

Утверждает:
Заведующий

Бура О.А.

МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Меню приготовляемых блюд

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590.20

№ реци	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 1			41,00	35,00	196,00	1262,00	1,00	114,00	9,00		318,0	873,00	194,00	14,00	
ЗАВТРАК				7,79	5,11	43,40	250,70	0,09	0,07		125,0	156,60	28,20	1,03	
PT990/7	**Каша ячневая без молочная аллерго	170	2,00	1,26	15,08	79,63	0,05				16,06	68,60	10,00	0,37	
PT253/7	Кофейный напиток без молока	130	0,16	0,03	7,76	31,93					1,36			0,11	
117п/2	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,68	0,04				7,50	34,00	13,20	0,48	
1111/7	Сырный ломтик	10	2,63	2,66		34,46		0,07			100,00	54,00	5,00	0,07	
10 ЧАСОВ							0,07	2,00			20,0	12,00	9,00	0,40	
НРТ41/7	**Сок	100					0,02	2,00			20,00	12,00	9,00	0,40	
ОБЕД				11,45	12,63	75,84	462,56	0,64	56,60	3,14		123,7	300,50	84,35	4,91
ТТЯ 1/5	Салат из белокочанной капусты, моркови	60	1,18	4,24	6,09	63,22	0,03	28,20	0,78		37,20	23,58	13,00	0,42	
PT279/7	**Борщ без сметаны	200	2,04	3,23	12,60	67,67	0,06	26,25	6,92		39,20	58,82	27,13	1,19	
НРТ16/3	**Гуляш "ОБЖОРИКА" АЛЛЕРГО	60	0,39	1,05	2,17	19,61	0,36	2,16	1,44		16,76	123,35	23,56	1,32	
104/7	Макаронные изделия отварные АЛЛЕРГО	110	4,84	3,57	31,02	175,56	0,07				8,36	39,16	7,04	0,01	
PT241/7	**Компот из смеси сухофруктов	180	0,25		7,00	28,93	0,02	0,05			9,01	14,19	4,62	0,35	
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66	0,08				13,05	41,40	9,00	1,62	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				21,73	17,21	76,64	548,28	0,46	55,75	6,18		49,6	403,50	72,16	7,40
TK358/7	Печень тертая АЛЛЕРГО	80	13,79	9,82	6,11	167,97	0,24	27,35	6,15		16,28	250,58	17,14	5,40	
PT206/7	Картофельное пюре АЛЛЕРГО	130	2,60	3,52	21,19	126,61	0,16	26,00	0,03		16,68	75,40	29,90	1,20	
260/1	Чай с лимоном	180	0,05	0,01	7,19	29,00		2,40			2,65	1,32	0,72	0,06	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,04				8,00	49,20	18,40	0,44	
	Печенье	30	2,25	3,54	22,47	130,74	0,02				6,00	27,00	6,00	0,30	

Утверждено:
Заседующий

Бура О.А.

МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Менюготавливаемых блюд

Приложение №3
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	
			4	5	6		8	9	10	11	12	13	14	15	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2															
ЗАВТРАК															
327/7	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,23	62,84	0,03		0,10			22,00	76,80	4,80	1,00
РТ936/7	**Каша овсяная "Геркулес" жидкая	170	3,08	1,55	15,95	90,05	0,11					13,02			0,90
РТ253/7	Кофейный напиток без молока	180	0,16	0,03	7,76	31,93						1,36			0,11
Т348/7	**Бacon нарезной с повидлом	56	3,06	1,16	30,96	140,54	0,04	0,06				9,84	34,00	13,20	0,69
10 ЧАСОВ															
НРТ44/7	**Сок	100	0,56		10,10	42,40	0,01	2,00				7,00	7,00	4,00	1,40
ОБЕД															
23/7	**Салат картофельный с зеленым горошком	60	1,61	3,52	6,60	65,42	0,08	10,10	1,94			139,5	227,04	75,56	6,50
РТ330/7	**Рассольник пенинградский без сметаны	200	2,20	3,36	15,93	102,62	0,05	13,05	0,94			10,5	67,88	20,77	0,66
ТК323/7	**Биточки "ЗОЛОТОЙ ГРЕБЕШОК" АЛЛЕРГО	80	12,09	15,95	1,73	202,37	0,06	2,78				15,92	8,77	2,12	2,23
РТ200/7	Капуста тушеная АЛЛЕРГО	130	2,11	3,03	7,20	64,45	0,05	59,80	0,93			71,82	50,44	25,72	0,92
РТ241/7	**Компот из смеси сухофруктов Хлеб ржаной	180	0,25		7,00	28,99	0,02	0,05				9,01	14,19	4,62	0,35
		45	2,75	0,54	17,96	87,66	0,08					13,05	41,40	9,00	1,62
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК															
РТ87/7	Каша СОЛДАТСКАЯ* гречневая рассыпчатая овощами Аллерго	130	4,71	6,17	21,39	160,02	0,17	1,39	1,21			16,68	100,35	59,07	2,50
РТ263/7	**Чай ПРИНЦЕССА	180			5,01	20,03						0,19			0,02
НРТ29/7	Шанежка с картофелем АЛЛЕРГО	70	4,94	3,62	35,56	194,55	0,11	9,30	0,04			13,50	61,68	16,95	0,93
РТ336/7	**Яблоко	130	0,52		12,74	53,04	0,04	13,00	0,04			20,80	14,30	11,70	2,86

Утверждено:
Заведующий

Бура О.А.

МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

№ 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
			4	5	6		7	8	9	10	11	12	13	14
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3														
ЗАВТРАК														
PT390/7	Каша "Здоровье" без молока	173	39,00	30,00	187,00	1172,00	1,00	87,00	4,00		293,0	617,00	205,00	16,00
PT253/7	Кофейный напиток без молока	180	9,11	7,59	49,70	303,52	0,13	0,07			115,6	156,04	52,70	2,03
117n/2	Батон нарезной	40	3,32	3,74	21,38	132,45	0,09				6,64	68,04	34,50	1,37
1114/7	Сырный ломтик	10	0,16	0,03	7,76	31,93					1,36			0,11
10 ЧАСОВ			3,00	1,16	20,56	104,38	0,04				7,60	34,00	13,20	0,48
НРТ41/7	Сок	100	0,50		10,10	42,40	0,01	2,00			100,00	64,00	5,00	0,07
ОБЕД			0,50		10,10	42,40	0,01	2,00			7,00	7,00	4,00	1,40
(Н4)P/6	Свекольная икра	50	8,51	10,81	67,75	402,13	0,72	60,25	0,99		95,7	316,85	96,31	6,48
35/1	Суп из овощей без сметаны	200	1,07	2,48	6,28	51,70	0,02	7,20	0,01		26,04	32,46	15,04	0,96
PT161/6	Биточки "ТУСАРИКИ" АЛПЕРГО	80	1,81	3,25	11,08	60,73	0,12	22,50	0,94		24,58	66,26	22,04	0,78
PT206/7	Картофельное пюре АЛПЕРГО	130	0,14	1,02	0,82	13,01	0,33	1,00			9,28	107,48	16,28	1,44
PT240/7	"Компот из свежих яблок"	130	0,14		10,42	42,22	0,01	3,55	0,01		16,63	75,40	29,90	1,20
	Хлеб ржачий	45	2,75	0,64	17,06	87,66	0,08				3,81	3,85	3,15	0,79
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			20,80	11,60	58,99	423,50	0,23	24,90	2,90		13,05	41,40	9,00	1,62
136/1	Рыба (филе) отварная	70	13,66	3,51	0,30	87,43	0,08	1,15	0,18		74,3	136,97	53,15	5,92
PT770/3	"Paгу из овощей АЛПЕРГО"	130	1,85	4,23	11,53	91,54	0,09	23,75	2,72		22,80	2,26	1,04	4,28
PT263/7	Чай ПРИНЦЕССА	180			5,01	20,03					37,21	58,51	27,71	0,88
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,04				0,19			0,02
	Печенье	30	2,25	3,54	22,47	130,74	0,02				8,00	49,20	18,40	0,44

Утверждает:
Заведующий

Бура С.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.				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (г, мг)				Минеральные вещества (г, мг)			
			Б	Ж	У			В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
			4	5	6	7		8	9	10	11	12	13	14	15
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4															
ЗАВТРАК															
РТ91/7	**Каша кукурузная без молока	170	2,49	1,36	23,30	115,37	0,04	0,01	0,01		6,96	32,70	10,80	0,82	
РТ253/7	Кофейный напиток без молока	180	0,16	0,03	7,76	31,93					1,36			0,11	
117m/2	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,68	0,04				7,60	34,00	13,20	0,48	
1111/7	Сырный помтик	10	2,63	2,66		34,46		0,07			100,00	54,00	5,00	0,07	
10 ЧАСОВ															
НРТ41/7	Сок	100	0,50		10,10	42,40	0,01	2,00			7,00	7,00	4,00	1,40	
ОБЕД															
РТ370/7	**Суп полевой без сметаны	200	1,93	3,43	13,51	92,59	0,10	11,40	0,73		13,80	53,10	20,92	0,75	
ТТК314/	**Голубцы ленивые "КАК У БАБУШКИ" АЛПЕРГО	90	10,72	10,75	4,10	196,00	0,04	8,50			10,10	116,17	17,41	1,65	
ТК390/7	**Пюре из гороха с пассерованным луком	130	12,99	3,93	29,74	202,29	0,51	3,03	0,61		57,08	140,97	52,29	4,06	
РТ256/7	**Напиток из шиповника	180	0,41	0,47	12,79	54,27	0,01	132,00	0,59		7,41	3,00	2,04	0,61	
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66	0,08				13,05	41,40	9,00	1,62	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК															
ТК7/7	**Бинегрет с морской капустой "МОРСКОЙ"	60	0,87	3,14	4,20	48,45	0,01	5,39	0,54		61,4	166,51	67,72	5,65	
203/1	Картофель жареный из отварного	150	3,64	7,72	29,67	202,72	0,22	36,40	0,04		14,39	19,18	8,26	0,46	
НРТ43/7	Пирожок с яблоком АЛПЕРГО	70	3,32	2,61	34,74	175,64	0,06	2,73	0,01		18,20	105,56	41,85	1,64	
РТ263/7	Чай ПРИНЦЕССА	180			5,01	20,03					10,34	29,23	7,34	1,02	
РТ336/7	**Яблоко	114	0,46		11,17	46,51	0,03	11,40	0,03		0,19			0,02	
											18,24	12,54	10,26	2,51	

Утверждает:
Заведующий

Бура О.А.

МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинск"

Меню приготавливаемых 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	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5				27,00	26,00	202,00	1153,00	1,00	108,00	9,00		254,0	517,00	193,00	13,00
ЗАВТРАК				6,56	3,15	60,01	294,53	0,16	0,08			19,1	101,57	37,27	1,59
РТ96/7	**Каша пшеничная без молока	170	3,34	1,96	21,29	116,06	0,12				1,36			0,11	
РТ253/7	Кофейный напиток без молока	180	0,16	0,03	7,76	31,93									
Т348/7	Батон нарезной с повидлом	56	3,06	1,16	30,96	146,54	0,04	0,08			9,34	34,00	13,20	0,69	
10 ЧАСОВ				0,50		10,10	42,40	0,01	2,00			7,0	7,00	4,00	1,40
НРТ41/7	Сок	100	0,50		10,10	42,40	0,01	2,00			7,00	7,00	4,00	1,40	
ОБЕД				8,42	10,23	69,83	403,10	0,68	33,15	8,03		105,7	337,26	104,07	5,12
РТ10/3	**Салат из моркови с сахаром	60	0,82	3,06	5,42	32,53	0,04	3,20	5,76		32,67	35,20	24,32	0,45	
РТ660/7	**Щи с капустой, картофелем без сметаны	200	1,79	2,23	11,28	72,32	0,09	27,70	0,92		30,48	51,46	22,46	0,82	
Т1630/7	**Плов "ВОСТОК" АЛЛЕРГО	180	2,86	4,40	28,17	160,60	0,45	2,25	1,35		20,46	195,01	43,67	1,88	
РТ241/7	**Комплет из смеси сухофруктов Хлеб ржаной	180 45	0,25 2,75		7,00 17,95	28,93 87,86	0,02 0,06				0,01 13,05	14,19 41,40	4,62 9,00	0,35 1,62	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				11,44	13,04	62,01	411,04	0,19	72,80	1,07		121,7	171,64	47,82	5,25
327/7	**Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,84	0,03		0,10		22,00	76,80	4,80	1,00	
РТ200/7	Капуста тушеная АЛЛЕРГО	130	2,11	3,03	7,20	64,45	0,05	59,80	0,93		71,82	50,44	25,72	0,92	
РТ263/7	Чай ПРИНЦЕССА	180			5,01	20,03					0,19			0,02	
276/1	Булочка "Российская" АЛЛЕРГО	60	3,73	5,41	36,78	210,68	0,07				6,93	30,10	5,60	0,49	
РТ336/7	Яблоко	130	0,52		12,74	53,04	0,04	13,00	0,04		20,80	14,30	11,70	2,86	

Утверждаю:
Заведующий

Бура О.А.

МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (з.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 2 ДЕНЬ 1														
ЗАВТРАК														
РТ930/7	**Каша овсяная "Геркулес" жидкая	170	3,08	1,55	15,95	90,05	0,11				13,02			0,90
РТ253/7	Кофейный напиток без молока	180	0,16	0,03	7,76	31,93					1,36			0,11
117п/2	Батон нарезной	40	3,00	1,15	20,56	104,63	0,04				7,60	34,00	13,20	0,48
Егоро/7	**Сырный помтик	10	2,53	2,66		34,46		0,07			100,00	54,00	5,00	0,07
10 ЧАСОВ														
НРТ41/7	Сок	100	0,50		10,10	42,40	0,01	2,00			7,00	7,00	4,00	1,40
ОБЕД														
1/1	Винегрет овощной	60	0,85	3,12	5,52	63,57	0,03	6,57	0,90		16,40	25,67	12,01	0,54
РТ330/7	**Рассольник ленинградский без сметаны	200	2,20	3,35	15,93	102,02	0,09	13,05	0,91		19,57	67,83	20,77	0,35
Р282/7	**Котлета "Сытные" аллергия	80	11,56	10,51	0,98	147,47	0,05	1,20			9,23	122,02	15,14	1,75
РТ770/3	**Рагу из овощей АЛЛЕРГО	130	1,85	4,23	11,53	91,54	0,09	23,75	2,72		37,21	58,51	27,71	0,88
РТ241/7	**Компот из смеси сухофруктов	180	0,25		7,00	28,99	0,02				9,01	14,19	4,62	0,35
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,90	87,66	0,08				13,05	41,40	9,00	1,62
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК														
РТ406/7	**Рыба тушеная с овощами АЛЛЕРГО	200	17,70	5,11	9,32	154,02	0,17	10,50	3,61		85,60	310,80	81,95	1,73
РТ374/7	**Чай с лимоном	180	0,05	0,01	7,19	29,00		2,40			2,65	1,32	0,72	0,06
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,08	93,76	0,04				8,00	49,20	18,40	0,44
РТ336/7	**Яблоко	114	0,46		11,17	46,51	0,03	11,40	0,03		18,24	12,54	10,26	2,51
	Печенье	30	2,25	3,54	22,47	130,74	0,02				6,00	27,00	6,00	0,30

Утверждено:
Заведующий

Бура О.А.

МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых 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	Mg	Fe	
			4	5	6	8		9	10	11	12	13	14	15	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2															
ЗАВТРАК															
РТ390/7	**Каша "Здоровье" аллерго	170	56,00	42,00	202,90	1410,00	1,00	116,80	14,00		233,0	712,90	175,00	15,00	
РТ253/7	Кофейный напиток без молока	180	6,54	2,93	62,10	300,92	0,13	0,08			16,1	192,04	47,70	2,17	
Т348/7	**Батон нарезной с повидлом	56	3,32	1,74	23,38	122,45	0,09				4,86	68,04	34,50	1,37	
10 ЧАСОВ															
НРТ41/7	**Сок	100	0,50		10,10	42,40	0,01	2,00			1,36			0,11	
ОБЕД															
РТ10/3	**Салат из моркови с сахаром	60	21,73	15,79	59,13	429,19	0,32	37,04	7,53		9,94	34,00	13,20	0,69	
35/1	Суп из овощей без сметаны	200	0,83	3,06	5,41	52,53	0,04	3,20	5,76		7,0	7,00	4,00	1,40	
ТК323/7	**Биточки "ЗОЛОТОЙ ГРЕБЕШОК"	80	0,50		10,10	42,40	0,01	2,00			7,00	7,00	4,00	1,40	
АЛЛЕРГО															
РТ200/7	Капуста тушеная АЛЛЕРГО	130	21,73	15,79	59,13	429,19	0,32	37,04	7,53		166,1	206,26	88,72	4,24	
РТ241/7	**Компот из смеси сухофруктов	180	0,83	3,06	5,41	52,53	0,04	3,20	5,76		32,67	35,20	24,32	0,45	
Хлеб ржаной															
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК															
327/7	Яйцо отварное	40	1,81	3,25	11,08	60,73	0,12	22,50	0,94		24,88	56,26	22,94	0,76	
ТК358/7	Печень тертая АЛЛЕРГО	80	13,97	5,91	1,45	114,83	0,01	1,51			4,69	8,77	2,12	0,12	
194/7	Макаронные изделия отварные	130	2,75	0,54	17,90	67,68	0,08				53,8	396,64	34,58	6,92	
АЛЛЕРГО															
276/1	Булочка "Российская" АЛЛЕРГО	60	5,08	4,60	0,28	62,84	0,03		0,10		22,00	76,80	4,90	1,00	
Р1263/7	**Чай ПРИНЦЕССА	180	4,84	3,57	31,02	175,56	0,07	27,35	6,15		18,28	250,58	17,14	5,40	
АЛЛЕРГО															
0,19															
0,02															

Утверждаю: Заведующий		МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"		Меню приготавливаемых блюд								Приложение №8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20				
Бура О.А.		Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (г. мг)				Минеральные вещества (г. мг)					
№ рец.	Прием пищи, наименование блюда		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 2 ДЕНЬ 3																
ЗАВТРАК																
РТ990/7	**Каша ячневая без молочная аллерго	170	2,00	1,26	15,08	79,63	0,05		87,00	10,00			346,0	635,00	204,00	19,00
РТ253/7	Кофейный напиток без молока	180	0,16	0,03	7,76	31,93							1,36			0,11
117п/2	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,68	0,04						7,60	34,00	13,20	0,48
1111/7	Сырный ломтик	10	2,63	2,66		34,48		0,07					100,00	54,00	5,00	0,07
10 ЧАСОВ																
НРТ41/7	Сок	100	0,50		10,10	42,40	0,01	2,00					7,00	7,00	4,00	1,40
ОБЕД																
20/4	Салат из белокочанной капусты	60	0,92	3,00	4,09	47,01	0,02	28,69	0,01				30,86	19,90	10,27	0,39
РТ340/7	Свекольник без сметаны	260	2,24	3,31	15,41	109,30	0,10	17,55	2,62				38,68	70,98	34,25	1,36
Т1630/7	**Плов "ВОСТОК" АЛЛЕРГО	180	2,86	4,40	26,17	163,60	0,45	2,25	1,35				20,46	105,01	43,67	1,88
РТ246/7	**Компот из свежих яблок	180	0,14		10,42	42,22	0,01	3,50	0,01				6,81	3,85	3,15	0,79
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,95	87,66	0,08						13,05	41,40	9,00	1,62
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК																
136/1	Рыба (филе) отварная	100	19,60	3,74	0,44	113,79	0,11	1,66	0,26				52,88	3,28	1,51	6,14
РТ207/3	**Розовое пюре АЛЛЕРГО	120	2,08	3,31	14,44	95,80	0,11	15,38	6,09				40,43	71,93	39,45	1,01
260/1	Чай с пименом	180	0,05	0,01	7,19	29,00		2,40					2,65	1,32	0,72	0,06
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,04						8,00	49,20	18,40	0,44
РТ336/7	**Яблоко	130	0,52		12,74	53,04	0,04	13,00	0,04				20,80	14,30	11,70	2,86

Утверждаю:
Заведующий

Бура О.А.

МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Менюготавливаемых 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 (з.мг)				Минеральные вещества (з.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			36,00	36,00	180,00	1183,00	1,00	95,00	3,00		210,0	414,00	130,00	11,00
ЗАВТРАК			4,62	4,39	55,52	280,02	0,06	0,08			12,9	64,00	23,20	1,01
РТ980/7	Каша рисовая жидкая без молока	130	1,40	3,20	16,80	101,55	0,02				1,66	30,00	10,00	0,21
РТ253/7	Кофейный напиток без молока	180	0,16	0,03	7,75	31,93					1,36			0,11
Т348/7	**Батон нарезной с повидлом	56	3,06	1,16	30,96	146,54	0,04	0,08			9,84	34,00	13,20	0,69
10 ЧАСОВ			0,50		10,10	42,40	0,01	2,00			7,00	7,00	4,00	1,40
НРТ41/7**	Соки	100	0,50		10,10	42,40	0,01	2,00			7,00	7,00	4,00	1,40
ОБЕД			22,24	21,58	81,29	608,20	0,36	30,48	1,65		80,3	202,65	67,36	5,86
(Н4)Р/6	Свекольная икра	50	1,07	2,48	6,28	51,70	0,02	7,20	0,01		26,04	32,46	15,04	0,95
77/4	Суп картофельный	150	2,20	2,92	17,40	104,66	0,13	21,00	0,92		16,65	66,40	27,50	1,01
РТ183/3	**Гуляш "Объединение" из куриного филе АЛЛЕРГО	80	11,13	12,07	1,63	159,63	0,04	2,28	0,72		16,16	9,04	4,16	1,92
19/47	Макаронные изделия отварные АЛЛЕРГО	110	4,84	3,57	31,02	175,56	0,07				8,36	59,16	7,04	0,01
РТ241/7	**Компот из смеси сухофруктов	180	0,25		7,00	28,99	0,02				9,01	14,19	4,62	0,35
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,56	0,08				13,05	41,40	9,00	1,62
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			8,54	3,76	32,69	252,66	0,41	62,60	1,64		100,9	140,64	34,96	2,72
327/7	Яйцо отварное	40	5,08	4,50	0,28	62,84	0,03		0,10		22,00	76,80	4,80	1,00
РТ200/7	Калуста тушеная АЛЛЕРГО	130	2,11	3,03	7,20	64,45	0,05	59,80	0,93		71,82	50,44	25,72	0,92
РТ263/7	**Чай ПРИНЦЕССА	180			7,01	28,01					0,25			0,02
НРТ77/7	Шарлотка с яблоками АЛЛЕРГО	70	1,35	2,13	18,20	97,36	0,03	2,80	0,01		6,85	13,40	4,44	0,76

Утверждает:
Заведующий

Бура О.А.

МАДОУ "ДС № 45 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

Приложение №3
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	Ca	P	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5			50,00	48,00	209,90	1470,00	1,00	228,00	12,00			259,0	874,00	234,00	18,00
ЗАВТРАК			7,78	5,30	45,85	262,17	0,09	0,07				114,5	129,30	32,50	1,07
840/7	**Каша "Дружба" без молока	170	1,99	1,45	17,53	91,10	0,05				5,56	41,30	14,30	0,41	
PT253/7	Кофейный напиток без молока	180	0,16	0,03	7,76	31,93					1,36			0,11	
117п/2	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,68	0,04				7,60	34,00	13,20	0,46	
1111/7	Сырный ломтик	10	2,63	2,06		34,46		0,07			100,00	54,00	5,00	0,07	
10 ЧАСОВ			0,50		10,10	42,40	0,01	2,00			7,0	7,00	4,00	1,40	
НРТ41/7	Сок	100	0,50		10,10	42,40	0,01	2,00			7,00	7,00	4,00	1,40	
ОБЕД			19,38	21,86	72,63	564,54	0,40	159,69	5,41		88,1	316,34	118,42	7,39	
2/1	Салат витаминный	60	0,61	3,02	4,26	46,96	0,02	12,80	1,44		21,63	17,56	11,00	0,51	
PT370/7	Суп рисовый без сметаны	180	1,66	3,29	13,96	92,07	0,07	11,40	0,73		12,66	48,20	19,94	0,65	
PT152/7	**Гуляш "НОВИНКА" АЛЛЕРГО	80	9,24	8,67	2,17	123,57	0,05	2,10	1,44		16,47	105,83	18,37	1,50	
ГТ87/7	Каши "СОЛДАТСКАЯ" гречневая рассыпчатая с овощами Аллерго	130	4,71	5,17	21,39	160,02	0,17	1,39	1,21		16,68	100,35	59,07	2,50	
PT256/7	**Напиток из шиповника	180	0,41	0,17	12,79	54,27	0,01	132,00	0,59		7,41	3,00	2,04	0,61	
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66	0,08				13,05	41,40	9,00	1,62	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			22,01	21,33	80,20	600,75	0,51	66,15	6,19		49,1	421,36	79,52	7,73	
TK358/7	Печень тертая АЛЛЕРГО	80	13,79	9,82	6,11	167,97	0,24	27,35	6,15		16,25	250,58	17,14	5,40	
203/1	Картофель жареный из отварного	150	3,64	7,72	29,67	202,72	0,22	35,40	0,04		18,20	105,56	41,86	1,64	
PT374/7	**Чай с лимоном	180	0,05	0,01	7,19	29,00		2,40			2,65	1,32	0,72	0,06	
114/2	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03				6,00	36,90	13,80	0,33	
1212/0	Печенье	30	2,25	3,54	22,47	130,74	0,02				6,00	27,00	6,00	0,30	

