

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ДЕТСКИЙ САД №280»  
(МАДОУ «Детский сад №280»)

УТВЕРЖДЕНО

заведующим

МАДОУ «Детский сад №280»

приказ от «05» 09 2024г. № 316/1-09

 Ю.В. Ефименко

Основное (организованное) меню приготавливаемых блюд  
в МАДОУ «Детский сад № 280» обогащенное витаминами и минеральными  
веществами продуктов питания.  
Возрастная категория от 1 года до 3 лет (ясли), от 3 до 7 лет (сад).

Утверждаю:  
Заведующая

Ефименко Ю.В.

**Основное (организованное) меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Ясли МАДОУ Д/с №280

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1</b>	<b>1635</b>	<b>45</b>	<b>45</b>	<b>202</b>	<b>1390</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>455</b>	<b>9</b>	<b>11</b>	<b>58</b>	<b>366</b>	
	Каша гречневая вязкая на молоке с маслом	150	4,36	4,54	21,86	145,63	213/1
	Бутерброды с маслом	25	1,59	3,24	9,93	75,16	70/71/1
	Кофейный напиток с молоком	180	2,81	2,88	11,18	81,88	465/1
	Сок фруктовый	100	0,30	0,10	15,20	62,90	501/1
<b>ОБЕД</b>		<b>560</b>	<b>23</b>	<b>22</b>	<b>67</b>	<b>555</b>	
	Салат из свеклы с сыром	30	0,99	1,64	2,37	28,14	32/1
	Суп с рыбными консервами	150	5,04	5,49	13,79	124,66	122/1
	Гуляш из отварной говядины	50	9,82	12,34	3,33	163,61	327/1
	Макаронные изделия отварные с маслом	110	3,88	1,69	12,36	80,09	256/1
	Напиток из шиповника с витамином С	180	0,61	0,00	17,67	73,15	496/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96	574/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>200</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>35</b>	<b>236</b>	
	Булочка ванильная	50	3,41	2,53	22,07	124,66	541/1
	Кисломолочный напиток	150	4,35	4,80	12,75	111,60	470/1
<b>УЖИН</b>		<b>420</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>42</b>	<b>233</b>	
	Рагу из овощей	200	2,37	4,55	18,13	122,92	177/1
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,00	23,99	457/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96	574/1

Утверждаю:  
Заведующая

Ефименко Ю.В.

**Основное (организованное) меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Ясли МАДОУ Д/с №280

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2</b>	<b>1635</b>	<b>49</b>	<b>53</b>	<b>199</b>	<b>1469</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>455</b>	<b>9</b>	<b>11</b>	<b>55</b>	<b>359</b>	
	Суп молочный с макаронными изделиями с маслом	150	4,48	5,23	17,61	135,43	139/1
	Бутерброды с маслом	25	1,59	3,24	9,93	75,16	70/71/1
	Кофейный напиток с молоком	180	2,81	2,88	12,18	85,87	465/1
	Сок фруктовый	100	0,30	0,10	15,20	62,90	501/1
<b>ОБЕД</b>		<b>580</b>	<b>21</b>	<b>21</b>	<b>54</b>	<b>492</b>	
	Рубленые яйца с маслом и луком	30	2,90	3,79	0,53	47,79	46/1
	Рассольник ленинградский на мясном бульоне со сметаной	150	1,54	5,79	4,55	76,36	100/1
	Бигус из мяса говядины	160	12,29	11,07	4,83	168,14	329/1
	Компот из изюма с витамином С	180	0,45	0,00	18,36	75,24	494/1
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	574/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>200</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>29</b>	<b>194</b>	
	Вафли	25	0,80	0,70	20,28	90,60	580/1
	Молоко кипяченое	175	5,08	5,60	8,23	103,60	469/1
<b>УЖИН</b>		<b>400</b>	<b>12</b>	<b>14</b>	<b>61</b>	<b>423</b>	
	Биточки рыбные	60	4,32	5,42	13,75	120,96	307/1
	Соус молочный	20	3,49	6,34	8,32	104,16	403/1
	Пюре картофельное	110	2,31	2,20	18,43	102,72	377/1
	Чай с лимоном	180	0,05	0,00	6,15	24,77	459/1
	Хлеб пшеничный формовой	30	2,28	0,24	14,76	70,32	573/1



Утверждено:  
Заведующая

**Основное (организованное) меню приготавливаемых блюд**

Ефименко Ю.В.

