшеничный													
яйцо													
молоко													
лук													
мука													
Растительное масло													
Картофельное пюре													
картофель													
молоко													
Масло сливочное													
Хлеб ржаной													
Хлеб ржаной													
Чай с сахаром													
Чай- заварка													
сахар													
Всего в обед													

Полдник

Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным													

сахар													
рис													
молоко													
Масло сливочное													
Компот из сухофруктов													
сухофрукты													
сахар													
Пастила (зефир)													
пастила													
Хлеб пшеничный													
Всего в полдник													
Всего за 9 день													
Завтрак		**10- день**											
Каша геркулесовая													
геркулес													
молоко													
сахар													
Масло сливочное													
Какао с молоком													
Какао- порошок													
молоко													
сахар													
Хлеб пшеничный с маслом и сыром													
Хлеб пшеничный													
Масло сливочное													
сыр													
Всего в 1-й завтрак													

2 Завтрак													
Молоко кипяченое Бутерброд с повидлом													
Молоко													
Хлеб пшеничный													
повидло													
Итого во 2-й завтрак													

Обед													
Салат из вареных овощей													
Картофель													
Свекла													
Морковь													
Огурцы соленые													
Капуста													
лук													
Масло растительное													
Суп гороховый на мясном бульоне													
горох													
морковь													
лук													
картофель													
Масло сливочное													
Макаронные изделия отварные с маслом													
макароны													
Масло сливочное													
Тефтели из говядины с рисом													

мясо													
рис													
яйцо													
мука													
Растительное масло													
Томатная паста													
лук													
морковь													
Хлеб ржаной													
Хлеб ржаной													
Компот из лимона													
лимон													
сахар													
Всего за обед													

Полдник													
Оладьи													
мука													
яйцо													
сахар													
Масло растительное													
дрожжи													
молоко													
Йогурт													
йогурт													
Фрукт(груша)													
Груша													
Всего за полдник													
Всего за 10 день													

МДОУ "ЧЕРНАВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД"

Подписан: МДОУ "ЧЕРНАВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД"
DN: STREET="УЛИЦА СВЕРДЛОВА, ДОМ 61А", S=Рязанская область, L="РАЙОН МИЛОСЛАВСКИЙ, СЕЛО ЧЕРНАВА", C=RU, G=Наталья Ивановна, SN=Попова, CN="МДОУ "" ЧЕРНАВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД"""", T=ЗАВЕДУЮЩИЙ, O="МДОУ ""ЧЕРНАВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД"""", E=vpv0776@list.ru, ИНН=620701591008, OID.1.2.643.100.4=6207004274, СНИЛС=11919620969, ОГРН=1116219000864
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2021.12.22 20:06:32+03'00'
Foxit PDF Reader Версия: 11.1.0