Утверждает: Заведующий		Бура О.А.		МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"		Меню приготавливаемых блюд						Минеральные вещества (г, мг)			
№ реци	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Витамины (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 3 ДЕНЬ 1															
ЗАВТРАК															
РТ96/7	**Каша пшеничная без молока	170	3,34	1,96	21,29	116,06	0,12				7,89	67,57	24,07	0,79	
РТ253/7	Кофейный напиток без молока	180	0,16	0,03	7,76	31,93					1,36			0,11	
117п/2	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,63	0,04				7,60	34,00	13,20	0,48	
1111/7	Сырный ломтик	10	2,63	2,66		34,46		0,07			100,00	64,00	5,00	0,07	
10 ЧАСОВ															
НРТ41/7	Сок	100	0,50		10,10	42,40	0,01	2,00			7,0	7,00	4,00	1,40	
ОБЕД															
Ю	Огурец соленый нарезка	30	0,24	0,03	0,51	3,27	0,01	1,50			6,90			0,18	
НРТ13/6	Борщ Сибирский без сметаны	200	3,30	3,35	14,23	100,21	0,09	12,77	0,72		44,83	84,40	28,27	1,45	
НРТ15/3	**Гуляш "ОБЖОРКА" АЛЛЕРГО	80	0,39	1,05	2,17	19,61	0,36	2,10	1,44		16,76	123,35	23,56	1,32	
РТ206/7	Картофельное пюре АЛЛЕРГО	130	2,90	3,52	21,19	126,61	0,16	26,00	0,83		16,68	75,40	29,90	1,20	
РТ241/7	**Компот из смеси сухофруктов	180	0,25		7,00	28,99	0,02				9,01	14,19	4,62	0,35	
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66	0,08				13,05	41,40	9,00	1,62	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК															
746/5	Пирог с мясом	70	9,95	6,87	27,07	209,78	0,08	0,27			13,66	94,91	13,40	1,39	
РТ770/3	**Рагу из овощей АЛЛЕРГО	130	1,85	4,23	11,53	91,54	0,09	23,75	2,72		37,21	58,51	27,71	0,88	
РТ263/7	Чай ПРИНЦЕССА	180			5,01	20,03					0,19			0,02	
РТ336/7	**Яблоко	114	0,46		11,17	46,51	0,03	11,40	0,03		18,24	12,54	10,26	2,51	

Утверждает:
Заведующий

Буря О.А.

МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых 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	Ca	P	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 2			27,00	30,00	179,00	1091,00	1,00	110,00	2,00			250,0	636,00	198,00	11,00
ЗАВТРАК			10,73	7,15	51,90	314,82	0,11	0,01	0,11			37,0	143,50	28,80	2,41
327/7	Яйцо отварное	40	5,06	4,60	0,28	62,84	0,03		0,10		22,00	76,80	4,50	1,00	
PT91/7	**Каша кукурузная без молока	150	2,49	1,36	23,30	115,37	0,04	0,01	0,01		6,06	32,70	10,80	0,82	
PT253/7	Кофейный напиток без молока	180	0,16	0,03	7,76	31,93					1,36			0,11	
117п/2	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,68	0,04				7,60	34,00	13,20	0,48	
10 ЧАСОВ							0,02	2,00			20,0	12,00	9,60	0,40	
НPT41/7	Сок	100					0,02	2,00			20,09	12,00	9,00	0,40	
ОБЕД			8,14	12,10	58,90	388,92	0,71	79,15	7,43			148,7	324,02	104,32	6,02
PT10/6	Салат из моркови с сахаром	60	0,23	3,09	5,42	52,53	0,04	3,20	5,76		32,67	35,20	24,32	0,45	
PT370/7	**Суп полевой без сметаны	180	1,93	3,43	13,51	92,59	0,10	11,40	0,73		13,65	53,18	20,02	0,75	
НPT 30/7	Фрикадельки "МАЛЕНЬКИЕ ЧЕРЕПАШКИ" АЛЛЕРГИЯ	80	0,98	2,04	2,33	28,47	0,43	1,20			11,52	139,95	21,21	1,49	
PT200/7	Капуста тушеная АЛЛЕРГИО	130	2,11	3,02	7,20	61,45	0,05	63,00	0,93		71,82	50,44	25,72	0,92	
PT240/7	**Компот из свежих яблок	180	9,14		10,42	42,22	0,01	3,56	0,01		5,91	3,85	3,16	0,79	
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66	0,08				13,05	41,40	9,00	1,62	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			8,39	10,45	63,84	406,87	0,23	29,25	0,03			44,6	156,24	55,42	2,31
ТТК3/7	**Салат из соленого огурца с репчатым луком "Дружные ребята"	60	0,50	3,07	1,49	35,53	0,01	3,25			13,75	4,64	1,12	0,35	
204/1	Картофель отварной	130	2,60	3,52	21,19	126,81	0,16	26,00	0,03		16,58	75,40	29,90	1,20	
PT263/7	**Чай ПРИНЦЕССА	180			5,01	20,03					0,19			0,02	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,04				8,00	49,20	18,40	0,44	
	Печенье	30	2,25	3,54	22,47	130,74	0,02				6,00	27,00	6,00	0,30	

Утверждаю:
Заведующий

Бура О.А.

МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых 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	Mg	Fe
			4	5	6	7		8	9	10	11	12	13	14	15
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 3															
ЗАВТРАК															
840/7	**Каша "Дружба" без молока	173	1,99	3,45	17,53	109,08	0,05								
PT253/7	Кофейный напиток без молока	180	0,16	0,03	7,76	31,93									
117n/2	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,68	0,04								
1111/7	Сырный ломтик	10	2,63	2,66		34,46			0,07						
10 ЧАСОВ															
НРТ41/7	**Сок	100	0,50		10,10	42,40	0,01	2,00							
ОБЕД															
21/1	Салат из свеклы с соевыми огурцами	60	0,73	3,05	4,02	46,47	0,01	4,85							
PT559/3	**Щи по уральски с геркулесом без сметаны	200	2,03	3,43	9,66	77,61	0,08	10,00	0,91						
PT174/6	Тертая "ШАЛУНИШКИ" АЛЛЕРГО	80	11,73	6,43	1,73	111,73	0,06	1,70	1,08						
НРТ17/7	Каша перловая рассыпчатая с овощами АЛЛЕРГО	130	4,38	4,51	30,96	181,87	0,08	1,20	0,90						
PT241/7	**Компот из смеси сухофруктов	180	0,25		7,00	28,99	0,02	0,05							
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66	0,08								
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК															
136/1	Рыба (филе) отварная	70	13,66	3,51	0,30	87,43	0,08	1,15	0,18						
PT206/7	Картофельное пюре АЛЛЕРГО	130	2,60	3,52	21,19	126,81	0,16	26,00	0,03						
PT374/3	*Чай с лимоном (ужин)	180	0,05	0,01	7,19	29,00		2,40							
Г272/7	**Булочка "Розовая" АЛЛЕРГО	70	4,00	1,64	36,09	178,92	0,08	0,55	0,01						
PT336/7	Яблоко	130	0,52		12,74	53,04	0,04	13,00	0,04						

Утверждает:
Заведующий

Буры О.А.

МАДОУ "ДС № 46 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

Приложение №8
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

№ реци	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (г.мг)				Минеральные вещества (г.мг)			
			Б	Ж	У	7		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 4															
ЗАВТРАК															
327/7	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,64	0,03		0,10		22,00	76,80	4,80	1,00	
PT330/7	**Каша овсяная "Геркулес" жидкая	170	3,08	1,55	15,95	90,05	0,11				13,02			0,90	
PT253/7	Кофейный напиток без молока	180	0,16	0,03	7,76	31,93					1,56			0,11	
T348/7	**Батон нарезной с плесенью	68	3,06	1,16	30,96	146,54	0,04	0,08			9,54	34,00	13,20	0,69	
10 ЧАСОВ															
НРТ41/7	Сок	100	0,50		10,10	42,40	0,01	2,00			7,00	7,00	4,00	1,40	
ОБЕД															
2/1	Салат витаминный	80	0,61	3,02	4,36	46,96	0,02	12,60	1,44		21,63	17,56	11,00	0,51	
PT310/7	Свекольник без сметаны	200	2,24	3,31	16,41	100,50	0,10	17,56	2,62		30,68	70,98	34,25	1,36	
136/1	Рыба (филе) отварная	75	13,66	3,51	0,30	87,43	0,06	1,15	0,18		22,98	2,26	1,04	4,23	
192/1	Рис припущенный АЛЛЕРГО	100	2,42	4,65	25,53	155,35	0,03				2,76	51,75	17,25	0,36	
PT258/7	**Напиток из шиповника	180	0,41	0,17	12,79	54,27	0,01	132,00	0,59		7,41	3,00	2,04	0,61	
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66	0,08				13,05	41,40	9,00	1,62	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК															
PT326/7	**Икра кабачковая порционная "АРОМАТНАЯ"	80	1,14		4,62	23,04	0,01	4,20	0,55		47,6	126,58	36,56	1,12	
194/7	Макаронные изделия отварные АЛЛЕРГО	130	4,84	3,57	31,02	175,56	0,07				8,36	39,16	7,04	0,01	
260/1	Чай с лимоном	180	0,05	0,01	7,19	29,00		2,40			2,65	1,32	0,72	0,06	
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03				6,00	36,90	13,80	0,33	
1212/0	Печенье	30	2,25	3,54	22,47	130,74	0,02				6,00	27,00	6,00	0,30	

№ рецип.	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	
															4
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 5			39,09	49,00	265,00	1418,00	1,00	113,00	6,00		346,0	502,00	164,00	13,00	
ЗАВТРАК			7,79	5,11	43,40	250,70	0,09	0,07			125,0	156,60	28,20	1,03	
РТ990/7	**Каша ячневая без молочная аллерго	170	2,00	1,26	15,08	79,63	0,05				10,05	68,60	10,00	0,37	
РТ253/7	Кофейный напиток без молока	180	0,16	0,03	7,76	31,93					1,36			0,11	
117ш/2	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,68	0,04				7,60	34,00	13,20	0,48	
1111/7	Сырный ломтик	10	2,63	2,66		34,46		0,07			100,00	54,00	5,00	0,07	
10 ЧАСОВ			0,50		10,10	42,40	0,01	2,00			7,0	7,90	4,00	1,40	
НРТ41/7	**Сок	100	0,50		10,10	42,40	0,01	2,00			7,00	7,00	4,00	1,40	
ОБЕД			21,37	25,52	58,62	549,44	0,43	84,83	5,02		145,8	216,84	89,53	6,98	
11/1	Салат из моркови с зеленым горошком	60	1,18	3,08	3,91	48,08	0,10	7,70	3,16		23,58	47,98	22,04	0,41	
77/4	Суп картофельный	160	2,20	2,92	17,40	104,66	0,13	21,00	0,92		16,65	66,40	27,50	1,01	
ТК323/7	**Биточки "ЗОЛОТОЙ ГРЕБЕШОК" АЛЛЕРГО	80	12,96	15,98	1,73	202,37	0,06	2,76			15,62	8,77	2,12	2,23	
РТ200/7	Капуста тушеная АЛЛЕРГО	130	2,11	3,03	7,20	64,45	0,05	59,80	0,93		71,82	50,44	25,72	0,92	
РТ240/7	**Компот из свежих яблок	180	0,14		10,42	42,22	0,01	3,55	0,01		5,81	3,85	3,15	0,79	
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,56	0,08				13,05	41,40	9,00	1,62	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			9,17	18,45	93,15	575,20	0,17	16,22	1,18		66,7	119,69	42,60	3,67	
12/7	Кукуруза сладкая	60	1,32	3,24	8,72	69,27	0,01	2,88			25,26			0,01	
РТ191/3	**Рис отварной с овощами АЛЛЕРГО	130	3,03	5,74	30,23	184,72	0,05	1,94	1,15		13,60	71,89	25,79	0,57	
РТ263/7	Чай ПРИНЦЕССА	180			5,01	20,03					0,19			0,02	
274/1	Булочка "Домашняя" АЛЛЕРГО	60	4,36	9,47	38,02	254,67	0,08				9,39	35,26	6,56	0,56	
РТ336/7	**Яблоко	114	0,46		11,17	46,51	0,03	11,40	0,03		18,24	12,54	10,26	2,51	

Утверждено:
Заведующий

Бура О.А.

МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых 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 (в мг)				Минеральные вещества (в мг)			
			Б	Ж	У			В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 1															
ЗАВТРАК															
327/7	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,84	0,03		0,10		22,00	76,80	4,80	1,00	
PT980/7	Каша рисовая жидкая без молока	173	1,40	3,20	16,80	101,55	0,02				1,66	30,00	10,00	0,21	
PT253/7	Кофейный напиток без молока	180	0,18	0,03	7,76	31,93					1,36			0,11	
T348/7	**Батон нарезной с повидлом	65	3,06	1,16	30,96	146,54	0,04	0,08			9,54	34,00	13,20	0,69	
10 ЧАСОВ															
HPT411/7	Сок	100	0,50		10,10	42,40	0,01	2,00			7,00	7,00	4,00	1,40	
ОБЕД															
PT32/7	**Рассольник домашний без сметаны	130	1,96	3,32	13,66	92,30	0,09	22,70	0,91		24,77	55,39	23,42	0,93	
TK358/7	Печень тертая АЛЛЕРГО	80	13,79	9,82	6,11	107,97	0,24	27,35	6,15		16,38	250,58	17,14	5,40	
PT305/3	**Сложный гарнир АЛЛЕРГО	130	2,87	2,27	15,50	94,17	0,11	57,85	0,93		61,10	75,63	34,56	1,26	
PT241/7	**Компот из смеси сухофруктов	160	0,25		7,00	28,99	0,02	0,05			9,01	14,19	4,62	0,35	
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	57,66	0,08				13,05	41,40	9,00	1,62	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК															
PT406/7	**Рыба тушеная с овощами АЛЛЕРГО	200	17,70	5,11	9,32	154,02	0,17	10,50	3,61		85,60	310,80	81,95	1,73	
PT263/7	Чай ПРИНЦЕССА	180			5,01	20,03					0,19			0,02	
274/1	Булочка "Домашняя" АЛЛЕРГО	60	4,36	9,47	38,02	254,67	0,08				9,39	35,26	6,56	0,56	
PT336/7	Яблоко	130	0,52		12,74	53,04	0,04	13,00	0,04		20,80	14,30	11,70	2,86	

Утверждено:
Заведующий

Бура О.А.

МАДОУ "ДС №48 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

№ реп.	Прием пищи. наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г.			Энергетическая 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 4 ДЕНЬ 2			44,90	46,00	182,00	1313,00	1,00	87,00	9,00			331,0	554,00	188,00	13,00
ЗАВТРАК			9,57	3,84	47,45	280,59	0,17	9,07				115,0	163,90	63,20	2,68
РТ86/7	**Каша гречневая рассыпчатая без молока	170	3,78	1,99	19,13	109,52	0,13				6,06	75,90	45,00	2,02	
РТ253/7	Кофейный напиток без молока	180	0,16	0,03	7,76	31,93					1,36			0,11	
117n/2	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,68	0,04				7,50	34,00	13,20	0,48	
1111/7	Сырный помтик	10	2,63	2,06		34,46		0,07			100,00	54,00	5,00	0,07	
10 ЧАСОВ			0,50		10,10	42,40	0,01	2,00			7,00	7,00	4,00	1,40	
НРТ41/7	**Оси	100	0,50		10,10	42,40	0,01	2,00			7,00	7,00	4,00	1,40	
ОБЕД			22,29	29,29	72,35	632,50	0,35	22,93	8,12		150,2	190,78	70,11	6,01	
РТ10/6	Салат из моркови с сахаром	60	0,83	3,06	5,42	52,53	0,04	3,20	5,76		32,67	35,20	24,32	0,45	
РТ369/3	**Суп картофельный с рыбой консервированной	200	1,83	3,30	13,67	91,64	0,09	11,50	0,91		15,48	59,68	19,19	0,71	
ТК323/7	**Биточки "ЗОЛОТОЙ ГРЕБЕШОК" АЛЛЕРГО	80	12,95	15,95	1,73	202,37	0,06	2,76			15,92	8,77	2,12	2,23	
РТ194/6	*Макаронные изделия отварные с овощами АЛЛЕРГО (ужин) Кс	130	3,66	5,43	23,15	136,08	0,07	1,90	1,44		17,27	41,86	12,42	0,21	
РТ240/7	**Компот из свежих яблок	180	0,14		10,42	42,22	0,01	3,55	0,01		5,81	3,85	3,15	0,79	
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,66	0,08				13,05	41,40	9,00	1,62	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			11,77	11,42	51,90	357,35	0,13	62,20	1,93		108,5	192,46	51,04	2,61	
327/7	Яйцо отварное	40	5,08	4,00	0,28	62,84	0,03		0,10		22,00	76,80	4,80	1,00	
РТ200/7	Капуста тушеная АЛЛЕРГО	130	2,11	3,03	7,20	64,45	0,05	59,80	0,93		71,82	50,44	25,72	0,92	
РТ374/7	**Чай с лимоном	180	0,05	0,01	7,19	29,00		2,40			2,65	1,32	0,72	0,06	
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03				6,00	36,90	13,80	0,33	
1212/0	Печенье	30	2,25	3,54	22,47	130,74	0,02				6,00	27,00	6,00	0,30	

Утверждаю:
Заведующий

Бура О.А.

МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

Приложение №3
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	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 3														
ЗАВТРАК														
РТ930/7	**Каша овсяная "Геркулес"	170	3,08	1,55	15,95	90,05	0,11							
	жидкая										1,36			0,11
РТ253/7	Кофейный напиток без молока	180	0,16	0,03	7,76	31,93					7,60	34,00	13,20	0,48
117п/2	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,63	0,04				100,00	54,00	5,00	0,07
1111/7	Сырный ломтик	10	2,63	2,66		34,46		0,07			7,0	7,00	4,60	1,40
10 ЧАСОВ														
НРТ41/7	Сок	100	0,50		10,10	42,40	0,01	2,00			7,30	7,00	4,00	1,40
ОБЕД														
РТ660/7	**Щи с капустой, картофелем без сметаны	200	1,79	2,23	11,28	72,32	0,09	27,70	0,92		30,45	51,45	22,46	0,92
РТ152/7	**Гуляш "НОВИНКА" АЛЛЕРГО	90	9,24	8,67	2,17	123,57	0,05	2,10	1,44		16,47	105,80	18,37	1,50
192/1	Рис припущенный АЛЛЕРГО	100	2,42	4,85	25,53	155,35	0,03				2,76	51,75	17,25	0,35
РТ241/7	**Компот из смеси сухофруктов	180	0,25		7,00	20,99	0,02	0,06			9,01	14,19	4,62	0,35
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	67,65	0,08				13,05	41,40	9,00	1,62
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК														
136/1	Рыба (филе) отварная	70	13,66	2,51	0,30	78,44	0,08	1,15	0,18		22,89	2,26	1,04	4,28
РТ213/3	Овощное пюре АЛЛЕРГО	120	2,66	3,28	14,60	98,56	0,14	34,80	4,57		53,98	85,32	42,24	1,15
РТ263/7	Чай ПРИНЦЕССА	180			5,01	20,03					0,19			0,02
276/1	Булочка "Российская" АЛЛЕРГО	60	3,73	5,41	36,78	210,68	0,07				6,93	30,10	5,60	0,49
РТ336/7	**Яблоко	114	0,46		11,17	46,51	0,03	11,40	0,03		18,24	12,54	10,26	2,51

Утверждено:
Заведующий

Бура О.А.

МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Меню приготавливаемых блюд

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

№ рек	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 4 ДЕНЬ 4			26,00	24,00	198,00	1114,00	1,00	93,00	6,00		189,0	598,00	172,00	12,00	
ЗАВТРАК				5,55	2,55	51,62	251,98	0,08	0,01	0,91		15,0	65,70	24,00	1,41
РТ91/7	**Каша кукурузная без молока	170	2,49	1,36	23,30	115,37	0,04	0,01	0,01		6,06	32,70	10,50	0,82	
РТ253/7	Кофейный напиток без молока	180	0,16	0,03	7,76	31,93					1,36			0,11	
117п/2	Батон нарезкой	40	3,00	1,16	20,56	104,68	0,04				7,60	34,00	13,20	0,48	
10 ЧАСОВ				0,50		10,10	42,40	0,01	2,00		7,0	7,00	4,00	1,40	
НРТ41/7	**Сок	100	0,50		10,10	42,40	0,01	2,00			7,00	7,00	4,00	1,40	
ОБЕД				8,96	10,62	73,09	423,47	0,53	69,40	2,76		94,9	352,26	103,89	6,52
ТК4/3	**Салат "ВИСИЧКА" из Белокачанной капусты с морковью	60	0,81	4,01	5,70	62,08	0,02	23,25	0,55		27,63	19,11	10,44	0,36	
РТ370/7	**Суп полевой без сметаны	200	1,93	3,43	13,51	92,59	0,10	11,40	0,73		13,80	53,18	20,02	0,75	
НРТ36/3	**Азу по-татарски с мясом	200	3,33	2,64	25,50	139,92	0,62	31,20	1,47		34,60	234,72	60,46	3,00	
РТ240/7	**Комлот из свежих яблок	180	0,14		10,42	42,22	0,01	5,55	0,01		5,81	3,95	3,15	0,79	
	Хлеб ржаной	45	2,75	0,54	17,96	87,65	0,03				13,05	41,40	9,00	1,62	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК				11,37	11,62	62,84	395,81	0,19	26,25	2,82		72,3	172,66	39,82	2,73
327/7	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,84	0,03		0,10		22,00	76,80	4,80	1,00	
РТ770/3	**Рагу из овощей АЛЛЕРГО	130	1,85	4,23	11,53	91,54	0,09	23,75	2,72		37,21	58,51	27,71	0,88	
НРТ28/3	**Батрушка с повидлом АЛЛЕРГО	70	4,39	2,18	43,84	212,43	0,07	0,10			10,42	35,43	6,59	0,79	
260/1	Чай с лимоном	180	0,05	0,01	7,19	29,00		2,40			2,65	1,32	0,72	0,06	

Утверждаю:
Заведующий

Бура О.А.

МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Менюготавливаемых блюд

Приложение №8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

№ рек.	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	33,00	183,00	1196,00	1,00	266,00	3,00		346,0	532,00	181,00	14,00	
ЗАВТРАК			7,79	5,11	43,40	259,70	0,09	0,07			125,0	156,60	28,20	1,03	
РТ990/7	**Каша ячневая без молочная аллерго	170	2,00	1,26	15,08	79,63	0,05				16,06	68,60	10,00	0,37	
РТ253/7	Кофейный напиток без молока	180	0,16	0,03	7,76	31,93					1,36			0,11	
117п/2	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,68	0,04				7,60	34,00	13,20	0,48	
1111/7	Сырный помтик	10	2,63	2,66		34,46		0,07			100,00	54,00	5,00	0,07	
10 ЧАСОВ			0,50		10,10	42,40	0,01	2,00			7,0	7,00	4,00	1,40	
НРТ41/7	Сок	100	0,50		10,10	42,40	0,01	2,00			7,00	7,00	4,00	1,40	
ОБЕД			23,83	26,38	59,23	519,56	0,29	210,62	2,77		142,0	177,13	68,68	6,47	
ТК48/7	**Винегрет с сельдью "КРАСНОЕ СОЛНЫШКО"	60	3,29	4,41	4,43	70,43	0,02	5,12	0,52		23,24	20,75	9,16	0,56	
РТ370/7	Суп рисовый без сметаны	180	1,36	3,29	13,96	92,07	0,07	11,40	0,73		12,56	48,20	18,04	0,65	
173/1	Тефтели из говядины паровые АЛЛЕРГО	75	13,61	8,66	1,89	141,70	0,06	2,30			13,78	13,34	3,22	2,11	
Р1200/7	Капуста тушеная АЛЛЕРГО	130	2,11	3,03	7,20	64,45	0,05	59,80	0,93		71,82	50,44	25,72	0,92	
РТ256/7	**Напиток из шиповника	180	0,41	0,17	12,79	54,27	0,01	132,00	0,59		7,41	3,00	2,04	0,61	
115/2	Хлеб ржаной УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	45	2,75	0,54	17,96	87,66	0,08				13,06	41,40	9,00	1,62	
РТ328/7	**Икра кабачковая порционная "АРОМАТНАЯ"	60	1,14		4,62	23,04	0,01	4,20	0,55		71,8	191,26	80,96	5,38	
203/1	Картофель жареный из отварного	150	3,64	7,72	29,67	202,72	0,22	36,40	0,04		18,20	105,56	41,86	1,64	
РТ263/7	Чай ПРИНЦЕССА	180			5,01	20,03					0,19			0,02	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	92,76	0,04				9,00	49,20	18,40	0,44	
РТ336/7	Яблоко	130	0,52		12,74	53,04	0,04	13,00	0,04		20,80	14,30	11,70	2,86	

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 (з.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	
ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД			838,00	703,00	3889,00	25231,00	18,00	2443,00	139,00			5667,0	####,##	3715,00	296,00
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД			42,00	36,00	194,00	1262,00	1,00	122,00	7,00			283,0	632,00	186,00	15,00
Содержание БЖУ в % от калорийности			13,30	25,10	61,70										

Перечень технологических сборников, используемых при составлении данного меню:

- 0
- 1 Министерство образования и науки Челябинской области "Организация питания детей в дошкольном образовательном учреждении" 2006г. под редакцией В.В. Садырина, составитель Г.Н. Панкратова.
- 2 Сборник технологических нормативов, рецептов 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 рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. - М.: ДеЛи принт, 2011
- 6 Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для детского питания - издана ООО "Партнер" г. Уфа 2015г.
- 6 Российской Академии Медицинских Наук Научно-Исследовательский Институт питания РАМН В.А. Тутельян составитель Федоренко О.В.
- 7 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций (от 1 до 7 лет) ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора