

Утверждаю:
Заведующий

Бура О.А.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1	1389	51	41	162	1225	
ЗАВТРАК		339	13	16	49	390	
	25-Каша манная молочная жидкая	150	5,36	5,21	22,46	158,11	РТ900С/
	25-Какао с молоком	150	3,96	3,37	13,18	98,89	РТ2480/
	25-Батон с маслом с сыром	39	4,05	7,22	12,93	132,82	РТ337С/
10 ЧАСОВ		150	8	5	5	94	
	25-Йогурт питьевой	150	7,50	4,80	5,25	94,20	РТ346/8
ОБЕД		525	17	14	56	414	
	25-Салат из соленого огурца с репчатый	30	0,33	2,04	0,92	23,40	ТК2С/8
	25-Суп Кудрявый	150	3,08	3,00	12,72	90,04	ТК372С/
	25-Котлеты "МЯСНОЙ ФОКУС"	50	9,36	3,46	5,63	91,03	ТК343С/
	25-Сложный гарнир	110	2,40	4,65	12,30	100,51	РТ395/8
	25-Компот из свежих яблок	150	0,12		10,01	40,51	РТ240С/
	25-Хлеб ржаной	35	2,14	0,42	13,97	68,18	ТК338С/
ПОЛДНИК		375	13	7	53	328	
	25-Винегрет "РАДУГА" овощной 40/60	40	0,72	2,09	3,97	37,51	ТК1С/8
	25-Хлебцы рыбные	50	9,15	3,18	3,24	78,07	РТ100С/
	25-Печенье 15/20	15	1,13	1,77	11,24	65,37	Р1С/8
	25-Яблоки	100	0,35		8,62	35,90	РТ336/8
	25-Кисель из повидла	150	0,10		15,92	64,07	ТК483/8
	25-Хлеб пшеничный 20/20	20	1,52	0,16	9,84	46,88	РС/8
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2	1374	66	44	167	1323	
ЗАВТРАК		339	28	18	41	438	
	25-Запеканка из творога с соусом	130	22,80	11,77	13,02	248,99	Р117С/8
	25-Фруктовый салат 30/34	30	0,21	0,06	4,44	19,24	КТ44С/8
	25-Чай с молоком	150	3,19	2,75	10,20	78,30	РТ261/8
	25-Батон с маслом	29	1,91	3,63	12,90	91,87	КТ387С/
10 ЧАСОВ		150	4	5	6	85	
	25-Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	РТ251/8
ОБЕД		525	10	8	61	362	
	25-Икра кабачковая порционная "АРОМ,	30	0,60		2,42	12,09	РТ3280/
	25-Борщ Сибирский	150	2,36	2,76	9,49	72,21	НРТ13С/
	25-Биточки "ГУСАРИКИ" из свинины	50	0,77	1,22	4,06	30,27	РТ161С/
	25-Макаронные изделия отварные с овои	110	3,93	4,07	24,31	149,51	РТ194С/
	25-Компот из смеси сухофруктов	150	0,34		7,00	29,37	РТ241С/
	25-Хлеб ржаной	35	2,14	0,42	13,97	68,18	ТК338С/
ПОЛДНИК		360	23	12	59	438	
	25-Пирожок с печенью	50	6,84	4,09	20,46	146,26	КТ437С/
	25-Горошница 120/150	120	8,90	2,80	18,61	135,20	РТ356С/

