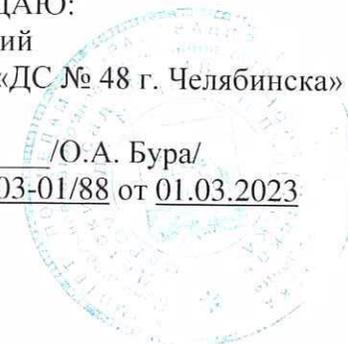


Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 48 г. Челябинска»
454076, Челябинская область, г. Челябинск, ул. Маршала Чуйкова, д. 25 «Б»
454030, Челябинская область, г. Челябинск, ул. Мусы Джалиля, д. 12 «А»
Сайт: <http://дс48.рф>, e-mail: detskiy_sad.48@mail.ru
тел. (351) 225-36-47, 225-36-28

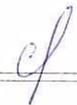
УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий
МАДОУ «ДС № 48 г. Челябинска»


/О.А. Бура/
Приказ №03-01/88 от 01.03.2023



**ДВАДЦАТИДНЕВНОЕ
ВЕСЕННЕЕ МЕНЮ**
МАДОУ « ДС №48 г. Челябинска»
для группы оздоровительной направленности
для детей с аллергодерматозами от 3 до 7 лет

Утверждаю:
Заведующий



Бура О.А.

МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)				Минеральные вещества (г, мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1			48,00	43,00	209,00	1415,00		9,00	3,00	9,00	122,0	106,00	56,00	8,00
ЗАВТРАК			11,99	9,81	48,60	330,61	0,06	0,28	0,04	0,92	98,0	54,00	18,20	0,57
РТ990/3	**Каша ячневая без молочная аллерго	174	6,08	5,94	19,70	156,55								
РТ253/6	Кофейный напиток без молока	180	0,28	0,05	8,34	34,92								
РТ387/6	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,68	0,06			0,92	8,00		13,20	0,45
1111/0	Сырный ломтик	10	2,63	2,66		34,46		0,28	0,04		90,00	54,00	5,00	0,12
10 ЧАСОВ			0,50		10,10	42,40								
НРТ41/3	**Сок	100	0,50		10,10	42,40								
ОБЕД			11,16	13,69	72,96	459,34	0,14	4,20	2,35	7,94			17,62	1,27
ТТК3/3	**Салат из соленого огурца с репчатым г "Дружные ребята"	60	0,50	3,07	1,49	35,53		0,80		2,03				
РТ270/3	**Борщ без сметаны	180	2,15	5,23	12,95	107,36	0,01	1,30	0,91	3,43				
НРТ15/3	**Гуляш "ОБЖОРКА" из свинины	80	0,51	1,78	2,53	28,07	0,02	2,10	1,44	0,80			17,62	1,27
194/1	Макаронные изделия отварные	130	4,84	3,07	31,02	171,07	0,11			1,68				
РТ241/3	**Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		7,01	29,65								
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66								
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			24,38	19,68	76,98	582,36	0,09	5,00	0,83	0,05	24,4	51,74	20,58	5,68
ТК358/6	Печень тертая	80	16,40	11,66	6,37	195,93	0,01	2,60	0,80	0,05	17,53	43,00	15,90	5,68
РТ206/3	**Картофельное пюре	150	2,64	4,15	21,26	132,89			0,03					
РТ374/6	Чай с лимоном	180	0,05	0,01	7,20	29,04		2,40			6,86	8,74	4,68	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,08							
	Печенье	30	2,25	3,54	22,47	130,74								

Утверждаю:
Заведующий

Бура О.А.

МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)				Минеральные вещества (г, мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2			40,00	23,00	202,00	1171,00	1,00	5,00	3,00	11,00	38,0	126,00	98,00	3,00
ЗАВТРАК			6,42	2,76	55,25	271,51	0,06			0,92	8,0		13,20	0,45
РТ930/3	**Каша овсяная "Геркулес" жидкая без м	170	3,08	1,55	15,95	90,05								
РТ253/6	Кофейный напиток без молока	180	0,28	0,05	8,34	34,92								
Т348/3	**Батон нарезной с повидлом	56	3,06	1,16	30,96	146,54	0,06			0,92	8,00		13,20	0,45
10 ЧАСОВ			0,50		10,10	42,40								
НРТ41/3	**Сок	100	0,50		10,10	42,40								
ОБЕД			23,42	14,90	61,70	474,32	0,06	3,80	1,81	7,48				
(Н4)Р/3	**Свекольная икра	60	1,28	2,99	7,49	62,04	0,01	1,20		1,96				
РТ330/3	**Рассольник ленинградский без сметаны	200	2,20	5,36	15,93	120,61	0,01	1,30	0,91	3,43				
ТК323/3	**Биточки "ЗОЛОТОЙ ГРЕБЕШОК" из кур грудок	80	14,67	2,98	6,11	109,91	0,03							
РТ200/6	Капуста тушеная	130	2,11	3,03	7,20	64,45	0,01	1,30	0,90	2,09				
РТ241/3	**Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		7,01	29,65								
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66								
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			10,01	4,98	74,57	383,16	0,44	0,89	1,23	2,76	29,8	125,86	84,82	2,35
РТ87/3	**Каша СОЛДАТСКАЯ* гречневая рассып с овощами	150	4,71	4,17	21,39	142,03	0,20	0,89	1,20	2,09	7,06	105,90	70,60	2,35
РТ263/3	**Чай ПРИНЦЕССА	180			7,02	28,05					4,46	7,42	3,96	
296/1	Шанежка с картофелем	70	4,84	0,81	34,99	166,57	0,24		0,01	0,67				
РТ336/3	**Яблоко	114	0,46		11,17	46,51			0,02		18,24	12,54	10,26	

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)				Минеральные вещества (г, мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3			39,00	25,00	179,00	1098,00		6,00	4,00	11,00	112,0	119,00	76,00	3,00
ЗАВТРАК			8,18	7,46	39,18	256,56	0,16	0,28	0,04	2,93	101,6	108,00	54,20	1,77
РТ390/3	**Каша "Здоровье"	174	2,27	3,59	10,28	82,50	0,10			2,01	3,60	54,00	36,00	1,20
РТ253/6	Кофейный напиток без молока	180	0,28	0,05	8,34	34,92								
РТ387/6	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,68	0,06			0,92	8,00		13,20	0,45
1111/0	Сырный ломтик	10	2,63	2,66		34,46		0,28	0,04		90,00	54,00	5,00	0,12
10 ЧАСОВ			0,50		10,10	42,40								
НРТ41/6	Сок	100	0,50		10,10	42,40								
ОБЕД			9,41	4,39	68,23	349,84	0,04	2,30	0,95	2,15	5,6	3,85	18,00	1,07
РТ328/3	**Икра кабачковая порционная "АРОМАТ"	60	1,14		4,62	23,04								
Р3970/3	**Суп овощной с фасолью без сметаны	200	1,87	2,23	8,15	60,00	0,01	1,30	0,91	1,42				
РТ161/3	**Биточки "ГУСАРИКИ" из свинины	80	0,91	1,10	5,89	37,08	0,03	1,00		0,73			14,85	1,07
РТ206/3	**Картофельное пюре	130	2,60	0,52	21,19	99,84			0,03					
РТ240/3	**Компот из свежих яблок	180	0,14		10,42	42,22			0,01		5,60	3,85	3,15	
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66								
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			20,80	13,60	61,00	449,51	0,11	3,30	2,89	6,26	4,5	7,42	3,96	
136/1	Рыба (филе) отварная	75	13,66	5,51	0,30	105,42		0,30	0,18	3,36				
77/1	Рагу из овощей	130	1,85	4,23	11,53	91,54	0,03	3,00	2,71	2,90				
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,08							
РТ263/6	Чай ПРИНЦЕССА	180			7,02	28,05					4,46	7,42	3,96	
	Печенье	30	2,25	3,54	22,47	130,74								

Утверждаю:
Заведующий

Бура О.А.

МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)				Минеральные вещества (г, мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4			46,00	49,00	224,00	1518,00	1,00	63,00	2,00	23,00	196,0	362,00	107,00	2,00
ЗАВТРАК			8,40	7,23	50,20	299,43	0,06	0,28	0,04	2,93	98,0	54,00	18,20	0,57
РТ91/3	**Каша кукурузная аллер	170	2,49	3,36	21,30	125,37				2,01				
РТ253/6	Кофейный напиток без молока	180	0,28	0,05	8,34	34,92								
РТ387/6	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,68	0,06			0,92	8,00		13,20	0,45
1111/0	Сырный ломтик	10	2,63	2,66		34,46		0,28	0,04		90,00	54,00	5,00	0,12
10 ЧАСОВ			0,50		10,10	42,40								
НРТ41/6	Сок	100	0,50		10,10	42,40								
ОБЕД			29,01	20,85	75,63	606,03	0,52	62,03	1,09	7,07	68,2	282,99	70,39	1,58
ТТК3/3	**Салат из соленого огурца с репчатым г "Дружные ребята"	60	0,50	3,07	1,49	35,53		0,80		2,03				
РТ370/3	**Суп полевой без сметаны	200	1,93	4,43	13,51	101,58	0,05	1,40	0,74	2,75				
ТТК314/	**Голубцы ленивые "КАК У БАБУШКИ"	80	10,44	8,71	1,14	124,70		0,40		0,01	5,44	103,36	11,97	1,58
ТК390/0	**Пюре из гороха с пассерованным луком	130	12,98	3,93	28,74	202,29	0,46	3,03	0,04	2,07	62,79	179,63	58,42	
РТ256/3	**Напиток из шиповника	180	0,41	0,17	12,79	54,27	0,01	56,40	0,31	0,21				
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66								
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			8,35	20,42	88,37	570,39	0,21	1,15	0,63	13,36	29,6	24,72	18,12	
ТК7/0	**Винегрет с морской капустой "МОРСКС	60	0,87	5,14	4,20	66,44		1,15	0,54	3,41				
203/1	Картофель жареный из отварного	150	3,64	14,72	29,67	265,65			0,05	9,38				
НРТ43/3	**Пирожок с яблоком	70	3,32	0,56	34,74	157,21	0,21		0,01	0,57	4,37	3,00	2,46	
РТ263/6	Чай ПРИНЦЕССА	180			7,02	28,05					4,46	7,42	3,96	
РТ336/6	Яблоко	130	0,52		12,74	53,04			0,03		20,80	14,30	11,70	

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)				Минеральные вещества (г, мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5			25,00	29,00	174,00	1055,00	1,00	8,00	7,00	16,00	53,0	106,00	52,00	3,00
ЗАВТРАК			6,68	2,17	58,59	280,55	0,24		0,04	0,92	8,0		13,20	0,45
РТ96/3	**Каша пшенная без молока АЛЛЕРГО	170	3,34	0,96	19,29	99,09	0,18		0,04					
РТ253/6	Кофейный напиток без молока	180	0,28	0,05	8,34	34,92								
Т348/6	Батон нарезной с повидлом	56	3,06	1,16	30,96	146,54	0,06			0,92	8,00		13,20	0,45
10 ЧАСОВ			0,50		10,10	42,40								
НРТ41/6	Сок	100	0,50		10,10	42,40								
ОБЕД			6,10	11,69	43,26	302,38	0,08	7,13	6,36	7,75			20,24	1,45
78/5	Икра морковная	60	0,74	4,87	4,74	65,70	0,04	3,38	4,10	3,53				
РТ560/3	**Щи с капустой, картофелем без сметан	200	1,79	2,23	11,28	72,32	0,02	1,50	0,91	1,42				
Т1630/3	**Плов "ВОСТОРОГ" из отварной свинины	200	0,41	4,05	2,27	47,05	0,02	2,25	1,35	2,80			20,24	1,45
РТ241/3	**Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		7,01	29,65								
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66								
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			11,31	15,02	62,40	429,98	0,22	1,30	1,02	7,28	44,7	105,96	19,02	1,00
327/1	**Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,84			0,10		22,00	86,00	4,80	1,00
РТ200/6	Капуста тушеная	130	2,11	5,03	7,20	82,44	0,01	1,30	0,90	3,43				
РТ263/6	Чай ПРИНЦЕССА	180			7,02	28,05					4,46	7,42	3,96	
276/1	Булочка "Российская"	60	3,66	5,39	36,73	210,14	0,21			3,85				
РТ336/6	Яблоко	114	0,46		11,17	46,51			0,02		18,24	12,54	10,26	

Утверждаю:
Заведующий

Бура О.А.

МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)				Минеральные вещества (г, мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1			50,00	42,00	161,00	1221,00		18,00	7,00	15,00	121,0	192,00	33,00	2,00
ЗАВТРАК			5,99	4,26	24,29	159,43		0,28	0,04		90,0	54,00	5,00	0,12
РТ930/3	**Каша овсяная "Геркулес" жидкая без м	170	3,08	1,55	15,95	90,05								
РТ253/6	Кофейный напиток без молока	180	0,28	0,05	8,34	34,92								
РТ387/6	Батон нарезной	40												
Егоро/0	**Сырный ломтик	10	2,63	2,66		34,46		0,28	0,04		90,00	54,00	5,00	0,12
10 ЧАСОВ			0,50		10,10	42,40								
НРТ41/6	Сок	100	0,50		10,10	42,40								
ОБЕД			20,43	28,53	56,64	564,87	0,04	5,00	3,62	12,04	6,1	116,28	13,46	1,77
РТ332/3	**Салат из зеленого горошка "УДИВИТЕЛ	60	1,74	4,61	3,64	62,97				3,02				
РТ330/3	**Рассольник ленинградский без сметан	200	2,20	5,36	15,93	120,61	0,01	1,30	0,91	3,43				
Р282/3	**Котлета "Сытные" из говядины	70	11,48	10,80	0,57	145,46		0,70		0,68	6,12	116,28	13,46	1,77
РТ770/3	**Рагу из овощей	130	1,85	7,22	11,53	118,52	0,03	3,00	2,71	4,91				
РТ241/3	**Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		7,01	29,65								
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66								
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			23,50	8,98	69,84	454,07	0,14	12,40	3,62	3,09	25,1	21,28	14,94	
РТ406/6	Рыба тушеная с овощами	200	17,70	5,11	9,32	154,02	0,06	10,00	3,60	3,09				
РТ374/3	**Чай с лимоном	180	0,05	0,01	7,20	29,04		2,40			6,86	8,74	4,68	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,08							
	Печенье	30	2,25	3,54	22,47	130,74								
РТ336/3	**Яблоко	114	0,46		11,17	46,51			0,02		18,24	12,54	10,26	

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)				Минеральные вещества (г, мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2			55,00	38,00	193,00	1336,00	1,00	5,00	3,00	18,00	46,0	192,00	79,00	8,00
ЗАВТРАК			6,66	4,95	60,68	313,91	0,24			3,04	12,8	99,00	56,40	1,80
РТ390/3	**Каша "Здоровье" аллерго	170	3,32	3,74	21,38	132,45	0,18			2,12	4,80	99,00	43,20	1,35
РТ253/6	Кофейный напиток без молока	180	0,28	0,05	8,34	34,92								
Т348/3	**Батон нарезной с повидлом	56	3,06	1,16	30,96	146,54	0,06			0,92	8,00		13,20	0,45
10 ЧАСОВ			0,50		10,10	42,40								
НРТ41/3	**Сок	100	0,50		10,10	42,40								
ОБЕД			22,63	15,83	51,18	437,36	0,05	2,60	1,81	8,20				
РТ334/3	**Салат из свеклы с чесноком "ОБЪЕДИНЕННЫЙ"	60	0,82	3,05	4,75	49,72				2,01				
Р3970/3	**Суп овощной с фасолью без сметаны	180	1,87	2,23	8,15	60,00	0,01	1,30	0,91	1,42				
ТК323/3	**Биточки "ЗОЛОТОЙ ГРЕБЕШОК" из кур грудок	80	14,67	4,98	6,11	127,89	0,03			1,34				
РТ200/6	Капуста тушеная	130	2,11	5,03	7,20	82,44	0,01	1,30	0,90	3,43				
РТ241/3	**Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		7,01	29,65								
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66								
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			25,20	17,36	71,38	542,40	0,29	2,60	0,88	6,58	33,0	93,42	22,26	6,18
327/6	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,84			0,10		22,00	86,00	4,80	1,00
ТК358/3	**Печень тертая	80	13,79	2,83	6,11	105,03	0,01	2,60	0,75	0,05	6,53		13,50	5,18
-	Картофель отварной	130	2,60	4,52	21,19	135,80			0,03	2,68				
РТ263/3	**Чай ПРИНЦЕССА	180			7,02	28,05					4,46	7,42	3,96	
276/1	Булочка "Российская"	60	3,73	5,41	36,78	210,68	0,28			3,85				

Утверждаю:
Заведующий

Бура О.А.

МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)				Минеральные вещества (г, мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3			40,00	18,00	156,00	949,00		11,00	10,00	10,00	129,0	79,00	57,00	2,00
ЗАВТРАК			7,91	7,13	41,98	263,69	0,06	0,28	0,04	2,93	98,0	54,00	18,20	0,57
РТ990/3	**Каша ячневая без молочная аллергия	174	2,00	3,26	13,08	89,63				2,01				
РТ253/6	Кофейный напиток без молока	180	0,28	0,05	8,34	34,92								
РТ387/6	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,68	0,06			0,92	8,00		13,20	0,45
1111/0	Сырный ломтик	10	2,63	2,66		34,46		0,28	0,04		90,00	54,00	5,00	0,12
10 ЧАСОВ			0,50		10,10	42,40								
НРТ41/6	Сок	100	0,50		10,10	42,40								
ОБЕД			6,68	6,90	50,68	291,28	0,04	4,50	3,98	4,34	5,6	3,85	23,82	1,49
РТ328/3	**Икра кабачковая порционная "АРОМАТ"	60	1,14		4,62	23,04								
РТ340/3	**Свекольник	180	2,24	3,31	15,41	100,30	0,02	2,25	2,62	2,21				
Т1630/3	**Плов "ВОСТОРГ" из отварной свинины	200	0,41	3,05	2,27	38,06	0,02	2,25	1,35	2,13			20,67	1,49
РТ240/3	**Компот из свежих яблок	180	0,14		10,42	42,22			0,01		5,60	3,85	3,15	
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66								
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			25,23	4,38	52,93	351,93	0,12	6,21	6,37	2,47	25,1	21,28	14,94	
338п/2	Рыба (филе) отварная	100	19,60	3,74	0,44	113,79		0,43	0,26	2,04				
РТ207/3	**Розовое пюре	120	2,08	0,31	14,44	68,83	0,04	3,38	6,09	0,43				
РТ374/6	Чай с лимоном	180	0,05	0,01	7,20	29,04		2,40			6,86	8,74	4,68	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,08							
РТ336/3	**Яблоко	100	0,46		11,17	46,51			0,02		18,24	12,54	10,26	

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)				Минеральные вещества (г, мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4			40,00	37,00	209,00	1326,00	1,00	6,00	3,00	13,00	45,0	233,00	47,00	2,00
ЗАВТРАК			6,49	5,66	72,60	367,27	0,29			3,92	11,6	135,00	34,80	0,90
РТ980/6	Каша рисовая жидкая без молока	130	3,15	4,45	33,30	185,81	0,23			3,00	3,60	135,00	21,60	0,45
РТ253/6	Кофейный напиток без молока	180	0,28	0,05	8,34	34,92								
Т348/3	**Батон нарезной с повидлом	56	3,06	1,16	30,96	146,54	0,06			0,92	8,00		13,20	0,45
10 ЧАСОВ			0,50		10,10	42,40								
НРТ41/3	**Сок	100	0,50		10,10	42,40								
ОБЕД			22,41	23,08	76,38	602,67	0,10	2,20	1,65	6,51				
РТ230/6	Салат Овощной	60	1,18	3,19	7,67	64,11			0,01	2,01				
39/1	Суп картофельный	180	2,20	2,92	17,40	104,66	0,01	1,00	0,92	1,75				
РТ183/6	Гуляш "Объединение" из куриного филе	80	12,02	12,97	1,66	171,42		1,20	0,72	0,74				
РТ194/6	Макаронные изделия отворные	100	3,85	3,46	24,68	145,17	0,09			2,01				
РТ241/3	**Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		7,01	29,65								
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66								
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			10,75	8,00	49,70	313,74	0,15	3,70	1,01	2,56	33,3	97,82	12,00	1,00
327/6	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,84			0,10		22,00	86,00	4,80	1,00
РТ200/6	Капуста тушеная	130	2,11	3,03	7,20	64,45	0,01	1,30	0,90	2,09				
РТ374/6	Чай с лимоном (ужин)	180	0,05	0,01	9,19	37,03		2,40			6,86	8,74	4,68	
НРТ77/3	**Шарлотка с яблоками	70	3,51	0,36	33,03	149,42	0,14		0,01	0,47	4,48	3,08	2,52	

Утверждаю:
Заведующий

Бура О.А.

МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)				Минеральные вещества (г, мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5			53,00	58,00	210,00	1569,00	1,00	67,00	5,00	25,00	125,0	313,00	126,00	10,00
ЗАВТРАК			7,90	7,32	46,43	283,14	0,18	0,28	0,06	3,02	99,0	90,00	23,96	0,69
840/7	**Каша "Дружба" без молока	174	1,99	3,45	17,53	109,08	0,12		0,02	2,10	0,96	36,00	5,76	0,12
РТ253/6	Кофейный напиток без молока	180	0,28	0,05	8,34	34,92								
РТ387/6	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,68	0,06			0,92	8,00		13,20	0,45
1111/0	Сырный ломтик	10	2,63	2,66		34,46		0,28	0,04		90,00	54,00	5,00	0,12
10 ЧАСОВ			0,50		10,10	42,40								
НРТ41/6	Сок	100	0,50		10,10	42,40								
ОБЕД			22,12	25,26	72,83	606,82	0,27	61,73	4,20	9,96	12,3	214,34	83,95	3,79
ТК48/3	**Винегрет с сельдью *КРАСНОЕ СОЛНЕ	60	3,35	4,42	4,56	71,26		0,94	0,52	2,06				
РТ370/3	Суп рисовый без сметаны	180	1,66	4,29	13,96	101,06	0,04	1,40	0,73	2,79	0,48	18,00	2,88	0,06
РТ152/3	**Гуляш "НОВИНКА" из говядины	80	9,24	8,67	2,17	123,57	0,02	2,10	1,44	0,80	4,76	90,44	10,47	1,38
РТ87/3	**Каша СОЛДАТСКАЯ* гречневая рассып	130	4,71	7,17	21,39	169,00	0,20	0,89	1,20	4,10	7,06	105,90	70,60	2,35
	свощами													
РТ256/3	**Напиток из шиповника	180	0,41	0,17	12,79	54,27	0,01	56,40	0,31	0,21				
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66								
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			22,01	25,34	80,21	636,74	0,07	5,00	0,80	12,11	13,4	8,74	18,18	5,18
ТК358/6	Печень тертая	80	13,79	6,83	6,11	140,99	0,01	2,60	0,75	2,73	6,53		13,50	5,18
203/1	Картофель жареный из отварного	150	3,64	14,72	29,67	265,65			0,05	9,38				
РТ374/3	**Чай с лимоном	180	0,05	0,01	7,20	29,04		2,40			6,86	8,74	4,68	
ТТК7118	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,06							
1212/0	Печенье	30	2,25	3,54	22,47	130,74								

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)				Минеральные вещества (г, мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 1			39,00	33,00	183,00	1180,00		8,00	6,00	12,00	146,0	224,00	62,00	4,00
ЗАВТРАК			9,25	7,33	51,18	307,61	0,24	0,28	0,08	2,60	98,0	54,00	18,20	0,57
РТ96/3	**Каша пшеничная без молока АЛЛЕРГО	170	3,34	3,46	22,28	133,55	0,18		0,04	1,68				
РТ253/6	Кофейный напиток без молока	180	0,28	0,05	8,34	34,92								
РТ387/6	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,68	0,06			0,92	8,00		13,20	0,45
1111/0	Сырный ломтик	10	2,63	2,66		34,46		0,28	0,04		90,00	54,00	5,00	0,12
10 ЧАСОВ			0,50		10,10	42,40								
НРТ41/6	Сок	100	0,50		10,10	42,40								
ОБЕД			11,51	9,73	64,46	391,05	0,02	4,24	2,71	4,94			17,62	1,27
ТК48/6	Винегрет с сельдью *КРАСНОЕ СОЛНЫШКО	60	3,35	4,42	4,56	71,26		0,94	0,52	2,06				
НРТ13/3	**Борщ Сибирский	200	2,01	3,20	11,57	83,03		1,20	0,72	2,08				
НРТ15/3	**Гуляш "ОБЖОРКА" из свинины	80	0,39	1,05	2,17	19,61	0,02	2,10	1,44	0,80			17,62	1,27
РТ206/3	**Картофельное пюре	130	2,60	0,52	21,19	99,84			0,03					
РТ241/3	**Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		7,01	29,65								
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66								
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			17,34	15,70	57,07	438,72	0,21	3,27	2,83	4,15	48,1	169,61	26,39	1,97
327/6	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,84			0,10		22,00	86,00	4,80	1,00
РТ770/3	**Рагу из овощей	130	1,85	4,23	11,53	91,54	0,03	3,00	2,71	2,90				
746/5	Пирог с мясом	70	9,95	6,87	27,07	209,78	0,18	0,27		1,25	3,35	63,65	7,37	0,97
РТ263/6	Чай ПРИНЦЕССА	180			7,02	28,05					4,46	7,42	3,96	
РТ336/6	Яблоко	114	0,46		11,17	46,51			0,02		18,24	12,54	10,26	

Утверждаю:
Заведующий

Бура О.А.

МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)				Минеральные вещества (г, мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 2			22,00	27,00	182,00	1056,00		4,00	2,00	14,00	18,0	11,00	42,00	2,00
ЗАВТРАК			5,77	4,57	50,20	264,97	0,06			2,93	8,0		13,20	0,45
РТ91/3	**Каша кукурузная аллер	150	2,49	3,36	21,30	125,37				2,01				
РТ253/6	Кофейный напиток без молока	180	0,28	0,05	8,34	34,92								
РТ387/6	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,68	0,06			0,92	8,00		13,20	0,45
10 ЧАСОВ			0,50		10,10	42,40								
НРТ41/6	Сок	100	0,50		10,10	42,40								
ОБЕД			7,00	12,01	49,50	333,88	0,06	3,20	1,65	7,53	5,6	3,85	24,76	1,55
РТ370/3	**Суп полевой без сметаны	180	1,93	4,43	13,51	101,58	0,05	1,40	0,74	2,75				
НРТ30/3	**Фрикадельки "МАЛЕНЬКИЕ ЧЕРЕПАШИ" в соусе	80	0,07	3,01	0,41	28,98		0,50		2,02			21,61	1,55
200/1	Капуста тушеная	130	2,11	4,03	7,20	73,44	0,01	1,30	0,90	2,76				
РТ240/3	**Компот из свежих яблок	180	0,14		10,42	42,22			0,01		5,60	3,85	3,15	
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66								
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			8,39	10,45	71,85	414,89	0,08	0,80	0,03	4,04	4,5	7,42	3,96	
ТТК3/3	**Салат из соленого огурца с репчатым г "Дружные ребята"	60	0,50	3,07	1,49	35,53		0,80		2,03				
-	Картофель отварной	130	2,60	3,52	21,19	126,81			0,03	2,01				
РТ263/3	**Чай ПРИНЦЕССА	180			7,02	28,05					4,46	7,42	3,96	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,08							
	Печенье	30	2,25	3,54	22,47	130,74								

Утверждаю:
Заведующий


Бура О.А.

МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)				Минеральные вещества (г, мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 3			52,00	29,00	204,00	1282,00		7,00	2,00	10,00	129,0	184,00	46,00	2,00
ЗАВТРАК			8,21	4,53	47,19	262,36	0,18	0,28	0,07	0,92	98,0	54,00	18,20	0,57
311/5	Каша "Дружба" аллер	170	2,30	0,66	18,29	88,30	0,12		0,03					
РТ253/6	Кофейный напиток без молока	180	0,28	0,05	8,34	34,92								
РТ387/6	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,68	0,06			0,92	8,00		13,20	0,45
1111/0	Сырный ломтик	10	2,63	2,66		34,46		0,28	0,04		90,00	54,00	5,00	0,12
10 ЧАСОВ			0,50		10,10	42,40								
НРТ41/3**	Сок	100	0,50		10,10	42,40								
ОБЕД			21,14	19,66	69,05	537,66	0,04	4,40	1,81	6,21	5,7	108,53	12,57	1,66
7/1	Салат из квашеной капусты с луком	60	0,96	3,06	1,96	39,23		0,60		2,02				
РТ559/3	**Щи по уральски с геркулесом	200	1,89	3,39	10,26	79,07	0,02	1,50	0,91	2,09				
РТ174/3	**Тефтели "ШАЛУНИШКИ"	80	10,77	9,16	0,90	129,17	0,01	1,10		0,02	5,71	108,53	12,57	1,66
НРТ17/3**	Каша перловая рассыпчатая с овощам	130	4,36	3,51	30,96	172,88	0,01	1,20	0,90	2,08				
РТ241/3	**Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		7,01	29,65								
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66								
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			21,75	4,59	77,92	439,82	0,27	2,70	0,23	2,69	25,1	21,28	14,94	
136/1	Рыба (филе) отварная	75	13,66	3,51	0,30	87,43		0,30	0,18	2,02				
РТ206/3	**Картофельное пюре	130	2,60	0,52	21,19	99,84			0,03					
РТ374/3	*!Чай с лимоном (ужин)	180	0,05	0,01	9,19	37,03		2,40			6,86	8,74	4,68	
T272/3	**Булочка "Розовая"	70	4,98	0,55	36,07	169,01	0,27			0,67				
РТ336/6	Яблоко	114	0,46		11,17	46,51			0,02		18,24	12,54	10,26	

Утверждаю:
Заведующий

Бура О.А.

МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)				Минеральные вещества (г, мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 4			39,00	27,00	216,00	1263,00		65,00	7,00	14,00	18,0	112,00	34,00	1,00
ЗАВТРАК			6,42	2,76	55,25	271,51	0,06			0,92	8,0		13,20	0,45
РТ930/3	**Каша овсяная "Геркулес" жидкая без м	170	3,08	1,55	15,95	90,05								
РТ253/6	Кофейный напиток без молока	180	0,28	0,05	8,34	34,92								
Т348/3	**Батон нарезной с повидлом	56	3,06	1,16	30,96	146,54	0,06			0,92	8,00		13,20	0,45
10 ЧАСОВ			0,50		10,10	42,40								
НРТ41/6	Сок	100	0,50		10,10	42,40								
ОБЕД			22,22	17,25	76,73	550,71	0,25	62,32	7,21	11,24	2,8	103,50	16,56	0,35
78/5	Икра морковная	60	0,74	4,87	4,74	65,70	0,04	3,38	4,10	3,53				
РТ340/3	**Свекольник	180	2,24	3,31	15,41	100,30	0,02	2,25	2,62	2,21				
136/1	Рыба (филе) отварная	75	13,66	3,51	0,30	87,43		0,30	0,18	2,02				
192/1	Рис припущенный	100	2,42	4,85	25,53	155,35	0,18			3,27	2,76	103,50	16,56	0,35
РТ256/3	**Напиток из шиповника	180	0,41	0,17	12,79	54,27	0,01	56,40	0,31	0,21				
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66								
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			9,57	7,25	73,73	398,31	0,15	2,40		2,01	6,9	8,74	4,68	
РТ328/3	**Икра кабачковая порционная "АРОМАТ	60	1,14		4,62	23,04								
/0	Макаронные изделия отворные	130	3,85	3,46	24,68	145,17	0,09			2,01				
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,06							
РТ374/6	Чай с лимоном	180	0,05	0,01	7,20	29,04		2,40			6,86	8,74	4,68	
1212/0	Печенье	30	2,25	3,54	22,47	130,74								

Утверждаю:
Заведующий

Бура О.А.

МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)				Минеральные вещества (г, мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 5			39,00	59,00	206,00	1509,00	1,00	7,00	6,00	29,00	129,0	192,00	54,00	1,00
ЗАВТРАК			7,91	7,13	41,98	263,69	0,06	0,28	0,04	2,93	98,0	54,00	18,20	0,57
РТ990/3	**Каша ячневая без молочная аллерго	174	2,00	3,26	13,08	89,63				2,01				
РТ253/6	Кофейный напиток без молока	180	0,28	0,05	8,34	34,92								
РТ387/6	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,68	0,06			0,92	8,00		13,20	0,45
1111/0	Сырный ломтик	10	2,63	2,66		34,46		0,28	0,04		90,00	54,00	5,00	0,12
10 ЧАСОВ			0,50		10,10	42,40								
НРТ41/3	**Сок	100	0,50		10,10	42,40								
ОБЕД			21,31	30,50	58,28	592,75	0,05	5,10	4,89	11,44	5,6	3,85	3,15	
11/1	Салат из моркови с зеленым горошком	60	1,18	6,07	3,91	75,06	0,02	1,70	3,06	4,23				
39/1	Суп картофельный	180	2,20	2,92	17,40	104,66	0,01	1,00	0,92	1,75				
ТК323/3	**Биточки "ЗОЛОТОЙ ГРЕБЕШОК" из кур грудок	80	12,93	15,94	1,39	200,71	0,01	1,10		2,03				
200/1	Капуста тушеная	130	2,11	5,03	7,20	82,44	0,01	1,30	0,90	3,43				
РТ240/3	**Компот из свежих яблок	180	0,14		10,42	42,22			0,01		5,60	3,85	3,15	
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66								
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			9,17	21,44	95,16	610,20	0,53	1,94	1,17	14,60	25,8	134,62	32,57	0,38
12/4	Кукуруза сладкая	60	1,32	6,23	8,72	96,25				4,02				
РТ191/3	**Рис отварной с овощами аллерго	130	3,03	5,74	30,23	184,72	0,22	1,94	1,15	3,96	3,06	114,66	18,35	0,38
РТ263/6	Чай ПРИНЦЕССА	180			7,02	28,05					4,46	7,42	3,96	
274/1	Булочка "Домашняя"	60	4,36	9,47	38,02	254,67	0,31			6,62				
РТ336/3	**Яблоко	114	0,46		11,17	46,51			0,02		18,24	12,54	10,26	