Возрастная категория: Ясли МАДОУ Д/с №280

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3</b>	<b>1642</b>	<b>39</b>	<b>43</b>	<b>204</b>	<b>1354</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>462</b>	<b>7</b>	<b>14</b>	<b>53</b>	<b>362</b>	
	Каша манная на молоке с маслом	150	2,40	5,23	21,15	141,22	230/1
	Бутерброды с сыром	32	1,70	5,10	10,18	93,31	63/64/1
	Какао с молоком	180	1,57	3,35	10,79	79,59	462/1
	Плоды свежие	100	0,90	0,10	10,80	47,70	82/1
<b>ОБЕД</b>		<b>580</b>	<b>14</b>	<b>13</b>	<b>76</b>	<b>478</b>	
	Икра свекольная	30	0,43	0,77	2,58	18,99	53/1
	Щи из свежей капусты на мясном бульоне со сметаной	150	1,45	4,58	7,18	75,80	104/1
	Запеканка картофельная с мясом и сметанным соусом	160	6,78	7,12	11,40	136,73	334/1
	Кисель из кураги с витамином С	180	0,97	0,00	21,38	89,38	482/1
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	23,94	109,84	574/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>200</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>44</b>	<b>274</b>	
	Ватрушки с творожным фаршем	60	3,46	2,86	32,59	169,82	531/1
	Кисломолочный напиток	140	4,06	4,48	11,90	104,16	470/1
<b>УЖИН</b>		<b>400</b>	<b>11</b>	<b>8</b>	<b>30</b>	<b>241</b>	
	Суфле из отварной печени	200	9,36	8,27	13,37	165,32	346/1
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	7,20	28,78	457/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1



Утверждаю:  
Заведующая

Ефименко Ю.В.

**Основное (организованное) меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Ясли МАДОУ Д/с №280

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4</b>	<b>1635</b>	<b>39</b>	<b>50</b>	<b>203</b>	<b>1423</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>455</b>	<b>10</b>	<b>16</b>	<b>47</b>	<b>372</b>	
	Омлет натуральный	150	5,87	9,27	4,68	125,62	268/1
	Бутерброды с маслом	25	0,79	3,24	11,91	79,92	70/71/1
	Кофейный напиток с молоком	180	3,10	3,20	12,65	91,79	465/1
	Сок фруктовый	100	0,30	0,10	18,24	75,06	501/1
<b>ОБЕД</b>		<b>560</b>	<b>11</b>	<b>23</b>	<b>77</b>	<b>555</b>	
	Салат из капусты белокочанной	30	0,47	1,02	1,32	16,36	1/1
	Суп картофельный на курином бульоне	150	0,64	1,43	11,73	62,34	112/1
			0,00	0,00	0,00	0,00	
	Плов из отварной птицы	160	6,45	20,02	37,72	356,87	375/1
	Компот из смеси сухофруктов с витамином С	180	0,41	0,00	8,00	33,65	495/1
			0,00	0,00	0,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96	574/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>200</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>38</b>	<b>245</b>	
	Булочка российская	50	2,90	2,26	25,36	133,49	544/1
	Кисломолочный напиток	150	4,35	4,80	12,75	111,60	470/1
<b>УЖИН</b>		<b>420</b>	<b>11</b>	<b>5</b>	<b>41</b>	<b>251</b>	
	Шницель рыбный натуральный	60	6,27	1,28	1,59	43,03	310/1
	Овощи в молочном соусе	140	2,26	3,08	15,22	97,70	175/1
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	24,02	457/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96	574/1

Утверждаю:  
Заведующая

Ефименко Ю.В.

### Основное (организованное) меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МАДОУ Д/с №280

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5</b>	<b>1642</b>	<b>48</b>	<b>51</b>	<b>201</b>	<b>1451</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>462</b>	<b>10</b>	<b>12</b>	<b>49</b>	<b>344</b>	
	Каша рисовая на молоке с маслом	150	2,17	5,25	11,63	102,38	236/1
	Бутерброды с сыром	32	3,41	3,56	15,26	106,71	63/64/1
	Какао с молоком	180	3,26	3,43	10,84	87,25	462/1
	Фрукты свежие	100	0,90	0,10	10,80	47,70	82/1
<b>ОБЕД</b>		<b>580</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>76</b>	<b>586</b>	
	Салат из моркови	30	0,35	1,83	2,86	29,27	21/1
	Борщ с фасолью и картофелем с куриным мясом со сметаной	150	2,32	5,40	9,00	93,88	96/1
	Голубцы ленивые под сметанным соусом с томатом и луком	160	13,97	14,07	10,67	225,24	333/1
	Сок фруктовый	180	0,54	0,18	27,36	113,22	501/1
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	574/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>200</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>31</b>	<b>197</b>	
	Пряники	30	1,44	0,84	23,31	106,56	581/1
	Молоко кипяченое	170	2,47	5,44	7,99	90,78	469/1
<b>УЖИН</b>		<b>400</b>	<b>13</b>	<b>10</b>	<b>46</b>	<b>323</b>	
	Запеканка из творога	150	9,78	6,80	21,19	185,07	279/1
	Соус молочный сладкий	50	1,79	2,86	6,50	58,90	406/1
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	8,00	32,01	457/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1

Утверждаю:  
Заведующая

**Основное (организованное) меню приготавливаемых блюд**

Ефименко Ю.В.

Возрастная категория: Ясли МАДОУ Д/с №280

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1</b>	<b>1635</b>	<b>47</b>	<b>46</b>	<b>198</b>	<b>1390</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>455</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>41</b>	<b>306</b>	
	Каша пшеничная на молоке с маслом	150	2,79	5,81	11,88	110,89	235/1
	Бутерброды с маслом	25	1,59	3,24	9,93	75,16	70/71/1
	Кофейный напиток с молоком	180	3,10	3,20	11,65	87,80	465/1
	Сок фруктовый	100	0,15	0,10	7,60	31,90	501/1
<b>ОБЕД</b>		<b>560</b>	<b>16</b>	<b>20</b>	<b>72</b>	<b>530</b>	
	Салат из репчатого лука	30	0,41	0,96	2,38	19,75	16/1
	Щи из квашеной капусты со сметаной	150	1,49	6,06	6,60	86,81	106/1
	Котлеты из говядины	50	4,31	8,98	2,47	107,98	339/1
	Пюре из гороха с маслом	110	7,05	3,43	24,31	156,32	389/1
	Компот из кураги с витамином С	180	0,45	0,00	18,36	75,24	494/1
	Хлеб ржаной	20	0,61	0,24	7,98	36,52	574/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>200</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	<b>37</b>	<b>257</b>	
	Шанежка	50	4,85	3,05	24,55	144,91	538/1
	Кисломолочный напиток	150	4,35	4,80	12,75	111,60	470/1
<b>УЖИН</b>		<b>420</b>	<b>15</b>	<b>5</b>	<b>48</b>	<b>298</b>	
	Рыба, запеченная с картофелем под молочным соусом	200	11,87	5,08	23,73	188,06	312/1
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	24,02	457/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96	574/1



Утверждаю:  
Заведующая

**Основное (организованное) меню приготавливаемых блюд**

Ефименко Ю.В.

Возрастная категория: Ясли МАДОУ Д/с №280

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2</b>	<b>1642</b>	<b>47</b>	<b>50</b>	<b>201</b>	<b>1442</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>462</b>	<b>11</b>	<b>14</b>	<b>61</b>	<b>413</b>	
	Каша пшеничная на молоке с маслом	150	3,31	5,28	29,45	178,52	232/1
	Бутерброды с сыром	32	3,41	5,10	12,20	108,24	63/64/1
	Какао с молоком	180	3,14	3,35	10,79	85,88	462/1
	Плоды свежие	100	0,90	0,10	9,00	40,50	82/1
<b>ОБЕД</b>		<b>580</b>	<b>15</b>	<b>17</b>	<b>71</b>	<b>498</b>	
	Салат картофельный	30	0,55	1,11	4,32	29,43	38/1
	Суп гороховый с куриным мясом	150	3,30	2,26	15,65	96,15	127/1
	Рулет из говядины с яйцом (паровой)	50	6,07	11,22	2,54	135,41	345/1
	Свекла отварная с маслом	110	1,33	1,95	6,88	50,33	383/1
	Кисель из повидла с витамином С	180	0,06	0,00	15,31	61,46	483/1
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	574/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>200</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>28</b>	<b>206</b>	
	Булочка домашняя	50	1,63	3,06	20,75	117,07	542/1
	Молоко кипяченое	150	4,35	4,80	7,05	88,80	469/1
<b>УЖИН</b>		<b>400</b>	<b>15</b>	<b>11</b>	<b>41</b>	<b>326</b>	
	Сырники из творога запеченные	150	12,12	9,27	21,04	216,05	286/1
	Соус молочный сладкий	50	1,32	1,86	4,22	38,82	406/1
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,00	24,00	457/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1

Утверждаю:  
Заведующая

Ефименко Ю.В.

**Основное (организованное) меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Ясли МАДОУ Д/с №280

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3</b>	<b>1675</b>	<b>38</b>	<b>44</b>	<b>199</b>	<b>1342</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>495</b>	<b>13</b>	<b>17</b>	<b>65</b>	<b>461</b>	
	Каша "Дружба" на молоке с маслом	150	5,23	5,58	26,34	176,43	229/1
	Яйцо вареное	40	2,54	4,60	0,28	52,68	267/1
	Бутерброды с маслом	25	1,59	3,24	9,93	75,16	70/71/1
	Кофейный напиток с молоком	180	3,17	3,20	12,97	93,34	465/1
	Сок фруктовый	100	0,30	0,10	15,20	62,90	501/1
<b>ОБЕД</b>		<b>580</b>	<b>12</b>	<b>16</b>	<b>63</b>	<b>446</b>	
	Салат из свеклы с чесноком	30	0,43	1,83	2,51	28,19	34/1
	Суп картофельный с клецками на мясном бульоне	150	0,74	2,25	9,00	59,13	115/1
	Жаркое по-домашнему	160	6,75	11,70	14,37	189,71	328/1
	Компот из свежих плодов или ягод	180	0,08	0,00	10,94	44,09	486/1
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	574/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>200</b>	<b>3</b>	<b>6</b>	<b>39</b>	<b>225</b>	
	Вафли	30	0,96	0,84	24,33	108,72	580/1
	Кисломолочный напиток	170	2,47	5,44	14,45	116,62	470/1
<b>УЖИН</b>		<b>400</b>	<b>10</b>	<b>5</b>	<b>33</b>	<b>211</b>	
	Котлеты рыбные любительские	60	5,71	1,70	3,61	52,47	308/1
	Соус молочный	20	0,69	1,27	1,67	20,84	403/1
	Капуста тушеная	120	1,58	1,42	9,36	56,45	380/1
	Чай с лимоном	180	0,04	0,00	6,13	24,64	459/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,82	0,19	11,81	56,26	573/1

Утверждаю:  
Заведующая

Ефименко Ю.В.

**Основное (организованное) меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Ясли МАДОУ Д/с №280

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4</b>	<b>1672</b>	<b>41</b>	<b>47</b>	<b>204</b>	<b>1404</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>492</b>	<b>17</b>	<b>19</b>	<b>58</b>	<b>473</b>	
	Пудинг творожный запеченый	130	10,59	8,42	16,26	183,17	285/1
	Соус молочный сладкий	50	1,44	2,48	5,94	51,80	406/1
	Бутерброды с сыром	32	1,70	5,10	10,18	93,31	63/64/1
	Какао с молоком	180	2,97	3,11	10,37	81,33	462/1
	Сок фруктовый	100	0,30	0,10	15,20	62,90	501/1
<b>ОБЕД</b>		<b>580</b>	<b>13</b>	<b>17</b>	<b>75</b>	<b>498</b>	
	Икра морковная	30	0,52	0,78	2,55	19,32	54/1
	Суп с макаронными изделиями и картофелем на курином бульоне	150	0,89	3,26	13,75	87,82	129/1
	Рагу из птицы	160	6,86	11,87	17,70	205,03	376/1
	Напиток из шиповника с витамином С	180	0,41	0,00	14,78	60,75	496/1
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	574/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>200</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>35</b>	<b>232</b>	
	Пирожок с картофельным фаршем	60	1,84	3,07	28,46	148,73	535/1
	Молоко кипяченое	140	4,06	4,48	6,58	82,88	469/1
<b>УЖИН</b>		<b>400</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>36</b>	<b>202</b>	
	Каша гречневая рассыпчатая	160	3,86	2,84	17,18	109,67	202/1
	Соус томатный с овощами	40	0,48	0,82	3,03	21,42	421/1
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,00	24,01	457/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1



Утверждаю:  
Заведующая

**Основное (организованное) меню приготавливаемых блюд**

Ефименко Ю.В.

Возрастная категория: Ясли МАДОУ Д/с №280

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5</b>	<b>1645</b>	<b>40</b>	<b>38</b>	<b>222</b>	<b>1392</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>455</b>	<b>7</b>	<b>12</b>	<b>51</b>	<b>343</b>	
	Каша овсяная на молоке с маслом	150	2,34	5,90	19,18	139,15	237/1
	Бутерброды с маслом	25	1,59	3,24	9,93	75,16	70/71/1
	Кофейный напиток с молоком	180	2,88	2,88	12,50	87,42	465/1
	Фрукты свежие	100	0,40	0,00	9,80	40,80	82/1
<b>ОБЕД</b>		<b>590</b>	<b>22</b>	<b>15</b>	<b>66</b>	<b>484</b>	
	Салат из соленых огурцов с луком	30	0,30	1,01	0,88	13,80	16/1
	Борщ с капустой и картофелем с куриным мясом со сметаной	150	2,32	5,73	7,44	90,65	95/1
	Сердце в соусе	60	11,69	3,97	4,00	98,43	361/1
	Пюре картофельное	110	3,09	3,25	19,23	118,44	377/1
	Компот из смеси сухофруктов с витамином С	180	0,41	0,00	9,00	37,64	495/1
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	574/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>200</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>37</b>	<b>257</b>	
	Печенье	30	2,25	3,54	22,47	130,74	582/1
	Кисломолочный напиток	170	4,93	5,44	14,45	126,48	470/1
<b>УЖИН</b>		<b>400</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>67</b>	<b>308</b>	
	Плов из риса с курагой	200	2,29	2,41	51,60	237,23	242/1
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,00	24,00	457/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	<b>ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД</b>	<b>16458</b>	<b>433</b>	<b>467</b>	<b>2032</b>	<b>14057</b>	
			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД</b>	<b>1646</b>	<b>43</b>	<b>47</b>	<b>203</b>	<b>1406</b>	
			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	

Перечень технологических сборников, используемых при составлении данного меню:

- 1 Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий, Уральский региональный центр питания (г.Пермь), 2021 год. Под редакцией А.Я.Перевалова и Н.В. Тапешкина.

Утверждаю:  
Заведующая

**Основное (организованное) меню приготавливаемых блюд**

Ефименко Ю.В.

Возрастная категория: Д/с МАДОУ Д/с №280

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1</b>	<b>1915</b>	<b>57</b>	<b>59</b>	<b>257</b>	<b>1784</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>515</b>	<b>12</b>	<b>12</b>	<b>73</b>	<b>448</b>	
	Каша гречневая вязкая на молоке с маслом	180	5,72	5,52	29,19	189,29	213/1
	Бутерброды с маслом	35	2,35	3,32	14,85	98,60	70/71/1
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	3,20	13,96	97,34	465/1
	Сок фруктовый	100	0,30	0,10	15,20	62,90	501/1
<b>ОБЕД</b>		<b>680</b>	<b>29</b>	<b>28</b>	<b>86</b>	<b>713</b>	
	Салат из свеклы с сыром	50	1,67	3,07	4,01	50,40	32/1
	Суп с рыбными консервами	180	6,60	8,36	17,40	171,12	122/1
	Гуляш из отварной говядины	70	10,77	13,49	3,76	179,49	327/1
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	6,09	2,57	19,42	125,05	256/1
	Напиток из шиповника с витамином С	200	0,68	0,00	19,64	81,28	496/1
	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44	574/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>250</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>43</b>	<b>293</b>	
	Булочка ванильная	60	3,94	3,29	26,68	152,02	541/1
	Кисломолочный напиток	190	5,51	6,08	16,15	141,36	470/1
<b>УЖИН</b>		<b>470</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>55</b>	<b>330</b>	
	Рагу из овощей	220	3,07	8,64	24,59	188,33	177/1
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	8,00	32,00	457/1
	Хлеб пшеничный формовой	30	2,28	0,24	14,76	70,32	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96	574/1



Утверждаю:  
Заведующая

Ефименко Ю.В.

**Основное (организованное) меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Д/с МАДОУ Д/с №280

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2</b>	<b>1915</b>	<b>61</b>	<b>66</b>	<b>246</b>	<b>1822</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>515</b>	<b>11</b>	<b>13</b>	<b>66</b>	<b>424</b>	
	Суп молочный с макаронными изделиями с маслом	180	5,29	6,26	20,97	161,40	139/1
	Бутерброды с маслом	35	2,35	3,32	14,85	98,60	70/71/1
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	3,20	14,96	101,33	465/1
	Сок фруктовый	100	0,30	0,10	15,20	62,90	501/1
<b>ОБЕД</b>		<b>700</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>62</b>	<b>644</b>	
	Рубленые яйца с маслом и луком	50	4,89	5,84	0,92	75,78	46/1
	Рассольник ленинградский на мясном бульоне со сметаной	180	1,90	7,38	5,67	96,62	100/1
	Бигус из мяса говядины	200	18,35	16,39	6,03	245,09	329/1
	Компот из изюма с витамином С	200	0,48	0,00	20,03	82,04	494/1
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	574/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>250</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>50</b>	<b>300</b>	
	Вафли	50	1,60	1,40	40,55	181,20	580/1
	Молоко кипяченое	200	5,80	6,40	9,40	118,40	469/1
<b>УЖИН</b>		<b>450</b>	<b>13</b>	<b>15</b>	<b>68</b>	<b>455</b>	
	Биточки рыбные	70	5,04	6,60	16,03	143,59	307/1
	Соус молочный	20	2,32	4,21	5,54	69,33	403/1
	Пюре картофельное	130	2,90	3,82	23,16	138,62	377/1
	Чай с лимоном	200	0,05	0,00	8,18	32,94	459/1
	Хлеб пшеничный формовой	30	2,28	0,24	14,76	70,32	573/1



Утверждаю:  
Заведующая

Ефименко Ю.В.

**Основное (организованное) меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Д/с МАДОУ Д/с №280

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3</b>	<b>1925</b>	<b>49</b>	<b>56</b>	<b>256</b>	<b>1725</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>525</b>	<b>8</b>	<b>16</b>	<b>66</b>	<b>445</b>	
	Каша манная на молоке с маслом	180	2,94	6,28	26,33	173,66	230/1
	Бутерброды с сыром	45	2,47	5,97	15,20	124,36	63/64/1
	Какао с молоком	200	1,92	4,07	13,77	99,39	462/1
	Фрукты свежие	100	0,90	0,10	10,80	47,70	82/1
<b>ОБЕД</b>		<b>700</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>94</b>	<b>609</b>	
	Икра свекольная	50	0,71	1,34	4,25	31,83	53/1
	Щи из свежей капусты на мясном бульоне со сметаной	180	1,86	6,56	9,46	104,29	104/1
	Запеканка картофельная с мясом и сметанным соусом	200	8,87	9,58	15,53	183,76	334/1
	Кисель из кураги с витамином С	200	1,08	0,00	25,20	105,10	482/1
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	29,93	137,30	574/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>250</b>	<b>10</b>	<b>9</b>	<b>56</b>	<b>347</b>	
	Ватрушки с творожным фаршем	80	4,73	4,00	41,48	220,79	531/1
	Кисломолочный напиток	170	4,93	5,44	14,45	126,48	470/1
<b>УЖИН</b>		<b>450</b>	<b>14</b>	<b>12</b>	<b>40</b>	<b>323</b>	
	Суфле из отварной печени	220	11,34	11,99	15,28	214,43	346/1
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,60	38,39	457/1
	Хлеб пшеничный формовой	30	2,28	0,24	14,76	70,32	573/1

Утверждаю:  
Заведующая

**Основное (организованное) меню приготавливаемых блюд**

Ефименко Ю.В.

Возрастная категория: Д/с МАДОУ Д/с №280

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4</b>	<b>1905</b>	<b>49</b>	<b>63</b>	<b>261</b>	<b>1810</b>	
ЗАВТРАК		<b>505</b>	<b>12</b>	<b>19</b>	<b>57</b>	<b>444</b>	
	Омлет натуральный	170	6,71	11,47	5,09	150,48	268/1
	Бутерброды с маслом	35	1,17	3,32	17,81	105,78	70/71/1
	Кофейный напиток с молоком	200	3,75	3,84	15,90	113,17	465/1
	Сок фруктовый	100	0,30	0,10	18,24	75,06	501/1
ОБЕД		<b>680</b>	<b>13</b>	<b>29</b>	<b>97</b>	<b>708</b>	
	Салат из капусты белокочанной	50	0,78	1,54	3,69	31,76	1/1
	Суп картофельный на курином бульоне	180	0,96	2,44	17,32	95,14	112/1
			0,00	0,00	0,00	0,00	
	Плов из отварной птицы	200	7,75	24,99	45,54	438,10	375/1
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,46	0,00	9,00	37,83	495/1
	с витамином С		0,00	0,00	0,00	0,00	
	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44	574/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
ПОЛДНИК		<b>250</b>	<b>10</b>	<b>9</b>	<b>57</b>	<b>355</b>	
	Булочка российская	60	4,79	3,24	41,32	213,50	544/1
	Кисломолочный напиток	190	5,51	6,08	16,15	141,36	470/1
УЖИН		<b>470</b>	<b>13</b>	<b>6</b>	<b>50</b>	<b>302</b>	
	Шницель рыбный натуральный	70	7,26	1,88	1,85	53,39	310/1
	Овощи в молочном соусе	150	2,45	3,28	17,02	107,50	175/1
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	8,00	32,01	457/1
	Хлеб пшеничный формовой	30	2,28	0,24	14,76	70,32	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96	574/1

Утверждаю:  
Заведующая

**Основное (организованное) меню приготавливаемых блюд**

Ефименко Ю.В.

Возрастная категория: Д/с МАДОУ Д/с №280

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5</b>	<b>1925</b>	<b>63</b>	<b>66</b>	<b>261</b>	<b>1891</b>	
ЗАВТРАК		<b>525</b>	<b>12</b>	<b>15</b>	<b>62</b>	<b>433</b>	
	Каша рисовая на молоке с маслом	180	2,72	6,57	15,04	130,13	236/1
			0,00	0,00	0,00	0,00	
	Бутерброды с сыром	45	4,95	4,18	22,80	148,53	63/64/1
	Какао с молоком	200	3,84	4,07	13,77	107,08	462/1
	Фрукты свежие	100	0,90	0,10	10,80	47,70	82/1
ОБЕД		<b>700</b>	<b>27</b>	<b>30</b>	<b>90</b>	<b>734</b>	
	Салат из моркови	50	0,59	3,05	4,11	46,13	21/1
	Борщ с фасолью и картофелем с куриным мясом со сметаной	180	3,53	7,19	10,78	121,85	96/1
			0,00	0,00	0,00	0,00	
	Голубцы ленивые под сметанным соусом с томатом и луком	200	18,11	18,32	14,55	295,51	333/1
			0,00	0,00	0,00	0,00	
	Сок фруктовый	200	0,60	0,20	30,40	125,80	501/1
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	574/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
ПОЛДНИК		<b>250</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>48</b>	<b>284</b>	
	Пряники	50	2,40	1,40	38,85	177,60	581/1
	Молоко кипяченое	200	2,90	6,40	9,40	106,80	469/1
УЖИН		<b>450</b>	<b>18</b>	<b>14</b>	<b>61</b>	<b>439</b>	
	Запеканка из творога	170	14,00	10,69	28,47	266,02	279/1
	Соус молочный сладкий	50	1,79	2,86	7,49	62,90	406/1
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	39,99	457/1
	Хлеб пшеничный формовой	30	2,28	0,24	14,76	70,32	573/1



Утверждаю:  
Заведующая

**Основное (организованное) меню приготавливаемых блюд**

Ефименко Ю.В.