Утверждаю:
Заведующий

Бура О.А.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	25-Яйцо отварное 20/20	20	2,54	2,30	0,14	31,42	РТ327С/
	25-Чай с молоком	150	3,19	2,75	10,20	78,30	РТ261/8
	25-Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	РС/8
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3	1413	44	101	166	1747	
ЗАВТРАК		333	13	11	42	316	
	25-Суп молочный с рисом	150	4,63	4,82	16,52	127,94	РТ43С/8
	25-Кофейный напиток с молоком	150	4,01	3,30	12,25	94,72	РТ2530/
	25-Батон с сыром	33	4,00	2,87	12,85	93,17	ТК337С/
10 ЧАСОВ		150	8	5	5	94	
	25-Йогурт питьевой	150	7,50	4,80	5,25	94,20	РТ346/8
ОБЕД		525	17	14	63	445	
	25-Салат из белокочанной капусты	30	0,44	2,00	1,37	25,20	РТ333С/
	25-Рассольник ленинградский со сметан	150	1,78	4,60	11,35	93,88	РТ330/8
	25-Биточки "Золотой гребешок" из курин	50	9,12	3,41	6,20	91,95	ТК323С/
	25-Картофельное пюре	110	2,97	3,35	18,40	115,57	КТ206С/
	25-Напиток из шиповника	150	0,34	0,14	11,82	49,88	ТР2560/
	25-Хлеб ржаной	35	2,14	0,42	13,97	68,18	ТК338С/
ПОЛДНИК		405	7	71	56	892	
	25-.Запеканка овощная с мясом	120	3,25	4,03	11,64	95,60	ТК12С/8
	25-Яблоки	100	0,35		8,62	35,90	РТ336/8
	25-.Печенье 15/20	15	1,13	1,77	11,24	65,37	Р1С/8
	25-.Сок 150/180	150	0,75	64,95	15,15	648,15	НРТ418/
	25-Хлеб пшеничный 20/20	20	1,52	0,16	9,84	46,88	РС/8
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4	1381	31	37	150	1060	
ЗАВТРАК		346	13	15	48	384	
	25-Каша "Дружба"	150	5,35	5,61	19,73	150,78	РТ84С/8
	25-Какао с молоком	150	3,96	3,37	13,18	98,89	РТ2480/
	25-.Яйцо отварное 10/10	10	1,27	1,15	0,07	15,71	РТ327С/
	25-Батон с маслом 30/6	36	2,30	5,22	15,50	118,16	КТ387С/
10 ЧАСОВ		150	0	0	7	30	
	25-Напиток "ЛИМОННЫЙ"	150	0,09	0,01	7,28	29,55	ТК282С/
ОБЕД		525	8	11	47	316	
	25-Салат из свеклы с чесноком "ОБЪЕД	30	0,51	2,03	2,95	32,07	РТ3340/
	25-Суп-пюре из разных овощей	150	2,41	2,97	12,77	87,39	ТК135С/
	25-Биточки "ГУСАРИКИ" из свинины	50	0,77	1,22	4,06	30,27	РТ161С/
	25-Капуста тушеная	110	1,92	3,93	6,52	69,08	РТ200С/
	25-Компот из смеси сухофруктов	150	0,34		7,00	29,37	РТ241С/
	25-Хлеб ржаной	35	2,14	0,42	13,97	68,18	ТК338С/
ПОЛДНИК		360	10	11	47	331	

Утверждаю:
Заведующий

Бура О.А.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	25-Рыба запеченая в омлете 60/80	60	2,39	4,42	1,93	56,99	РТ1381/
	25-Печенье 20/30	20	1,50	2,36	14,98	87,16	Р1С/8
	25-Пюре морковное	110	1,71	1,76	9,64	61,18	РТ213С/
	25-Чай с молоком	150	3,19	2,75	10,20	78,30	РТ261/8
	25-Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	РС/8
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5	1424	.32	102	179	1759	
ЗАВТРАК		339	13	17	48	395	
	25-Каша кукурузная молочная жидкая	150	5,17	6,14	22,88	167,50	РТ910С/
	25-Кофейный напиток с молоком	150	4,01	3,30	12,25	94,72	РТ2530/
	25-Батон с маслом с сыром	39	4,05	7,22	12,93	132,82	РТ337С/
10 ЧАСОВ		150	1	65	15	648	
	25-Сок	150	0,75	64,95	15,15	648,15	НРТ418/
ОБЕД		535	7	8	62	347	
	25-Огурец соленый порционный	30	0,24	0,03	0,51	3,27	РТ330С/
	25-Свекольник со сметаной	150	2,06	3,58	12,54	90,63	РТ340С/
	25-Плов "ВОСТОРОГ" из отварной свини	170	2,60	3,81	25,57	146,87	Т1630С/
	25-Компот из замороженных ягод	150	0,15	0,06	9,11	37,58	ТК492/8
	25-Хлеб ржаной	35	2,14	0,42	13,97	68,18	ТК338С/
ПОЛДНИК		400	11	12	54	370	
	25-Рагу из овощей	110	1,80	4,40	11,00	90,72	РТ770С/
	25-Булочка "Домашняя"	50	4,39	4,15	28,10	167,33	2740С/8
	25-Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	7,05	79,35	РТ255/8
	25-Яблоки 90/90	90	0,32		7,76	32,31	РТ336/8
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1	1384	58	46	175	1341	
ЗАВТРАК		339	13	16	47	382	
	25-Каша ячневая молочная	150	5,30	5,27	21,42	154,25	РТ99С/8
	25-Кофейный напиток с молоком	150	4,01	3,30	12,25	94,72	РТ2530/
	25-Батон с маслом с сыром	39	4,05	7,22	12,93	132,82	РТ337С/
10 ЧАСОВ		150	4	5	6	85	
	25-Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	РТ251/8
ОБЕД		535	19	16	62	471	
	25-Салат из квашеной капусты	30	0,55	2,04	1,16	25,16	Т388С/8
	25-Суп крестьянский со сметаной	150	1,83	4,20	10,11	85,40	РТ37С/8
	25-Суфле из кур с морковью	60	10,62	5,63	2,37	102,62	РТ183С/
	25-Макаронные изделия отварные с ово	110	3,93	4,07	24,31	149,51	РТ194С/
	25-Компот из свежих яблок	150	0,12		10,01	40,51	РТ240С/
	25-Хлеб ржаной	35	2,14	0,42	13,97	68,18	ТК338С/
ПОЛДНИК		360	21	9	60	404	
	25-Салат из зеленого горошка "УДИВИЛ	30	0,93	1,56	1,96	25,61	РТ332С/