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)				Минеральные вещества (г, мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 1			49,00	36,00	172,00	1211,00		16,00	6,00	19,00	59,0	106,00	46,00	7,00
ЗАВТРАК			8,42	5,81	39,58	244,30	0,06		0,10	0,92	30,0	86,00	18,00	1,45
327/6	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,84			0,10		22,00	86,00	4,80	1,00
РТ980/6	Каша рисовая аллерго	150												
РТ253/6	Кофейный напиток без молока	180	0,28	0,05	8,34	34,92								
Т348/3	**Батон нарезной с повидлом	56	3,06	1,16	30,96	146,54	0,06			0,92	8,00		13,20	0,45
10 ЧАСОВ			0,50		10,10	42,40								
НРТ41/6	Сок	100	0,50		10,10	42,40								
ОБЕД			22,28	20,03	61,82	516,28	0,03	6,00	2,57	10,95	6,5		13,50	5,18
ТТК3/3	**Салат из соленого огурца с репчатым г "Дружные ребята"	60	0,50	3,07	1,49	35,53		0,80		2,03				
РТ32/3	**Рассольник домашний без сметаны	180	1,96	5,32	13,66	110,29	0,01	1,30	0,91	3,43				
ТК358/6	Печень тертая	80	13,79	7,83	6,11	149,99	0,01	2,60	0,75	3,40	6,53		13,50	5,18
РТ395/3	**Сложный гарнир	130	2,87	3,27	15,59	103,16	0,01	1,30	0,91	2,09				
РТ241/3	**Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		7,01	29,65								
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66								
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			18,04	10,31	60,91	408,51	0,36	10,00	3,62	6,97	22,7	19,96	14,22	
РТ406/3	**Рыба тушеная с овощами	180	13,63	4,88	9,32	135,66	0,06	10,00	3,60	3,09				
270/1	Булочка "Нежная"	70	3,95	5,43	33,40	198,29	0,30			3,88				
РТ263/6	Чай ПРИНЦЕССА	180			7,02	28,05					4,46	7,42	3,96	
РТ336/6	Яблоко	114	0,46		11,17	46,51			0,02		18,24	12,54	10,26	

Утверждаю:
Заведующий

Бура О.А.

МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)				Минеральные вещества (г, мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 2			42,00	39,00	188,00	1263,00		9,00	4,00	15,00	116,0	157,00	86,00	3,00
ЗАВТРАК			9,69	7,86	46,03	293,58	0,22	0,28	0,04	2,93	104,0	144,00	78,20	2,57
РТ86/3	**Каша гречневая рассыпчатая без моло	170	3,78	3,99	17,13	119,52	0,16			2,01	6,00	90,00	60,00	2,00
РТ253/6	Кофейный напиток без молока	180	0,28	0,05	8,34	34,92								
РТ387/6	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,68	0,06			0,92	8,00		13,20	0,45
1111/0	Сырный ломтик	10	2,63	2,66		34,46		0,28	0,04		90,00	54,00	5,00	0,12
10 ЧАСОВ			0,50		10,10	42,40								
НРТ41/3	**Сок	100	0,50		10,10	42,40								
ОБЕД			24,73	22,82	79,83	623,18	0,16	4,55	2,90	9,64	5,6	3,85	3,15	
ТК7/0	**Винегрет с морской капустой "МОРСКС	60	0,87	5,14	4,20	66,44		1,15	0,54	3,41				
РТ369/3	**Суп картофельный с рыбой консервирс	200	1,83	3,30	13,67	91,64	0,02	1,50	0,91	2,09				
ТК323/3	**Биточки "ЗОЛОТОЙ ГРЕБЕШОК" из кур	80	14,67	5,98	6,11	136,88	0,03			2,01				
	грудок													
РТ194/3	**Макаронные изделия отварные с овощ	130	4,47	4,86	27,47	171,37	0,11	1,90	1,44	0,12				
/0	Рис отварной	130		3,00		26,97				2,01				
РТ240/3	**Компот из свежих яблок	180	0,14		10,42	42,22			0,01		5,60	3,85	3,15	
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66								
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			6,69	7,82	51,63	303,54	0,07	3,70	0,90	2,76	6,9	8,74	4,68	
РТ200/6	Капуста тушеная	150	2,11	4,03	7,20	73,44	0,01	1,30	0,90	2,76				
РТ374/3	**Чай с лимоном	180	0,05	0,01	7,20	29,04		2,40			6,86	8,74	4,68	
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,06							
1212/0	Печенье	30	2,25	3,54	22,47	130,74								

Утверждаю:
Заведующий

Бура О.А.

МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Менюготавливаемых блюд

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)				Минеральные вещества (г, мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 3			47,00	33,00	186,00	1226,00		7,00	7,00	13,00	125,0	164,00	43,00	2,00
ЗАВТРАК			8,99	5,42	44,85	264,11	0,06	0,28	0,04	0,92	98,0	54,00	18,20	0,57
РТ253/6	Кофейный напиток без молока	180	0,28	0,05	8,34	34,92								
РТ930/3	**Каша овсяная "Геркулес" жидкая без м	170	3,08	1,55	15,95	90,05								
РТ387/6	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,68	0,06			0,92	8,00		13,20	0,45
1111/0	Сырнй ломтик	10	2,63	2,66		34,46		0,28	0,04		90,00	54,00	5,00	0,12
10 ЧАСОВ			0,50		10,10	42,40								
НРТ41/6	Сок	100	0,50		10,10	42,40								
ОБЕД			17,29	16,03	61,10	457,56	0,04	4,40	2,38	4,92	4,8	90,44	10,47	1,38
ТТК3/3	**Салат из соленого огурца с репчатым г	60	0,50	3,07	1,49	35,53		0,80		2,03				
	"Дружные ребята"													
РТ560/3	**Щи с капустой, картофелем без сметан	200	1,79	2,23	11,28	72,32	0,02	1,50	0,91	1,42				
РТ152/3	**Гуляш "НОВИНКА" из говядины	80	9,24	9,67	2,17	132,56	0,02	2,10	1,44	1,47	4,76	90,44	10,47	1,38
РТ206/6	Картофельное пюре	130	2,60	0,52	21,19	99,84			0,03					
РТ241/3	**Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		7,01	29,65								
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66								
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			20,51	11,20	69,87	462,24	0,31	2,80	4,71	7,53	22,7	19,96	14,22	
136/1	Рыба (филе) отварная	70	13,66	2,51	0,30	78,44		0,30	0,18	1,35				
РТ213/3	**Овощное пюре	120	2,66	3,28	14,60	98,56	0,03	2,50	4,51	2,33				
РТ263/6	Чай ПРИНЦЕССА	180			7,02	28,05					4,46	7,42	3,96	
276/1	Булочка "Российская"	60	3,73	5,41	36,78	210,68	0,28			3,85				
РТ336/3	**Яблоко	114	0,46		11,17	46,51			0,02		18,24	12,54	10,26	

Утверждаю:
Заведующий

Бура О.А.

МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)				Минеральные вещества (г, мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 4			27,00	26,00	193,00	1113,00		9,00	5,00	14,00	42,0	99,00	49,00	3,00
ЗАВТРАК			5,77	1,57	50,20	238,00	0,06			0,92	8,0		13,20	0,45
РТ91/3	**Каша кукурузная аллер	170	2,49	0,36	21,30	98,40								
РТ253/6	Кофейный напиток без молока	180	0,28	0,05	8,34	34,92								
РТ387/6	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,68	0,06			0,92	8,00		13,20	0,45
10 ЧАСОВ			0,50		10,10	42,40								
НРТ41/3	**Сок	100	0,50		10,10	42,40								
ОБЕД			9,11	13,66	69,35	436,59	0,06	3,60	2,22	8,24	5,6	3,85	25,83	1,63
7/1	Салат из квашеной капусты с луком	60	0,96	6,05	1,96	66,21		0,60		4,03				
РТ370/3	**Суп полевой без сметаны	200	1,93	4,43	13,51	101,58	0,05	1,40	0,74	2,75				
НРТ36/3	**Азу по-татарски со свининой	200	3,33	2,64	25,50	138,92	0,01	1,60	1,47	1,46			22,68	1,63
РТ240/3	**Компот из свежих яблок	180	0,14		10,42	42,22			0,01		5,60	3,85	3,15	
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66								
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			11,37	11,02	62,85	395,85	0,28	5,40	2,81	4,63	28,9	94,74	9,48	1,00
327/6	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,84			0,10		22,00	86,00	4,80	1,00
РТ770/3	**Рагу из овощей	130	1,85	4,23	11,53	91,54	0,03	3,00	2,71	2,90				
РТ374/6	Чай с лимоном	180	0,05	0,01	7,20	29,04		2,40			6,86	8,74	4,68	
НРТ28/3	**Ватрушка с повидлом	70	4,39	2,18	43,84	212,43	0,25			1,73				

Утверждаю:
Заведующий

Бура О.А.

МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)				Минеральные вещества (г, мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 5			40,00	44,00	182,00	1285,00		63,00	3,00	22,00	127,0	211,00	49,00	2,00
ЗАВТРАК			7,91	7,13	41,98	263,69	0,06	0,28	0,04	2,93	98,0	54,00	18,20	0,57
РТ990/3	**Каша ячневая без молочная алерго	170	2,00	3,26	13,08	89,63				2,01				
РТ253/6	Кофейный напиток без молока	180	0,28	0,05	8,34	34,92								
РТ387/6	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,68	0,06			0,92	8,00		13,20	0,45
1111/0	Сырный ломтик	10	2,63	2,66		34,46		0,28	0,04		90,00	54,00	5,00	0,12
10 ЧАСОВ			0,50		10,10	42,40								
НРТ41/6	Сок	100	0,50		10,10	42,40								
ОБЕД			23,05	21,92	58,23	522,02	0,07	62,34	2,46	9,41	6,7	136,86	16,64	1,87
ТК48/3	**Винегрет с сельдью *КРАСНОЕ СОЛНЕ	60	3,29	4,41	4,43	70,43		0,94	0,52	2,06				
РТ370/3	Суп рисовый без сметаны	180	1,66	4,29	13,96	101,06	0,04	1,40	0,73	2,79	0,48	18,00	2,88	0,06
173/1	Тефтели из говядины паровые	70	12,83	8,48	1,89	135,16	0,01	2,30		1,59	6,26	118,86	13,76	1,81
200/1	Капуста тушеная	130	2,11	4,03	7,20	73,44	0,01	1,30	0,90	2,76				
РТ256/3	**Напиток из шиповника	180	0,41	0,17	12,79	54,27	0,01	56,40	0,31	0,21				
ТТК7118	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66								
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			8,28	15,04	72,16	457,01	0,08		0,07	9,38	22,7	19,96	14,22	
РТ328/3	**Икра кабачковая порционная "АРОМАТ	60	1,14		4,62	23,04								
203/1	Картофель жареный из отварного	150	3,64	14,72	29,67	265,65			0,05	9,38				
РТ263/6	Чай ПРИНЦЕССА	180			7,02	28,05					4,46	7,42	3,96	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,08							
РТ336/6	Яблоко	114	0,46		11,17	46,51			0,02		18,24	12,54	10,26	
ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД			831,00	714,00	3827,00	25048,00	9,00	394,00	95,00	314,00	1897,0	3287,00	1242,00	68,00
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД			42,00	36,00	191,00	1252,00		20,00	5,00	16,00	95,0	164,00	62,00	3,00

Утверждаю:
Заведующий _____ Бура О.А.

МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г, мг)				Минеральные вещества (г, мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Содержание БЖУ в % от калорийности			13,30	25,70	61,10									

Перечень технологических сборников, используемых при составлении данного меню:

- 0
- 1 Министерство образования и науки Челябинской области "Организация питания детей в дошкольном образовательном учреждении" 2005г. под редакцией В.В. Садырина, составитель Г.Н. Панкратова;
- 2 Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений (г.Пермь) Уральский региональный центр питания, 2013 год. Под редакцией А.Я.Перевалова.
- 3
- 4 Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. - М.: ДеЛи принт, 2011
- 5 Сборник технологических карт, рецептур блюд кулинарных изделий для детского питания - издат. ООО "Партнер" г.Уфа 2015г.
- 6 Российской Академии Медицинских Наук Научно-Исследовательский Институт питания РАМН В.А Тутельян составитель Федоренко О.В
- 7 Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций (от 1 до 7 лет) ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора