

Неделя: 1
День: 1

МЕНЮ
02 Сентября 2024г.

Сад (3-7 лет)



Наименование блюда	Выход гр	Химический состав			Энергетическая ценность ккал	N рецеп- туры
		Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Суп молочный с крупой (геркулес)	200	6,18	7,58	23,28	185	TKN#44
Кофейный напиток с молоком	180	2,52	2,52	13,23	83,7	ТТК-270
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-К №ПР сб/М П Магильно го
Итого	420	11,86	10,5	55,83	362,9	
Второй завтрак						
Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	Т-К№389
Итого	200	1	0	20,2	84,8	
Обед						
Салат "Здоровье"	60	0,9	3,1	4,3	48	ТК-№29
Рассольник домашний	180	2,05	5,7	10,5	99,9	ТК-№33
Рыба, запеченная с картофелем по-русски	200	14,32	6,15	19,9	191,92	ТК-№151
Компот из чернослива	200	0,29	0	20,39	82,78	ТК-№253
Хлеб ржаной	50	2,8	0,55	24,7	119,95	Т-К№ПР-
Итого	690	20,36	15,5	79,8	542,55	
Полдник						
Булочка домашняя	50	3,64	5,89	30,67	190,17	ТК-№282
Молоко кипяченое	150	4,05	4,2	6,45	80,1	ТК-№260
Итого	200	7,69	10,09	37,12	270,27	
Ужин						
Пудинг из говядины (паровой)	70	12,45	16,55	0,64	200,91	ТК-№105
Каша ячневая рассыпчатая	140	4,51	3,35	28,14	163,22	Т-К№169
Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,1	25	ТК-№266 р ТТК- №10 Уфа 2014
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-К № ПР- сб/М П Магильно го
Итого	450	20,22	20,32	57,19	482,65	
Всего		62,29	55,38	249,17	1735,27	

Составил

Шеф-повар
(подпись)

Имельбаева В Г
(подпись)

Имельбаева В Г
расшифровка подписи

Неделя 1
День 2

МЕНЮ 03 Сентября 2024г.

Сад (3-7 лет)



Наименование блюда	Выход гр	Химический состав			Энергет ценность ккал	N рецеп- туры
		Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша манная молочная жидкая	180	4,39	6,85	20,55	161,56	ТК№183
Какао на молоке сгущенном	180	2,7	2,7	17,46	102,6	тпк-273
Бутерброд с сыром	40	5	3	14,5	106	ТК- №3нр1 Уфа 2014
Итого	400	12,09	12,64	52,51	370,16	
Второй завтрак						
Ряженка	200	5,8	4,93	8	100	Т-К№366
Итого	200	5,8	4,93	8	100	
Обед						
Салат из свежих помидоров с перцем	60	0,64	6,06	2,23	66,08	ТК-№17
Свекольник	200	1,93	6,33	10,05	104,15	ТК-№35
Морковь, тушенная с рисом	150	2,63	7,28	24,6	174,75	ТК-№140
Котлеты из говядины	70	8,34	10,29	8,14	164	ТК-№268
Компот из апельсинов	180	0,43	0,23	20,52	40,46	ТК-№24
Хлеб ржаной	50	2,8	0,55	24,7	119,95	Т-К№ПР
Итого	710	16,76	30,73	90,25	669,4	
Полдник						
Булочка "Веснушка"	50	3,9	2,7	26,8	149	ТК №256
Молоко кипяченое	200	5,6	6,4	9,4	117,6	ТК-№260
Итого	250	9,5	9,1	36,2	266,6	
Ужин						
Запеканка рисовая с творогом	150	16,85	5,35	44,89	295,09	ТК-№128
Фрукты или ягоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	10,3	47	Т-К№338
Чай с лимоном и сахаром	200	1	0	20,2	84,8	ТК-№268
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-К № ПР- сб/М П Магильно го
Итого	470	12,62	6,15	94,71	520,41	
Всего		55,54	66,31	270,21	1865,8	

Составил

Шеф-повар
(подпись)

Имельбаева В Г

(расшифровка подписи)

Неделя: 2
День: 3

МЕНЮ
4 Сентября 2024г

Сад (3-7 лет)



Наименование блюда	Выход гр	Химический состав			Энергет ценность ккал.	N рецеп- туры
		Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша жидкая (рисовая) с сахаром	180	1.98	0.36	30.6	131.4	ТК-№311
Чай с молоком и сахаром	180	1.26	1.26	10.08	54.9	ТК-№267
Хлеб пшеничный иодированный	40	3.09	5.66	18.64	140.14	Т-К № ПР-сб/М
Итого	400	6.33	7.28	59.37	326.44	
Второй завтрак						
Плоды или ягоды свежие (яблоки)	130	0.52	0.52	12.74	61.1	Т-К №338 М П Магильно го 2017
Итого	130	0.52	0.52	12.74	61.1	
Обед						
Салат из сырых овощей	50	0.33	2.25	1.58	27.5	ТК-№23р№3
Суп картофельный с клецками	180	2.41	8.19	10.8	71.96	ТК-№38
Птица отварная	70	15.6	17	0.91	208.3	ТК-№192
Капуста тушеная	130	3.41	4.2	14.89	113.31	ТТК-№210
Компот из смеси сухофруктов	180	0.5	-	25.1	102.41	ТК-№255
Хлеб ржаной	50	2.65	3.78	24.7	119.95	ТК-№7
Итого	660	25.06	32.19	77.97	643.42	
Полдник						
Печенье "Нарезное"	50	2.85	3.78	26.03	191.5	Т-К№451
Молоко кипяченое	200	5.6	6.4	9.4	117.6	ТК-№260
Итого	250	8.45	10.18	35.43	309.1	
Ужин						
Яйцо вареное	40	5.08	4.6	0.28	63	Т-К№209
Макаронные изделия отварные	170	5.58	6	36.64	239.24	ТК-№204
Сок фруктовый	200	1	0	20.2	84.8	ТК-№389
Хлеб пшеничный иодированный	40	3.16	0.4	19.32	93.52	Т-К № ПР-сб/М
Итого	450	14.82	11	76.44	480.56	
Всего		55.17	61.16	261.89	1820.63	

Составил

Шеф-повар
(должность)

Имелбаева В.Г.
(подпись)

Имелбаева В.Г.
(расшифровка подписи)

Неделя. 1
День 4

МЕНЮ

5 Сентября 2024г

Сад (3-7 лет)



Наименование блюда	Выход гр	Химический состав			Энергетическая ценность ккал	N рецеп- туры
		Белки гр	Жиры гр.	Углеводы гр		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша жидкая (пшенная) с сахаром	200	4,4	9,2	25,4	208	ТК-№311
Какао с молоком	180	2,88	2,79	12,15	83,7	ТК-№272
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-К № ПР-сб/М
Итого	420	10,44	12,39	56,87	385,22	
Второй завтрак						
Фрукты или ягоды свежие (апельсины)	130	1,66	0,36	0,55	70,2	Т-К №338 М.П. Магильно го 2017
Итого	130	1,66	0,36	0,55	70,2	
Обед						
Салат из свежих огурцов	50	0,42	2,25	1,5	27,5	ТК- №12р№3
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	8,56	5,98	16,68	153,6	ТК-№40
Рыба "Аппетитная"	200	19,25	18,11	10,5	282,62	ТТК-№84
Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	ТК-№389
Хлеб ржаной	50	2,8	0,55	24,7	119,95	ТК-№7
Итого	700	32,03	26,89	73,58	668,47	
Полдник						
Шанежка наливная	50	3,33	3,08	20,08	122,5	Т-К№253
Молоко кипяченое	200	5,6	6,4	9,4	117,6	ТК-№260
Итого	250	8,93	9,48	29,48	240,1	
Ужин						
Котлеты картофельные	170	5,17	11,25	32,75	258,67	Т-К№147
Соус томатный	60	0,22	1,47	2,1	22,46	ТК-№238
Компот из свежих плодов	180	0,2	0,1	17,2	68	ТК-№277
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-К № ПР-сб/М
Итого	450	8,74	13,22	71,36	440,65	
Всего		59,26	61,01	227,33	1764,89	

Составил

Шеф-повар
(должность)

Иванов
(подпись)

Имельбаева В Г
(расшифровка подписи)



Неделя 1
День: 5

МЕНЮ

6 Сентября 2024г

Сад (3-7 лет)

Наименование блюда	Выход гр	Химический состав			Энергетическая ценность ккал	N рецептуры
		Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша вязкая (гречневая) с маслом	200	6	9,4	31	240	ТТК-№311
Чай с сахаром	180	0,09	0,03	8,19	22,5	ТК-№266
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-К№ПР сб /М П Магильно
Итого	420	9,25	9,83	58,61	356,02	
Второй завтрак						
Йогурт	200	5,8	4,93	8	100	Т-К №386 М П Магильно го 2017
Итого	200	5,8	4,93	8	100	
Обед						
Салат витаминный	60	0,9	2,7	6,6	54	ТК-№22р№40
Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,21	11,09	5,87	63,17	ТК-№50№124
Картофельное пюре	140	2,98	5,66	16,95	177,76	ТК-№216
Тефтели из печени с рисом	80	7,91	7,49	7,28	120,4	ТК-№130
Хлеб ржаной	50	2,8	0,55	24,7	119,95	Т-К№ПР сб /М П
Компот из свежих плодов	200	0,18	0,09	12,48	61,2	ТК-№17
Итого	730	15,98	27,57	73,87	596,48	
Полдник						
Пряники "Детские"	50	3,55	4,2	35	181	№311
Молоко кипяченое	200	5,6	6,4	9,4	117,6	ТК-№260
Итого	250	9,15	10,6	44,4	298,6	
Ужин						
Лепешки с творогом	150	11,78	8,31	30,33	218,99	ТК-№132
Кисель из клюквы	180	0,1	0	23,25	93,37	ТК-№246
Плоды или ягоды свежие (груши)	100	0,4	0,4	10,3	47	Т-К№338
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-К № ПР сб/М П Магильно го
Итого	470	15,43	9,11	83,2	452,67	
Всего		55,62	62,04	267,98	1803,97	

Составил

Шеф-повар

(подпись)

Имельбаева В Г

(подпись)

Имельбаева В Г

(расшифровка подписи)



Неделя: 2
День: 1

МЕНЮ 9 Сентября 2024г.

Сад (3-7 лет)

Наименование блюда	Выход гр.	Химический состав			Энергет. ценность ккал	N рецеп- туры
		Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Суп молочный с крупой (рисовой)	200	4,18	7,58	23,28	185,68	ТК№44
Кофейный напиток с молоком	180	2,52	2,52	13,23	83,7	ТТК-270
Бутерброд с сыром	40	4,2	3	14,5	106	ТК- №3нр1 Уфа 2014
Итого	420	10,9	14,92	51,01	375,38	
13.1						
Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	Т-К№389
Итого	200	1	0	20,2	84,8	
Обед						
Свекла отварная	60	0,8	0,1	4,3	21	ТК-№16
Суп пюре из картофеля	180	2,83	5,15	21,06	144,14	ТК-№49
Котлеты из говядины	80	7,54	10,29	8,14	164	ТК-№268
Калуста тушеная	150	3,03	4,85	20,18	130,74	ТК-№210
Компот из апельсинов	200	0,48	0,26	22,8	44,96	ТК-№24
Хлеб ржаной	50	2,8	0,55	24,7	119,95	Т-К№ПР-
Итого	720	17,48	21,19	101,18	624,79	
Полдник						
Булочка молочная	50	3,15	1,1	26	135	ТК-№259
Молоко кипяченое	200	5,4	5,6	8,6	106,8	ТК-№260
Итого	250	8,55	6,7	34,6	241,8	
Ужин						
Рыба запеченная с морковью	180	14,95	20,5	5,5	273,33	ТК-№86
Фрукты или ягоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	Т-К№338
Чай с сахаром	180	0,09	0,03	8,19	22,5	ТК-№266 р ТТК- №10 Уфа 2014
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-К № ПР- сб/М П Магильно го
Итого	500	19,6	21,33	42,81	436,35	
Всего		56,53	62,31	249,79	1763,12	

Составил

Шеф-повар
(подпись)

Имельбаева В Г
(подпись)

Имельбаева В Г
(расшифровка подписи)



Неделя 2
День: 2

МЕНЮ

10 Сентября 2024г

Сад (3-7 лет)

Наименование блюда	Выход гр	Химический состав			Энергетическая ценность ккал	N рецеп- туры
		Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша жидкая (манная) с маслом	220	3	8.2	33	170	ТТК№311
Чай с молоком и сахаром	200	1,4	1.4	11.2	61	ТТК-267
Хлеб пшеничный йодированный	40	3.16	0.4	19.32	93.52	Т-К№ПР-сб/под Магильного
Итого	460	7.5	10	63.52	324.52	
Второй завтрак						
Кисломолочный продукт (снежок)	180	5.22	4.44	7.2	90	Т-К №386 М.П Магильного 2017
Итого	180	5.22	4.44	7.2	90	
Обед						
Салат из свежих помидор	50	0.42	2.25	2.25	31.67	ТК-№11
Суп из овощей	180	1.39	4.21	11.5	82.97	ТК-№36
Жаркое по-домашнему	170	13.75	14.13	17.67	289.77	ТК-№92
Компот из сухофруктов	180	0.5	0	25.1	102.4	ТК-№255
Хлеб ржаной	50	2.8	0.55	24.7	119.95	Т-К№ПР-
Итого	630	18.86	21.14	81.22	626.76	
Полдник						
Плюшка новомосковская	50	3.93	2.43	25.57	145.71	ТК-№255
Молоко кипяченое	200	5.4	5.6	8.6	106.8	ТК-№260
Итого	250	9.33	8.03	34.17	252.51	
Ужин						
Икра свекольная	50	0.88	3.63	4.63	53.75	ТТК-№45
Яйцо вареное	40	5.08	4.6	0.28	63	Т-К№209
Морковь, тушенная с рисом	170	2.98	7.25	27.88	198.05	ТК-№140
Напиток из шиповника	200	0.68	0	21	46.87	ТК-№261 Пермь 2001
Хлеб пшеничный йодированный	40	3.16	0.4	19.32	93.52	Т-К № ПР-сб/М П Магильного
Итого	500	12.77	15.88	73.11	455.19	
Всего		53.74	59.48	259.22	1748.99	

Составил

Шеф-повар

(подпись)

Имельбаева В.Г.

(подпись)

Имельбаева В.Г.

(расшифровка подписи)

Неделя. 2
День 3

МЕНЮ
11 Сентября 2024г.

Сад (3-7 лет)



Наименование блюда	Выход гр	Химический состав			Энергетическая ценность ккал	N рецеп- туры
		Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Суп молочный с макаронными изд.	250	5,5	5,25	19,88	148,75	ТК-№75
Какао с молоком	180	2,88	2,79	12,15	83,7	ТК-№272
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-К № ПР-сб/М
Итого	470	11,54	8,44	51,35	325,97	
Второй завтрак						
Плоды или ягоды свежие (виноград)	100	0,6	0,6	15,4	72	Т-К №338 М П Магильно го 2017
Итого	100	0,6	0,6	15,4	72	
Обед						
Салат картофельный с зеленым горошком	60	1,95	6	6,15	87	ТК-№36
Борщ с капустой и картофелем	250	1,9	6,65	10,8	111,1	ТК-№272
Рагу из птицы	185	11,66	9,07	17,95	205,35	ТК-№489
Компот из черносливы	200	0,32	-	22,66	91,98	ТК-№253
Хлеб ржаной	50	2,8	0,55	24,7	119,95	ТК-№7
Итого	745	25,06	32,19	77,97	643,42	
Полдник						
Пирожки печеные с капустой	50	3,3	3,8	16,5	114	Т-К№238
Молоко кипяченое	200	5,6	6,4	9,4	117,6	ТК-№260
Итого	250	8,9	10,2	25,9	231,6	
Ужин						
Сырники из творога с картофелем	150	15,95	5,24	23,53	204,99	Т-К№136
Соус молочный	60	1,2	3,4	4	50	ТК-№226
Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,03	9,3	37	ТК-№268
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-К № ПР-сб/М
Итого	450	20,51	9,06	56,15	385,51	
Всего		60,18	50,57	231,05	1630,46	

Составил

Шеф-повар
(должность)



Имельбаева В Г
(расшифровка подписи)

Неделя: 2
День: 4

МЕНЮ 12 Сентября 2024г.

Сад (3-7 лет)



Наименование блюда	Выход гр	Химический состав			Энергет. ценность ккал.	N рецеп- туры
		Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Яйцо отварное	40	5.08	4.6	0.28	63	TK-№209
Каша молочная из смеси круп	250	9.88	11.38	35.23	285.35	TK-№190
Кофейный напиток с молоком	200	2.8	2.8	14.7	93	TK-№270
Хлеб пшеничный йодированный	40	3.16	0.4	19.32	93.52	T-K № ПР-
Итого	530	14.96	15.96	35.51	348.35	
Второй завтрак						
Плоды или ягоды свежие(яблоки)	100	0.4	0.4	9.8	47	TK-№338
Итого	100	0.4	0.4	9.8	47	
Обед						
Суп крестьянский с крупой	200	1.84	6.18	12.34	112.46	TK-№50 р №124 сб 2004
Салат из свежих помидор и огурцов	60	0.5	2.8	2.2	36	TK-№102
Тефтели из говядины с рисом	80	6.4	8.96	7.28	135.2	TK-№182
Пюре из моркови	130	2.01	8.47	7.72	114.89	TK-№161
Компот из яблок с лимоном	200	0.25	0.25	33.34	104.07	TK-№256
Хлеб	50	2.8	0.55	24.7	119.95	TK-№7
Итого	720	13.8	27.21	87.58	622.57	
Полдник						
Булочка домашняя	50	2.94	6.67	20.93	101.01	ТГК- №282
Молоко кипяченое	200	5.4	5.6	8.6	106.8	TK№260
Итого	250	8.34	12.27	29.53	207.81	
Ужин						
Горошек зеленый консервированный отварной	100	3.13	3.29	6.99	77.88	TK№206 Перьмь 2004
Рыба, тушеная в сметанном соусе	150	16.52	14.43	6.01	219.99	TK-№153
Чай с сахаром	180	0.09	0.03	8.19	22.5	TK-№266
Хлеб пшеничный йодированный	40	3.16	0.4	19.32	93.52	T-K № ПР- сб/М П Магильно го
Итого	470	22.9	18.15	40.51	413.89	
Всего		60.4	74	202.92	1639.61	

Составил

Шеф-повар

(подпись)

Имельбаева В Г

(подпись)

Имельбаева В Г

(расшифровка подписи)

Неделя: 2
День: 5

МЕНЮ 13 Сентября 2024

Сад (3-7 лет)



Наименование блюда	Выход гр	Химический состав			Энергетическая ценность ккал	N рецептуры
		Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша жидкая (пшеничная) с маслом	200	4,2	8,4	26,2	202	№489
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-К №ПР-
Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,1	25	ТК-№266
Итого	440	7,46	8,83	54,62	320,52	
Второй завтрак						
Кисломолочный продукт (йогурт)	170	4,93	4,19	6,8	85	Т-К №386 сб/под ред М П Магильного Де Ли плюс
Итого	170	4,93	4,19	6,8	85	
Обед						
Салат из сырых овощей	60	0,4	2,7	1,9	33	ТК- №23р№37
Свекольник	250	1,93	6,33	10,05	104,15	ТК-№35
Картофель отварной	140	2,93	6,57	25,4	170,3	ТК-№214 Пермь 2001
Печень по-строгановски	70	12,9	8,14	1,58	125,13	ТК-№122 ТТК-№431
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1	0	20,2	84,8	Т-К №389 сб/под ред
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	119,95	Т-К №ПР-
Итого	700	20,34	24,28	83,82	637,32	
Полдник						
Молоко кипячёнок	200	5,4	5,6	8,6	106,8	ТК-№260 Пермь 2001
Булочка сдобная	50	3,9	4,3	26,3	159	ТК- №257р85
Итого	250	9,3	9,9	34,9	265,8	
Ужин						
Пудинг из творога с рисом	150	16,47	4,04	21,62	188,76	ТК-№134 Пермь 2001
Напиток из шиповника	180	0,61	0	18,9	42,18	ТК-№261
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-К №ПР-
Фрукты или ягоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	380,86	Т-К №338- сб/под ред М П Магильного Де Ли плюс
Итого	490	20,72	4,92	71,6	380,86	
Всего		62,75	52,12	251,74	1689,5	

Составил

Шеф-повар
(должность)

Имельбаева В.Г.
(подпись)

Имельбаева В.Г.
(расшифровка подписи)

Неделя 1
День 1

МЕНЮ
16 Сентября 2024г

Сад (3-7 лет)