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	25-Тефтели рыбные	100	13,58	3,74	6,03	111,99	T146C/8
	25-Шанежка с картофелем	60	4,47	3,50	26,44	155,02	P1C/8
	25-Кисель из повидла	150	0,10		15,92	64,07	TK483/8
	25-Хлеб пшеничный 20/20	20	1,52	0,16	9,84	46,88	PC/8
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2	1414	56	106	168	1848	
ЗАВТРАК		339	13	13	49	365	
	25-Каша манная молочная жидкая	150	5,36	5,21	22,46	158,11	PT900C/
	25-Яйцо отварное 10/10	10	1,27	1,15	0,07	15,71	PT327C/
	25-Какао с молоком	150	3,96	3,37	13,18	98,89	PT2480/
	25-Батон с маслом	29	1,91	3,63	12,90	91,87	KT387C/
10 ЧАСОВ		150	1	65	15	648	
	25-Сок	150	0,75	64,95	15,15	648,15	HPT418/
ОБЕД		525	14	12	66	424	
	25-Свекла на гарнир "ЛОМТИК"	30	0,48	0,03	2,82	13,47	PT214C/
	25.-Суп картофельный с рыбой консервы	150	5,38	5,42	11,06	114,38	TP369C/
	25-Котлета "Затейники" из свинины	50	1,17	1,50	6,42	43,82	P283C/8
	25-Каша гречневая с маслом	110	4,44	4,06	20,04	134,42	PT186C/
	25-Напиток из шиповника	150	0,34	0,14	11,82	49,88	TP2560/
	25-Хлеб ржаной	35	2,14	0,42	13,97	68,18	TK338C/
ПОЛДНИК		400	29	16	39	411	
	25-Запеканка из творога с соусом	130	22,80	11,77	13,02	248,99	P117C/8
	25-Яблоки	100	0,35		8,62	35,90	PT336/8
	25-Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	7,05	79,35	PT255/8
	25-Хлеб пшеничный 20/20	20	1,52	0,16	9,84	46,88	PC/8
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3	1439	62	108	170	1903	
ЗАВТРАК		339	17	20	31	371	
	25-Омлет натуральный	130	9,74	11,60	3,85	158,79	PT110C/
	25-Салат из зеленого горошка "УДИВИТ"	30	0,93	1,56	1,96	25,61	PT332C/
	25-Кофейный напиток с молоком	150	4,01	3,30	12,25	94,72	PT2530/
	25-Батон с маслом	29	1,91	3,63	12,90	91,87	KT387C/
10 ЧАСОВ		150	0	0	7	30	
	25-Напиток "ЛИМОННЫЙ"	150	0,09	0,01	7,28	29,55	TK282C/
ОБЕД		565	28	10	58	432	
	25-.Икра кабачковая порционная "АРОМ"	40	0,80		3,26	16,25	PT3280/
	25-Суп гороховый	150	3,30	1,80	12,39	78,83	T255C/8
	25-Гренки из пшеничного хлеба	20	2,43	0,26	15,74	75,01	T58C/8
	25-Мясной рулет из мяса птицы с овоще	170	18,56	7,50	5,73	164,65	TK184C/
	25-Компот из смеси сухофруктов	150	0,34		7,00	29,37	PT241C/
	25-Хлеб ржаной	35	2,14	0,42	13,97	68,18	TK338C/

