

Утверждаю:
Генеральный директор
ООО «Кировский комбинат
школьного питания»



В.Ю.Воробьев

2024 г.

Согласовано:
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 179»
г.о. Самара



Т.Ф. Комиссарова

«2» 09 2024 г.

Примерное десятидневное меню (сезон: осенне-зимний)
для детей дошкольной группы
с уплотненным полдником от 3 до 7 лет
МБДОУ «Детский сад № 179» г.о. Самара

(2-х недельное)

Категория: Сад (с 3 до 7 лет)

Меню на 1 неделю понедельник

[illegible]

(2-х недельное)

Меню на 1 неделю вторник

[illegible]

(2-х недельное)

Меню на 1 неделю среда

[illegible]

(2-х недельное)

Меню на 1 неделю четверг

[illegible]

(2-х недельное)

Меню на 1 неделю пятница

[illegible]

(2-х недельное)

Меню на 2 неделю понедельник

[illegible]

(2-х недельное)

сон: осенне-зимний

Категория: Сад (с 3 до 7 лет)

Меню на 2 неделю вторник

[illegible]

(2-х недельное)

Меню на 2 неделю среда

[illegible]

(2-х недельное)

Меню на 2 неделю четверг

[illegible]

Примерное циклическое меню

(2-х недельное)

Сезон: осенне-зимний
Категория: Сад (с 3 до 7 лет)

Меню на 2 неделю пятница

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	Завтрак										
2	Бутерброд с повидлом	40	4,23	0,66	38,62	172,24	0,033	0,009	0,08	6,8	0,49
37/351	Запеканка из творога, соус молочный сладкий 100/30	130	18,12	13,4	21,12	277,45	0,058	0,282	0,338	166,11	0,74
к123/2	Чай с молоком	180	2,67	2,34	11,82	77	0,04	0,14	1,20	113,9	0,37
	Итого	350	25,02	16,4	71,56	526,69	0,131	0,431	1,618	286,81	1,6
	Второй завтрак										
401	Йогурт	100	2,93	2,5	10,2	75	0,04	0,13	0,84	110	0,1
	Итого	450	27,95	18,9	81,76	601,69	0,171	0,561	2,458	396,81	1,7
	Обед										
63	Салат из моркови с курагой	30	0,51	0,42	4,95	25,59	0,0027	0,024	0,57	12,42	0,3
82	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,71	83,8	0,09	0,05	6,6	19,68	0,86
304	Плов из птицы	140	10,21	11,02	26,71	261	0,027	0,057	0,36	28,51	1,15
тк387	Компот из изюма	180	0,4	0,018	22,51	91,8	0,0018	0,0054	0,36	28,63	1,12
тк249	Хлеб пшеничный	20	1,34	0,2	9,06	43,4	0,022	0,006	0	4	0,22
тк250	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,85	0,7	18,85	100,5	0,1	0,045	0	16,5	2,25
	Итого	620	18,46	14,628	95,79	606,09	0,2435	0,1874	7,89	109,74	5,9
	Уплотненный полдник										
460	«Крендель Сахарный»	50	3,54	6,57	27,87	185	0,05	0,05		9,7	
271	Кнели из рыбы	40	5,45	1,67	2,22	45,5	0,03	0,04	0,15	18,8	0,23
199	Пюре гороховое	123	10,65	5,35	27,35	199	0,38	0,08	0	73,96	3,66
тк123	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	7,5	30,4	0	0	0,03	8	0,28
тк249	Хлеб пшеничный	30	2,01	0,3	13,59	65,1	0,033	0,009	0	6	0,33
	Итого:	423	21,71	13,91	78,53	525	0,493	0,179	0,18	116,46	4,5
	Всего за день	1493	68,12	47,44	256,08	1732,78	0,91	0,93	10,53	623,01	12,10

. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях-2011г, ДеЛи принт-544с, руковод.М.П.Могильный, В.А.Тутельян

. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях-2012, ДеЛи принт-584с, руковод.М.П.Могильный, В.А.Тутельян

. ТТК-техничко-технологические карты на новые, фирменные и вновь разработанные блюда организаций.