Наименование блюда	Выход гр	Химический состав			Энергетическая ценность ккал	N рецептуры
		Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Суп молочный с крупой (геркулес)	200	6,18	7 58	23 28	185	ТК№44
Кофейный напиток с молоком	180	2,52	2,52	13,23	83,7	тпк-270
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-К №ПР-сб/М П Магильного
Итого	420	11 86	10 5	55 83	362 9	
Второй завтрак						
Сок фруктовый	200	1	0	20 2	84 8	Т-К№389
Итого	200	1	0	20 2	84 8	
Обед						
Салат "Здоровье"	60	0 9	3 1	4 3	48	ТК-№29
Рассольник домашний	180	2,05	5,7	10,5	99,9	ТК-№33
Рыба, запеченная с картофелем по-русски	200	14,32	6,15	19,9	191,92	ТК-№151
Компот из чернослива	200	0,29	0	20,39	82,78	ТК-№253
Хлеб ржаной	50	2 8	0 55	24,7	119,95	Т-К№ПР-
Итого	690	20 36	15 5	79 8	542 55	
Полдник						
Булочка домашняя	50	3 64	5 89	30 67	190 17	ТК-№282
Молоко кипяченое	150	4 05	4 2	6 45	80 1	ТК-№260
Итого	200	7 69	10 09	37 12	270 27	
Ужин						
Пудинг из говядины (паровой)	70	12 45	16 55	0 64	200 91	ТК-№105
Каша ячневая рассыпчатая	140	4 51	3 35	28 14	163 22	Т-К№169
Чай с сахаром	200	0 1	0 03	9 1	25	ТК-№266 р ТТК-№10 Уфа 2014
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19 32	93 52	Т-К № ПР-сб/М П Магильного
Итого	450	20 22	20 32	57 19	482 65	
Всего		62,29	55,38	249,17	1735,27	

Составил

Шеф-повар
(подпись)


(подпись)

Имельбаева В Г
(расшифровка подписи)

Неделя: 1
День: 2

МЕНЮ 17 Сентября 2024г.

Сад (3-7 лет)



Наименование блюда	Выход гр.	Химический состав			Энергетическая ценность ккал	N рецеп- туры
		Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша манная молочная жидкая	180	4,39	6,85	20,55	161,56	TKN№183
Какао на молоке сгущенном	180	2,7	2,7	17,46	102,6	гтк-273
Бутерброд с сыром	40	5	3	14,5	106	TK- №3нр1 Уфа 2014
Итого	400	12,09	12,64	52,51	370,16	
Второй завтрак						
Ряженка	200	5,8	4,93	8	100	T-KN№386
Итого	200	5,8	4,93	8	100	
Обед						
Салат из свежих помидоров с перцем	60	0,64	6,06	2,23	66,08	TK-№17
Свеклольник	200	1,93	6,33	10,05	104,15	TK-№35
Морковь, тушенная с рисом	150	2,63	7,28	24,6	174,75	TK-№140
Котлеты из говядины	70	8,34	10,29	8,14	164	TK-№268
Компот из апельсинов	180	0,43	0,23	20,52	40,46	TK-№24
Хлеб ржаной	50	2,8	0,55	24,7	119,95	T-KN№ПР-
Итого	710	16,76	30,73	90,25	669,4	
Полдник						
Булочка "Веснушка"	50	3,9	2,7	26,8	149	TK-№256
Молоко кипяченое	200	5,6	6,4	9,4	117,6	TK-№260
Итого	250	9,5	9,1	36,2	266,6	
Ужин						
Запеканка рисовая с творогом	150	16,85	5,35	44,89	295,09	TK-№128
Фрукты или ягоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	10,3	47	T-KN№338
Чай с лимоном и сахаром	200	1	0	20,2	84,8	TK-№268
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	T-K № ПР- сб/М П Магильно го
Итого	470	12,82	6,15	94,71	520,41	
Всего		55,54	66,31	270,21	1865,8	

Составил

Шеф-повар
(подпись)

Имельбаева В.Г.
(подпись)

Имельбаева В.Г.
(расшифровка подписи)

Неделя 2
День 3

МЕНЮ

18 Сентября 2024г

Сад (3-7 лет)



Наименование блюда	Выход гр	Химический состав			Энергетическая ценность ккал	N рецеп- туры
		Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша жидкая (рисовая) с сахаром	180	1,98	0,36	30,6	131,4	TK-№311
Чай с молоком и сахаром	180	1,26	1,26	10,08	54,9	TK-№267
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,09	5,66	18,64	140,14	T-K № ПР-сб/М
Итого	400	6,33	7,28	59,37	326,44	
Второй завтрак						
Фрукты или ягоды свежие (яблоки)	130	0,52	0,52	12,74	61,1	T-K №338 М.П. Магильно го 2017
Итого	130	0,52	0,52	12,74	61,1	
Обед						
Салат из сырых овощей	50	0,33	2,25	1,58	27,5	TK-№23p№3
Суп картофельный с клецками	180	2,41	8,19	10,8	71,96	TK-№38
Птица отварная	70	15,6	17	0,91	208,3	TK-№192
Капуста тушеная	130	3,41	4,2	14,89	113,31	ТТК-№210
Компот из смеси сухофруктов	180	0,5	-	25,1	102,41	TK-№255
Хлеб ржаной	50	2,85	3,78	24,7	119,95	TK-№7
Итого	660	25,06	32,19	77,97	643,42	
Полдник						
Печенье "Нарезное"	50	2,85	3,78	26,03	191,5	T-KN451
Молоко кипяченое	200	5,6	6,4	9,4	117,6	TK-№260
Итого	250	8,45	10,18	35,43	309,1	
Ужин						
Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	63	T-KN209
Макаронные изделия отварные	170	5,58	6	36,64	239,24	TK-№204
Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	TK-№389
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	T-K № ПР-сб/М
Итого	450	14,82	11	76,44	480,56	
Всего		55,17	61,16	261,89	1820,63	

Составил

Шеф-повар
(подпись)

И.И.И.
(подпись)

Имельбаева В.Г.
(расшифровка подписи)



Неделя: 1
День: 4

МЕНЮ

19 Сентября 2024г.

Сад (3-7 лет)

Наименование блюда	Выход гр	Химический состав			Энергетическая ценность ккал	N рецептуры
		Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша жидкая (пшеничная) с сахаром	200	4.4	9.2	25.4	208	ТК-№311
Какао с молоком	180	2.88	2.79	12.15	83.7	ТК-№272
Хлеб пшеничный йодированный	40	3.16	0.4	19.32	93.52	Т-К № ПР-сб/М
Итого	420	10.44	12.39	56.87	385.22	
Второй завтрак						
Фрукты или ягоды свежие (апельсины)	130	1.66	0.36	0.55	70.2	Т-К №338 М П Магильно го 2017
Итого	130	1.66	0.36	0.55	70.2	
Обед						
Салат из свежих огурцов	50	0.42	2.25	1.5	27.5	ТК-№12р№3
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	8.56	5.98	16.68	153.6	ТК-№40
Рыба "Аппетитная"	200	19.25	18.11	10.5	282.62	ТТК-№84
Сок фруктовый	200	1	0	20.2	84.8	ТК-№389
Хлеб ржаной	50	2.8	0.55	24.7	119.95	ТК-№7
Итого	700	32.03	26.89	73.58	668.47	
Полдник						
Шанежка наливная	50	3.33	3.08	20.08	122.5	Т-К№253
Молоко кипяченое	200	5.6	6.4	9.4	117.6	ТК-№260
Итого	250	8.93	9.48	29.48	240.1	
Ужин						
Котлеты картофельные	170	5.17	11.25	32.75	256.67	Т-К№147
Соус томатный	60	0.22	1.47	2.1	22.46	ТК-№238
Компот из свежих плодов	180	0.2	0.1	17.2	68	ТК-№277
Хлеб пшеничный йодированный	40	3.16	0.4	19.32	93.52	Т-К № ПР-сб/М
Итого	450	8.74	13.22	71.36	440.65	
Всего		59.26	61.01	227.33	1764.89	

Составил

Шеф-повар

(подпись)

Имельбаева В.Г.

(подпись)

Имельбаева В.Г.

(расшифровка подписи)

Имельбаева В Г

Неделя 2
День: 1

МЕНЮ 23 Сентября 2024г.

Сад (3-7 лет)



Наименование блюда	Выход гр	Химический состав			Энергетическая ценность ккал.	N рецептуры
		Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Суп молочный с крупой (рисовой)	200	4,18	7,58	23,28	185,68	TKN#44
Кофейный напиток с молоком	180	2,52	2,52	13,23	83,7	ТТК-270
Бутерброд с сыром	40	4,2	3	14,5	106	ТК-№3нр1 Уфа 2014
Итого	420	10,9	14,92	51,01	375,38	
13.1						
Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	Т-К№389
Итого	200	1	0	20,2	84,8	
Обед						
Свекла отварная	60	0,8	0,1	4,3	21	ТК-№16
Суп пюре из картофеля	180	2,83	5,15	21,06	144,14	ТК-№49
Котлеты из говядины	80	7,54	10,29	8,14	164	ТК-№268
Капуста тушеная	150	3,03	4,85	20,18	130,74	ТК-№210
Компот из апельсинов	200	0,48	0,26	22,8	44,96	ТК-№24
Хлеб ржаной	50	2,8	0,55	24,7	119,95	Т-К№ПР-
Итого	720	17,48	21,19	101,18	624,79	
Полдник						
Булочка молочная	50	3,15	1,1	26	135	ТК-№259
Молоко кипяченое	200	5,4	5,6	8,6	106,8	ТК-№260
Итого	250	8,55	6,7	34,6	241,8	
Ужин						
Рыба запеченная с морковью	180	14,95	20,5	5,5	273,33	ТК-№86
Фрукты или ягоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	Т-К№338
Чай с сахаром	180	0,09	0,03	8,19	22,5	ТК-№266 р ТТК-№10 Уфа 2014
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-К № ПР-сб/М П Магильно го
Итого	500	19,6	21,33	42,81	436,35	
Всего		56,53	62,31	249,79	1763,12	

Составил

Шеф-повар
(подпись)

Имельбаева В.Г.
(подпись)

Имельбаева В.Г.
расшифровка подписи

Неделя 2
День 2

МЕНЮ

24 Сентября 2024г.

Сад (3-7 лет)

Директор



Наименование блюда	Выход гр	Химический состав			Энергет ценность ккал	N рецеп- туры
		Белки гр.	Жиры гр	Углеводы гр		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша жидкая (манная) с маслом	220	3	8,2	33	170	ТТК№311
Чай с молоком и сахаром	200	1,4	1,4	11,2	61	ТТК-267
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-К№ПР- сб/под Магильно го
Итого	460	7,5	10	63,52	324,52	
Второй завтрак						
Кисломолочный продукт (снежок)	180	5,22	4,44	7,2	90	Т-К №386 М П Магильно го 2017
Итого	180	5,22	4,44	7,2	90	
Обед						
Салат из свежих помидор	50	0,42	2,25	2,25	31,67	ТК-№11
Суп из овощей	180	1,39	4,21	11,5	82,97	ТК-№36
Жаркое по-домашнему	170	13,75	14,13	17,67	289,77	ТК-№92
Компот из сухофруктов	160	0,5	0	25,1	102,4	ТК-№255
Хлеб ржаной	50	2,8	0,55	24,7	119,95	Т-К№ПР
Итого	630	18,86	21,14	81,22	626,76	
Полдник						
Плюшка новомосковская	50	3,93	2,43	25,57	145,71	ТК-№255
Молоко кипяченое	200	5,4	5,6	8,6	106,8	ТК-№260
Итого	250	9,33	8,03	34,17	252,51	
Ужин						
Икра свекольная	50	0,88	3,63	4,83	53,75	ТТК-№45
Яйцо вареное	40	5,08	4,6	0,28	63	Т-К№209
Морковь, тушеная с рисом	170	2,98	7,25	27,88	198,05	ТК-№140
Напиток из шиповника	200	0,68	0	21	46,87	ТК-№261 Пермь 2001
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-К № ПР- сб/М П Магильно го
Итого	500	12,77	15,88	73,11	455,19	
Всего		53,74	59,48	259,22	1748,99	

Составил

Шеф-повар
(должность)

Имельбаева В Г
(подпись)

Имельбаева В Г
(расшифровка подписи)

Неделя 2
День 3

МЕНЮ

25 Сентября 2024г.

Сад (3-7 лет)



Наименование блюда	Выход гр.	Химический состав			Энергетическая ценность ккал	N рецеп- туры
		Белки гр.	Жиры гр.	Углеводы гр.		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Суп молочный с макаронными изд.	250	5.5	5.25	19.88	148.75	TK-№75
Какао с молоком	180	2.88	2.79	12.15	83.7	TK-№272
Хлеб пшеничный йодированный	40	3.16	0.4	19.32	93.52	T-K № ПР-сб/М
Итого	470	11.54	8.44	51.35	325.97	
Второй завтрак						
Фрукты или ягоды свежие (виноград)	100	0.6	0.6	15.4	72	T-K №338 М П Магильно го 2017
Итого	100	0.6	0.6	15.4	72	
Обед						
Салат картофельный с зеленым горошком	60	1.95	6	6.15	87	TK-№36
Борщ с капустой и картофелем	250	1.9	6.65	10.8	111.1	TK-№272
Рагу из птицы	185	11.66	9.07	17.95	205.35	TK-№489
Компот из чернослива	200	0.32	-	22.66	91.98	TK-№253
Хлеб ржаной	50	2.8	0.55	24.7	119.95	TK-№7
Итого	745	25.06	32.19	77.97	643.42	
Полдник						
Пирожки печеные с капустой	50	3.3	3.8	16.5	114	T-K №238
Молоко кипяченое	200	5.6	6.4	9.4	117.6	TK-№260
Итого	250	8.9	10.2	25.9	231.6	
Ужин						
Сырники из творога с картофелем	150	15.95	5.24	23.53	204.99	T-K №138
Соус молочный	60	1.2	3.4	4	50	TK-№226
Чай с лимоном и сахаром	200	0.2	0.03	9.3	37	TK-№268
Хлеб пшеничный йодированный	40	3.16	0.4	19.32	93.52	T-K № ПР-сб/М
Итого	450	20.51	9.06	56.15	385.51	
Всего		60.18	50.57	231.05	1630.46	

Составил

Шеф-повар
(подпись)

Имельбаева В. Г.
(подпись)

Имельбаева В. Г.
(расшифровка подписи)

МЕНЮ
26 Сентября 2024г

Сад (3-7 лет)



Наименование блюда	Выход гр.	Химический состав			Энергетическая ценность ккал	N рецеп- туры
		Белки гр	Жиры гр.	Углеводы гр		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Яйцо отварное	40	5.08	4.6	0.28	63	TK-№209
Каша молочная из смеси круп	250	9.88	11.38	35.23	285.35	TK-№190
Кофейный напиток с молоком	200	2.8	2.8	14.7	93	TK-№270
Хлеб пшеничный йодированный	40	3.16	0.4	19.32	93.52	T-K № ПР-
Итого	530	14.96	15.98	35.51	348.35	
Второй завтрак						
Фрукты или ягоды свежие(яблоки)	100	0.4	0.4	9.8	47	TK-№336
Итого	100	0.4	0.4	9.8	47	
Обед						
Суп крестьянский с крупой	200	1.84	6.18	12.34	112.46	TK-№50 р №124 сб 2004
Салат из свежих помидор и огурцов	60	0.5	2.8	2.2	36	TK-№102
Тефтели из говядины с рисом	80	6.4	8.96	7.28	135.2	TK-№182
Пюре из моркови	130	2.01	8.47	7.72	114.89	TK-№161
Компот из яблок с лимоном	200	0.25	0.25	33.34	104.07	TK-№256
Хлеб	50	2.8	0.55	24.7	119.95	TK-№7
Итого	720	13.8	27.21	87.58	622.57	
Полдник						
Булочка домашняя	50	2.94	6.67	20.93	101.01	ТТК- №282
Молоко кипяченое	200	5.4	5.6	8.6	106.8	TK№260
Итого	250	8.34	12.27	29.53	207.81	
Ужин						
Горошек зеленый консервированный отварной	100	3.13	3.29	6.99	77.88	TK№206 Перьмь 2004
Рыба, тушеная в сметанном соусе	150	16.52	14.43	6.01	219.99	TK-№153
Чай с сахаром	180	0.09	0.03	8.19	22.5	TK-№266
Хлеб пшеничный йодированный	40	3.16	0.4	19.32	93.52	T-K № ПР- сб/М П Магильно го
Итого	470	22.9	18.15	40.51	413.89	
Всего		60,4	74	202,92	1639,61	

Составил

Шеф-повар
(должность)

Имельбаева В.Г.

Неделя: 2
День: 5

МЕНЮ 27 Сентября 2024

Сад (3-7 лет)



Наименование блюда	Выход гр	Химический состав			Энергет. ценность ккал.	N рецеп-туры
		Белки гр.	Жиры гр.	Углеводы гр.		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Каша жидкая (пшеничная) с маслом	200	4,2	8,4	26,2	202	№489
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-К №ПР-
Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,1	25	ТК-№266
Итого	440	7,46	8,83	54,62	320,52	
Второй завтрак						
Кисломолочный продукт (йогурт)	170	4,93	4,19	6,8	85	Т-К №386 сб/под ред М П Магильного Де Ли плюс
Итого	170	4,93	4,19	6,8	85	
Обед						
Салат из сырых овощей	60	0,4	2,7	1,9	33	ТК- №23p№37
Свекольник	250	1,93	6,33	10,05	104,15	ТК-№35
Картофель отварной	140	2,93	6,57	25,4	170,3	ТК-№214 Пермь 2001
Печень по-строгановски	70	12,9	8,14	1,58	125,13	ТК-№122
Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1	0	20,2	84,8	ТТК-№431
Хлеб ржано-пшеничный	50	2,8	0,55	24,7	119,95	Т-К №389 сб/под ред
Итого	700	20,34	24,28	83,82	637,32	Т-К №ПР-
Полдник						
Молоко кипячёное	200	5,4	5,6	8,6	106,8	ТК-№260 Пермь 2001
Булочка сдобная	50	3,9	4,3	26,3	159	ТК- №257p85
Итого	250	9,3	9,9	34,9	265,8	
Ужин						
Пудинг из творога с рисом	150	16,47	4,04	21,62	188,76	ТК-№134 Пермь 2001
Напиток из шиповника	180	0,61	0	18,9	42,18	ТК-№261
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-К №ПР-
Фрукты или ягоды свежие (яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	380,86	Т-К №338- сб/под ред М П Магильного Де Ли плюс
Итого	490	20,72	4,92	71,6	380,86	
Всего		62,75	52,12	251,74	1689,5	

Составил

Шеф-повар
(должность)

Имельбаева В.Г.
(подпись)

Имельбаева В.Г.
(расшифровка подписи)



Неделя: 1
День: 1

МЕНЮ

30 Сентября 2024г.

Сад (3-7 лет)

Наименование блюда	Выход гр.	Химический состав			Энергетическая ценность ккал.	N рецеп- туры
		Белки гр.	Жиры гр.	Углеводы гр.		
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Суп молочный с крупой (геркулес)	200	6,18	7,58	23,28	185	TK№44
Кофейный напиток с молоком	180	2,52	2,52	13,23	83,7	гтк-270
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-К №ПР-сб/М П Магильного
Итого	420	11,86	10,5	55,83	362,9	
Второй завтрак						
Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	Т-К№389
Итого	200	1	0	20,2	84,8	
Обед						
Салат "Здоровье"	60	0,9	3,1	4,3	48	TK-№29
Рассольник домашний	180	2,05	5,7	10,5	99,9	TK-№33
Рыба, запеченная с картофелем по-русски	200	14,32	6,15	19,9	191,92	TK-№151
Компот из чернослива	200	0,29	0	20,39	82,78	TK-№253
Хлеб ржаной	50	2,8	0,55	24,7	119,95	Т-К№ПР-
Итого	690	20,36	15,5	79,8	542,55	
Полдник						
Булочка домашняя	50	3,64	5,89	30,67	190,17	TK-№282
Молоко кипяченое	150	4,05	4,2	6,45	80,1	TK-№260
Итого	200	7,69	10,09	37,12	270,27	
Ужин						
Пудинг из говядины (паровой)	70	12,45	16,55	0,64	200,91	TK-№105
Каша ячневая рассыпчатая	140	4,51	3,35	28,14	163,22	Т-К№169
Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,1	25	TK-№266 р ТТК-№10 Уфа 2014
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	Т-К № ПР-сб/М П Магильного
Итого	450	20,22	20,32	57,19	482,65	
Всего		62,29	55,38	249,17	1735,27	

Составил

Шеф-повар
(должность)

Имельбаева В.Г.
(подпись)

Имельбаева В.Г.
(расшифровка подписи)