Утверждаю:
Заведующий

Бура О.А.

Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
ПОЛДНИК		385	18	78	74	1070	
	25-Сельдь слабосоленая порционно	45	7,65	3,83		65,03	331С/8
	25-Картофельное пюре	110	2,97	3,35	18,40	115,57	КТ206С/
	25-Булочка "Дорожная"	60	5,04	5,92	30,36	194,80	Р275С/8
	25-Сок 150/180	150	0,75	64,95	15,15	648,15	НРТ418/
	25-Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	РС/8
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4	1409	39	95	149	1607	
ЗАВТРАК		329	11	12	43	323	
	25-Суп молочный с макаронными издел	150	5,22	4,87	16,81	131,88	РТ440С/
	25-Какао с молоком	150	3,96	3,37	13,18	98,89	РТ2480/
	25-Батон с маслом	29	1,91	3,63	12,90	91,87	КТ387С/
10 ЧАСОВ		150	1	65	15	648	
	25-Сок	150	0,75	64,95	15,15	648,15	НРТ418/
ОБЕД		525	7	10	46	299	
	25-Салат из свеклы с чесноком "ОБЪЕД	30	0,51	2,03	2,95	32,07	РТ3340/
	25-Щи с капустой, картофелем и сметан	150	1,63	3,54	9,18	75,04	РТ56С/8
	25-Голубцы ленивые "КАК У БАБУШКИ"	160	2,37	3,74	11,73	90,04	ТК31С/8
	25-Чай с лимоном	150	0,06	0,01	8,22	33,20	РТ374С/
	25-Хлеб ржаной	35	2,14	0,42	13,97	68,18	ТК338С/
ПОЛДНИК		405	20	9	45	338	
	25-Запеканка овощная с печенью СТАР	120	17,38	6,64	10,66	171,81	ТК7С/8
	25-Печенье 15/20	15	1,13	1,77	11,24	65,37	Р1С/8
	25-Яблоки	100	0,35		8,62	35,90	РТ336/8
	25-Кисель из концентрата	150	0,08	0,05	4,21	17,65	ТК484/8
	25-Хлеб пшеничный 20/20	20	1,52	0,16	9,84	46,88	РС/8
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5	1429	56	48	153	1266	
ЗАВТРАК		349	14	18	43	391	
	25-Каша пшенная молочная вязкая	150	4,95	6,15	18,19	147,87	Т340С/8
	25-Кофейный напиток с молоком	150	4,01	3,30	12,25	94,72	РТ2530/
	25-Яйцо отварное 10/10	10	1,27	1,15	0,07	15,71	РТ327С/
	25-Батон с маслом с сыром	39	4,05	7,22	12,93	132,82	РТ337С/
10 ЧАСОВ		150	0	0	12	50	
	25-Напиток из шиповника 150	150	0,34	0,14	11,82	49,88	ТР2560/
ОБЕД		545	7	11	42	295	
	25-Салат из соленого огурца с репчатый	30	0,33	2,04	0,92	23,40	ТК2С/8
	25-Борщ со сметаной	150	2,00	5,39	11,22	101,42	РТ27С/8
	25-Бигус с отварным мясом	180	2,27	2,95	9,13	72,24	РТ402С/
	25-Компот из смеси сухофруктов	150	0,34		7,00	29,37	РТ241С/
	25-Хлеб ржаной	35	2,14	0,42	13,97	68,18	ТК338С/

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
ПОЛДНИК		385	35	19	55	531	
	25-Морковная икра Солнышко	40	0,54	2,05	2,86	31,93	TK1C/8
	25-.Запеканка из творога	130	26,75	10,97	13,34	258,96	P117C/8
	25-Соус молочный сладкий	20	0,62	1,31	2,87	25,71	T2182/8
	25-.Печенье 15/20	15	1,13	1,77	11,24	65,37	P1C/8
	25-Чай с молоком	150	3,19	2,75	10,20	78,30	PT261/8
	25-Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	PC/8
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 1	1428	41	111	170	1840	
ЗАВТРАК		349	15	19	46	410	
	25-Каша геркулесовая на молоке	150	5,68	6,89	20,57	167,05	PT/8
	25-.Яйцо отварное 10/10	10	1,27	1,15	0,07	15,71	PT327C/
	25-Кофейный напиток с молоком	150	4,01	3,30	12,25	94,72	PT2530/
	25-.Батон с маслом с сыром	39	4,05	7,22	12,93	132,82	PT337C/
10 ЧАСОВ		150	0	0	7	30	
	25-Напиток "ЛИМОННЫЙ"	150	0,09	0,01	7,28	29,55	TK282C/
ОБЕД		525	12	12	51	356	
	25-Свекла на гарнир "ЛОМТИК"	30	0,48	0,03	2,82	13,47	PT214C/
	25-.Суп картофельный с рыбой консервы	150	5,38	5,42	11,06	114,38	TP369C/
	25-Биточки "ГУСАРИКИ" из свинины	50	0,77	1,22	4,06	30,27	PT161C/
	25-Сложный гарнир	110	2,40	4,65	12,30	100,51	PT395/8
	25-Компот из смеси сухофруктов	150	0,34		7,00	29,37	PT241C/
	25-Хлеб ржаной	35	2,14	0,42	13,97	68,18	TK338C/
ПОЛДНИК		404	14	80	66	1044	
	25-Тефтели " ШАЛУНИШКИ" в томатном	74	0,76	0,43	5,57	29,24	PT174C/
	25-Омлет с овощами	110	7,89	8,44	4,36	124,96	TK234C/
	25-Крендель с сахаром	50	3,55	6,29	30,89	194,33	415C/8
	25-.Сок 150/180	150	0,75	64,95	15,15	648,15	HPT418/
	25-Хлеб пшеничный 20/20	20	1,52	0,16	9,84	46,88	PC/8
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 2	1429	57	103	174	1851	
ЗАВТРАК		329	11	13	48	353	
	25-. Каша пшеничная молочная жидкая	150	5,52	5,91	21,79	162,47	PT910/8
	25-Какао с молоком	150	3,96	3,37	13,18	98,89	PT2480/
	25-Батон с маслом	29	1,91	3,63	12,90	91,87	KT387C/
10 ЧАСОВ		150	1	65	15	648	
	25-Сок	150	0,75	64,95	15,15	648,15	HPT418/
ОБЕД		535	17	12	67	446	
	25-. Икра кабачковая порционная "АРОМ"	40	0,80		3,26	16,25	PT3280/
	25-Борщ со сметаной	150	2,00	5,39	11,22	101,42	PT27C/8
	25-Котлеты "МЯСНОЙ ФОКУС"	50	9,36	3,46	5,63	91,03	TK343C/

