Утверждаю:

Заведующий МАДОУ №52 «Ая ганга»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.З. Цыренжапова

Меню на \_\_ 13 ДЕКАБРЯ \_\_ 2021г. (Сад 10,5 часов)

**День 1**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рецептуры | Наименование блюда | Выход блюда,г | Пищевые вещества | Энергетич. ценность, ккал | Витамин С |
| Б | Ж | У |
| Яслис 1-3 лет | Садс 3-7 лет |
|  | **Завтрак** |  |
| 88 | Каша кукурузная на молоке | 150 | 200 | 6,97 | 8,13 | 37,44 | 265,6 |  |
| 3 | Батон с маслом  | 30/3 | 30/5 | 2,3 | 4,36 | 14,62 | 145 |  |
| 248 | Какао на молоке | 150 | 180 | 1,2 | 1,3 | 13 | 90 |  |
|  | **2ой завтрак** |  |
|  | Яблоко | 100 | 100 | 4,35 | 4,8 | 6 | 88,5 |  |
|  | **Обед** |  |
|  | Помидор свежий | 30 | 50 | 0,45 | 4,59 | 1,56 | 50,28 |  |
| 33 | Суп с клецками и с мясом | 180 | 250 | 4,1 | 7,16 | 20,93 | 145 |  |
| 200 | Капуста тушенная с мясом | 180 | 220 | 10,0 | 8,2 | 10,8 | 280 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 375 | Компот из сухофруктов | 180 | 200 | 0,44 | 0,02 | 27,76 | 113 | Аскорбиновая кислота |
| 701.1 | Хлеб пшеничный | 40 | 50 |  3,8 | 0,45 | 24,85 | 146,54 |  |
|  | **Уплотненный полдник** |  |
|  | Снежок | 150 | 150 | 4,35 | 2,5 | 6 | 88,5 |  |
|  | Рис отварной  | 100 | 150 | 4,63 | 8,4 | 30,72 | 254,4 |  |
|  | Рыба тушенная с овощам | 130 | 150 | 7,04 | 3,56 | 1,92 | 70 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | 3,8 | 0,45 | 24,85 | 146,54 |  |
| ИТОГО за день |  | **1373** | **1675** | **53,43** | **53,92** | **220,45** | **1893,36** |  |

Исполнитель: Заместитель по АХЧ Климова А.Б.

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ №52 «Ая ганга»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.З. Цыренжапова

Меню на 14 ДЕКАБРЯ \_2021г. (Сад 10,5 часов)

**День 2**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рецептуры | Наименование блюда | Выход блюда, г | Пищевые вещества | Энергетич. ценность, ккал | Витамин  С |
| Б | Ж | У |
| Яслис 1-3 лет | Садс 3-7 лет |
|  | **Завтрак** |  |
| 168 | Суп молочный с рисом  | 150 | 200 | 5,76 | 6,63 | 18,28 | 156 |  |
| 3 | батон с маслом с сыром | 30/3/9 | 30/5/14 | 5,06 | 7 | 14,62 | 145 |  |
| 263 | Чай сладкий | 150/9 | 180/12 | 0 | 0 | 11,98 | 43 |  |
|  | **2ой завтрак** |  |
|  | Банан | 100 | 100 | 1,65 | 0,45 | 34,5 | 133,5 |  |
|  | **Обед** |  |
| 103 | Суп перловый с мясом | 200 | 250 | 1,31 | 1,8 | 12,48 | 68,35 |  |
| 321 | Картофельное пюре | 100 | 150 | 3,06 | 4,8 | 20,43 | 138 |  |
| 161 | Биточки из говядины  | 60 | 80 | 9,84 | 8,02 | 7,16 | 139,13 |  |
| 228 | Красный соус | 30 | 50 | 0,69 | 1,95 | 3,09 | 31 |  |
| 375 | Морс из свежих ягод (клюква) | 150 | 180 | 0,19 | 0,04 | 16,21 | 65,93 | 12,6 |
| 701.1 | Хлеб пшеничный | 50 | 50 | 3,8 | 0,45 | 24,85 | 146,54 |  |
|  | **Уплотненный полдник** |  |  |  |  |  |  |  |
| 251 | Йогурт | 150 | 150 | 4,35 | 4,8 | 6 | 88,5 |  |
| 117 | Запеканка из творога и с изюмом со сгущ. Молоком | 100/20 | 120/20 | 19,6 | 16,7 | 43,1 | 475,3 |  |
| ИТОГО за день |  | **1311** | **1591** | **55,31** | **52,64** | **212,7** | **1630,25** |  |

Исполнитель: Заместитель по АХЧ Климова А.Б.

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ №52 «Ая ганга

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.З. Цыренжапова

Меню на \_ 15 ДЕКАБРЯ 2021г. (Сад 10,5 часов)

**День 3**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рецептуры | Наименование блюда | Выход блюда, г | Пищевые вещества | Энергетич. ценность, ккал | Витамин  С |
| Б | Ж | У |
| Яслис 1-3 лет | Садс 3-7 лет |
|  | **Завтрак** |  |
| 84 | Каша манная на молоке  | 150 | 200 | 6,21 | 7,73 | 25,09 | 192 |  |
| 3 | Батон с маслом с джемом | 30/3/7 | 30/5/10 | 2,19 | 3,58 | 27,11 | 147,36 |  |
| 200 | Чай с молоком | 150/15 | 180/30 | 1,48 | 1,3 | 7,95 | 49,44 |  |
|  | **2ой завтрак** |  |  |
|  | Груша  | 100 | 100 | 0,54 | 0,13 | 24,15 | 100,5 |  |
|  | **Обед** |  |
| 12 | Огурец свежий | 30 | 60 | 0,44 | 6,06 | 1,37 | 61,58 |  |
| 67 |  Суп пюре картофельный с мясом  | 200 | 250 | 4,22 | 6,5 | 13,77 | 145 |  |
| 317 | Лапша отварная | 180 | 200 | 5,50 | 4,57 | 26,44 | 168 |  |
| 37 | Гуляш из говядины  | 60 | 80 | 10,28 | 18,09 | 2,64 | 126 |  |
|  | Красный соус | 30 | 50 | 0,69 | 1,95 | 3,09 | 31 |  |
| 375 | Компот из изюма и кураги | 150 | 180 | 0,44 | 0,02 | 27,76 | 113 | АскорбинКислота |
| 701.1 | Хлеб пшеничный | 50 | 50 |  3,8 | 0,45 | 24,85 | 146,54 |  |
|  | **Уплотненный полдник** |  |
| 251 |  «Снежок» | 150 | 150 | 4,35 | 4,8 | 6 | 88,5 |  |
| 747 | Сосиска в тесте | 80 | 80 | 9,0 | 19,3 | 28,8 | 326,6 |  |
| ИТОГО за день | **1385** | **1655** | **49,14** | **74,48** | **219,02** | **1695,52** |  |

Исполнитель: Заместитель по АХЧ Климова А.Б.

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ №52 «Ая ганга»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.З. Цыренжапова

Меню на 16 ДЕКАБРЯ \_\_\_ 2021г. (Сад 10,5 часов)

**День 4**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рецептуры | Наименование блюда | Выход блюда, г | Пищевые вещества | Энергетич. ценность, ккал | Витамин С |
| Б | Ж | У |
| Яслис 1-3 лет | Садс 3-7 лет |
|  | **Завтрак** |  |
| 43 | Каша вязкая пшенная на молоке  | 150 | 200 | 7,01 | 8,09 | 28,39 | 213 |  |
| 3 | Батон с маслом  | 30/3 | 30/5 | 2,3 | 4,36 | 14.62 | 108 |  |
| 263 | Чай с лимоном | 150/9/5 | 180/12/6 | 0,04 | 0 | 12,13 | 47 |  |
|  | **2ой завтрак** |  |
|  | Мандарин | 100 | 100 | 0,4 | 0,1 | 3,75 | 19 |  |
|  | **Обед** |  |
| 20 | Салат из моркови с курагой | 20 | 20 | 0,88 | 0,066 | 8,6 | 38,52 |  |
| 126 | Суп гороховый с мясом | 200 | 250 | 5,49 | 5,27 | 16,32 | 135 |  |
| 124 | Жаркое по-домашнему | 150 | 200 | 22,02 | 6,79 | 19,95 | 259 |  |
| 376 | Кисель (ягодный) | 180 | 200 | 0,44 | 0,02 | 27,76 | 113 | Аскорбин.кислота |
| 701  | Хлеб пшеничный  | 50 | 50 | 3,8  | 0,45 | 24,85 | 146,54 |  |
|  | **Уплотненный полдник** |  |  |  |  |  |  |  |
| 251 | Кисломолочный напиток \*Йогурт\* | 150 | 150 | 4,35 | 4,8 | 6 | 88,5 |  |
| 441 | Макаронник с печенью | 130 | 150 | 20,17 | 13,19 | 37,51 | 349,88 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 25 | 25 | 3,8 | 0,45 | 24,85 | 146,54 |  |
| ИТОГО за день |  | **1352** | **1578** | **70,7** | **43,586** | **224,73** | **1663,98** |  |

Исполнитель: Заместитель по АХЧ Климова А.Б.

 Утверждаю:

Заведующий МАДОУ №52 «Ая ганга»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.З. Цыренжапова

Меню на \_\_ 17 ДЕКАБРЯ \_\_ 2021г. (Сад 10,5 часов)

**День 5**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рецептуры | Наименование блюда | Выход блюда, г | Пищевые вещества | Энергетич. ценность, ккал | Витамин  С |
| Б | Ж | У |
| Яслис 1-3 лет | Садс 3-7 лет |
|  | **Завтрак** |  |
| 209 | Яйцо отварное  | 1 шт | 1 шт | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 |  |
| 3 | Батон с маслом и сыром | 30/3/9 | 30/5/14 | 5,06 | 7 | 14,62 | 145 |  |
| 263 | Чай с молоком | 150/15 | 130/50 | 1,48 | 1,3 | 7,95 | 49,44 |  |
|  | **2ой завтрак** |  |
|  | Сок фруктовый | 100 | 100 | 0,41 | 0,08 | 13,1 | 55 |  |
|  | **Обед** |  |
| 25 | Кукуруза консервированная | 30 | 50 | 1,73 | 3,71 | 4,82 | 59,58 |  |
| 57 | Борщ со сметаной на мясном бульоне | 200 | 200 | 1,73 | 4,9 | 12,2 | 100 |  |
| 313 | Перловка отварная  | 130 | 150 | 2,8 | 2,93 | 17,93 | 111,33 |  |
| 152 | Гуляш из говядины  | 60 | 80 | 6 | 7,6 | 2,47 | 164,8 |  |
| 228 | Красный соус | 30 | 50 | 0,69 | 1,95 | 3,09 | 31 |  |
| 241 | Морс из свежих ягод (брусника) | 150 | 180 | 0,19 | 0,04 | 16,21 | 65,93 | 12,6 |
|  | Хлеб пшеничный | 40 | 50 |  3,8 | 0,45 | 24,85 | 146,54 |  |
|  | **Уплотненный полдник** |  |
| 251 | Кисломолочный напиток «Снежок» | 150 | 150 | 4,35 | 4,8 | 6 | 88,5 |  |
| 209 | Каша ячневая вязкая на молоке | 150 | 180 | 4,39 | 4,20 | 28,30 | 169 |  |
| 1 | Хлеб с маслом  | 30/3 | 30/5 | 2,3 | 4,36 | 14,62 | 108 |  |
| ИТОГО за день | **1265| 1454**  | **40,03** | **47,92** | **166,46** | **1357,12** |  |
| ИТОГО за неделю | **8098|9622** | **328,92** | **272,54** | **1043,36** | **8240,23** |  |
| Среднее значение за период | **1619,6|1924,4** | **65,784** | **54,508** | **208,672** | **1648,046** |  |

Исполнитель: Заместитель по АХЧ Климова А.Б.