Возрастная категория: Д/с МАДОУ Д/с №280

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1</b>	<b>1915</b>	<b>62</b>	<b>58</b>	<b>237</b>	<b>1715</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>515</b>	<b>10</b>	<b>15</b>	<b>52</b>	<b>378</b>	
	Каша пшеничная на молоке с маслом	180	3,50	7,29	15,03	139,67	235/1
	Бутерброды с маслом	35	2,35	3,32	14,85	98,60	70/71/1
	Кофейный напиток с молоком	200	3,68	3,84	14,58	107,63	465/1
	Сок фруктовый	100	0,15	0,10	7,60	31,90	501/1
<b>ОБЕД</b>		<b>680</b>	<b>20</b>	<b>26</b>	<b>88</b>	<b>665</b>	
	Салат из репчатого лука	50	0,69	1,60	4,02	33,19	16/1
	Щи из квашеной капусты со сметаной	180	2,05	7,39	9,49	112,71	106/1
	Котлеты из говядины	70	6,01	12,50	3,55	150,75	339/1
	Пюре из гороха с маслом	130	8,35	4,07	28,76	185,06	389/1
	Компот из кураги с витамином С	200	0,48	0,00	20,03	82,04	494/1
	Хлеб ржаной	30	0,92	0,36	11,97	54,78	574/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>250</b>	<b>11</b>	<b>10</b>	<b>41</b>	<b>297</b>	
	Шанежка	60	5,63	3,84	24,65	155,60	538/1
	Кисломолочный напиток	190	5,51	6,08	16,15	141,36	470/1
<b>УЖИН</b>		<b>470</b>	<b>21</b>	<b>7</b>	<b>57</b>	<b>374</b>	
	Рыба, запеченная с картофелем под молочным соусом	220	17,21	6,66	26,12	233,15	312/1
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	8,00	32,01	457/1
	Хлеб пшеничный формовой	30	2,28	0,24	14,76	70,32	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96	574/1

Утверждаю:  
Заведующая

**Основное (организованное) меню приготавливаемых блюд**

Ефименко Ю.В.

Возрастная категория: Д/с МАДОУ Д/с №280

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2</b>	<b>1925</b>	<b>60</b>	<b>66</b>	<b>254</b>	<b>1853</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>525</b>	<b>14</b>	<b>17</b>	<b>78</b>	<b>522</b>	
	Каша пшеничная на молоке с маслом	180	4,17	6,85	37,33	227,60	232/1
	Бутерброды с сыром	45	4,95	5,97	18,23	146,40	63/64/1
	Какао с молоком	200	3,84	4,07	13,77	107,08	462/1
	Фрукты свежие	100	0,90	0,10	9,00	40,50	82/1
<b>ОБЕД</b>		<b>700</b>	<b>19</b>	<b>23</b>	<b>89</b>	<b>637</b>	
	Салат картофельный	50	0,93	2,18	7,34	52,69	38/1
	Суп гороховый с куриным мясом	180	4,19	2,90	19,61	121,24	127/1
	Рулет из говядины с яйцом (паровой)	70	7,49	14,60	3,58	175,63	345/1
	Свекла отварная с маслом	130	1,57	2,58	8,14	62,05	383/1
	Кисель из повидла с витамином С	200	0,08	0,00	20,23	81,20	483/1
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	574/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>250</b>	<b>7</b>	<b>11</b>	<b>34</b>	<b>264</b>	
	Булочка домашняя	60	1,90	4,73	25,29	151,33	542/1
	Молоко кипяченое	190	5,51	6,08	8,93	112,48	469/1
<b>УЖИН</b>		<b>450</b>	<b>20</b>	<b>15</b>	<b>53</b>	<b>431</b>	
	Сырники из творога запеченные	170	16,52	13,09	24,73	282,74	286/1
	Соус молочный сладкий	50	1,33	2,16	5,23	45,63	406/1
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	8,00	32,01	457/1
	Хлеб пшеничный формовой	30	2,28	0,24	14,76	70,32	573/1

Утверждаю:  
Заведующая

Ефименко Ю.В.

**Основное (организованное) меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Д/с МАДОУ Д/с №280

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3</b>	<b>1965</b>	<b>47</b>	<b>55</b>	<b>260</b>	<b>1724</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>555</b>	<b>15</b>	<b>19</b>	<b>78</b>	<b>538</b>	
	Каша "Дружба" на молоке с маслом	180	6,31	6,70	31,27	210,57	229/1
	Яйцо вареное	40	2,54	4,60	0,28	52,68	267/1
	Бутерброды с маслом	35	2,35	3,32	14,85	98,60	70/71/1
	Кофейный напиток с молоком	200	3,75	3,84	15,90	113,17	465/1
	Сок фруктовый	100	0,30	0,10	15,20	62,90	501/1
<b>ОБЕД</b>		<b>700</b>	<b>15</b>	<b>22</b>	<b>81</b>	<b>579</b>	
	Салат из свеклы с чесноком	50	0,73	3,05	4,22	47,13	34/1
	Суп картофельный с клецками на мясном бульоне	180	0,89	2,66	11,16	72,05	115/1
	Жаркое по-домашнему	200	8,97	15,32	23,39	267,34	328/1
	Компот из свежих плодов или ягод	200	0,08	0,00	11,94	48,08	486/1
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	574/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>250</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>58</b>	<b>318</b>	
	Вафли	50	1,60	1,40	40,55	181,20	580/1
	Кисломолочный напиток	200	2,90	6,40	17,00	137,20	470/1
<b>УЖИН</b>		<b>460</b>	<b>12</b>	<b>7</b>	<b>44</b>	<b>288</b>	
	Котлеты рыбные любительские	70	6,57	2,12	4,22	62,29	308/1
	Соус молочный	30	1,04	1,90	2,50	31,24	403/1
	Капуста тушеная	130	1,99	2,51	11,76	77,58	380/1
	Чай с лимоном	200	0,05	0,00	8,18	32,95	459/1
	Хлеб пшеничный формовой	30	2,74	0,29	17,71	84,38	573/1



Утверждаю:  
Заведующая

**Основное (организованное) меню приготавливаемых блюд**

Ефименко Ю.В.

Возрастная категория: Д/с МАДОУ Д/с №280

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4</b>	<b>1945</b>	<b>52</b>	<b>60</b>	<b>250</b>	<b>1751</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>545</b>	<b>22</b>	<b>24</b>	<b>72</b>	<b>590</b>	
	Пудинг творожный запеченый	150	14,35	11,88	22,85	255,71	285/1
	Соус молочный сладкий	50	1,44	2,48	5,94	51,80	406/1
	Бутерброды с сыром	45	2,47	5,97	15,20	124,36	63/64/1
	Какао с молоком	200	3,26	3,43	12,83	95,24	462/1
	Сок фруктовый	100	0,30	0,10	15,20	62,90	501/1
<b>ОБЕД</b>		<b>700</b>	<b>16</b>	<b>22</b>	<b>89</b>	<b>616</b>	
	Икра морковная	50	0,73	1,35	3,63	29,58	54/1
	Суп с макаронными изделиями и картофелем на курином бульоне	180	1,03	3,90	16,06	103,45	129/1
	Рагу из птицы	200	8,97	15,82	22,25	267,25	376/1
	Напиток из шиповника с витамином С	200	0,51	0,00	17,23	70,94	496/1
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	574/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>250</b>	<b>7</b>	<b>9</b>	<b>38</b>	<b>255</b>	
	Пирожок с картофельным фаршем	80	1,91	3,10	29,62	153,91	535/1
	Молоко кипяченое	170	4,93	5,44	7,99	100,64	469/1
<b>УЖИН</b>		<b>450</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>52</b>	<b>291</b>	
	Каша гречневая рассыпчатая	180	5,16	4,40	22,93	151,88	202/1
	Соус томатный с овощами	40	0,49	1,25	3,04	25,38	421/1
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,80	43,20	457/1
	Хлеб пшеничный формовой	30	2,28	0,24	14,76	70,32	573/1

Утверждаю:  
Заведующая

Ефименко Ю.В.

**Основное (организованное) меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Д/с МАДОУ Д/с №280

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5</b>	<b>1925</b>	<b>53</b>	<b>50</b>	<b>287</b>	<b>1812</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>515</b>	<b>9</b>	<b>14</b>	<b>63</b>	<b>409</b>	
	Каша овсяная на молоке с маслом	180	2,85	7,06	23,48	168,70	237/1
	Бутерброды с маслом	35	2,35	3,32	14,85	98,60	70/71/1
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	3,20	14,96	101,33	465/1
	Фрукты свежие	100	0,40	0,00	9,80	40,80	82/1
<b>ОБЕД</b>		<b>710</b>	<b>30</b>	<b>21</b>	<b>82</b>	<b>633</b>	
	Салат из соленых огурцов с луком	50	0,49	1,52	1,48	21,51	16/1
	Борщ с капустой и картофелем с куриным мясом со сметаной	180	3,09	8,54	11,14	133,67	95/1
	Сердце в соусе	80	17,29	5,66	5,51	142,09	361/1
	Пюре картофельное	130	3,91	4,28	23,96	149,98	377/1
	Компот из смеси сухофруктов с витамином С	200	0,46	0,00	10,00	41,82	495/1
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	574/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>250</b>	<b>10</b>	<b>12</b>	<b>54</b>	<b>367</b>	
	Печенье	50	3,75	5,90	37,45	217,90	582/1
	Кисломолочный напиток	200	5,80	6,40	17,00	148,80	470/1
<b>УЖИН</b>		<b>450</b>	<b>5</b>	<b>3</b>	<b>88</b>	<b>402</b>	
	Плов из риса с курагой	220	2,84	3,16	64,00	295,80	242/1
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,00	36,00	457/1
	Хлеб пшеничный формовой	30	2,28	0,24	14,76	70,32	573/1
			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	<b>ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД</b>	<b>19260</b>	<b>553</b>	<b>599</b>	<b>2570</b>	<b>17885</b>	
			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД</b>	<b>1926</b>	<b>55</b>	<b>60</b>	<b>257</b>	<b>1789</b>	
			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	

**Перечень технологических сборников, используемых при составлении данного меню:**

- 1 Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий, Уральский региональный центр питания (г.Пермь), 2021 год. Под редакцией А.Я.Перевалова и Н.В. Тапешкина.