Утверждаю:
Заведующий

Бура О.А.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	25-Рис отварной с овощами	110	2,37	3,22	22,51	128,49	ТР191С/
	25-Компот из свежих яблок	150	0,12		10,01	40,51	РТ240С/
	25-Хлеб ржаной	35	2,14	0,42	13,97	68,18	ТК338С/
ПОЛДНИК		415	28	13	44	404	
	25-.Запеканка из творога	130	26,75	10,97	13,34	258,96	Р117С/8
	25-Соус из повидла 20/20	20	0,04		6,50	26,16	ТК1С/8
	25-.Печенье 15/20	15	1,13	1,77	11,24	65,37	Р1С/8
	25-Яблоки	100	0,35		8,62	35,90	РТ336/8
	25-Кисель из концентрата	150	0,08	0,05	4,21	17,65	ТК484/8
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 3	1392	45	38	155	1137	
ЗАВТРАК		337	11	12	47	339	
	25-.Суп молочный с макаронными издел	150	5,22	4,87	16,81	131,88	РТ440С/
	25-Кофейный напиток с молоком	150	4,01	3,30	12,25	94,72	РТ2530/
	25-.Батон с маслом и повидлом	37	1,94	3,63	18,10	112,80	РТ338С/
10 ЧАСОВ		150	4	5	6	85	
	25-Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	РТ251/8
ОБЕД		545	20	11	56	399	
	25-Салат из свеклы с чесноком "ОБЪЕД	30	0,51	2,03	2,95	32,07	РТ3340/
	25-Суп гороховый	150	3,30	1,80	12,39	78,83	Т255С/8
	25-Жаркое по-домашнему из сердца	180	13,29	6,45	19,75	190,15	РТ153С/
	25-Компот из смеси сухофруктов	150	0,34		7,00	29,37	РТ241С/
	25-Хлеб ржаной	35	2,14	0,42	13,97	68,18	ТК338С/
ПОЛДНИК		360	10	10	46	315	
	25-.Рыба запеченая в омлете 60/80	60	2,39	4,42	1,93	56,99	РТ1381/
	25-Овощи тушеные	110	1,77	2,54	7,55	60,03	РТ393С/
	25-Вафли 20/30	20	0,64	0,56	16,22	72,48	Р2С/8
	25-Чай с молоком	150	3,19	2,75	10,20	78,30	РТ261/8
	25-Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	РС/8
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 4	1469	63	106	187	1952	
ЗАВТРАК		339	32	18	43	461	
	25-Пудинг из творога и риса	130	25,72	10,91	12,61	251,44	ТК25С/8
	25-Фруктовый салат 30/34	30	0,21	0,06	4,44	19,24	КТ44С/8
	25-Какао с молоком	150	3,96	3,37	13,18	98,89	РТ2480/
	25-Батон с маслом	29	1,91	3,63	12,90	91,87	КТ387С/
10 ЧАСОВ		150	1	65	15	648	
	25-Сок	150	0,75	64,95	15,15	648,15	НРТ418/
ОБЕД		535	8	9	66	384	
	25-Салат витаминный	30	0,33	2,01	2,39	28,90	РТ2С/8
	25-Суп Кудрявый	150	3,08	3,00	12,72	90,04	ТК372С/

Утверждаю:
Заведующий

Бура О.А.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	25-Плов "ВОСТОРГ" из отварной свинины	170	2,60	3,81	25,57	146,87	T1630C/
	25-Напиток из шиповника	150	0,34	0,14	11,82	49,88	TP2560/
	25-Хлеб ржаной	35	2,14	0,42	13,97	68,18	TK338C/
ПОЛДНИК		445	22	14	62	459	
	25-. Суфле из кур	60	14,64	5,09	1,71	111,17	PT183C/
	25-Свекла тушеная в сметане	60	1,02	1,68	5,34	40,51	TK145/8
	25-Коржик молочный	55	4,69	6,72	29,32	196,47	PT279C/
	25-Яблоки	100	0,35		8,62	35,90	PT336/8
	25-Чай с сахаром	150			7,01	28,00	PT2630/
	25-Хлеб пшеничный 20/20	20	1,52	0,16	9,84	46,88	PC/8
	НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 5	1428	41	42	176	1241	
ЗАВТРАК		339	14	17	43	380	
	25-Каша кукурузная молочная жидкая	150	5,17	6,14	22,88	167,50	PT910C/
	25-Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	7,05	79,35	PT255/8
	25-. Батон с маслом с сыром	39	4,05	7,22	12,93	132,82	PT337C/
10 ЧАСОВ		150	0	0	7	30	
	25-Напиток "ЛИМОННЫЙ"	150	0,09	0,01	7,28	29,55	TK282C/
ОБЕД		559	9	12	68	413	
	25-Морковная икра Солнышко	40	0,54	2,05	2,86	31,93	TK1C/8
	25-Рассольник ленинградский со сметаной	150	1,78	4,60	11,35	93,88	PT330/8
	25-Тефтели " ШАЛУНИШКИ" в томатном соусе	74	0,76	0,43	5,57	29,24	PT174C/
	25-. Макароны изделия отварные с овощами	110	3,93	4,07	24,31	149,51	PT194C/
	25-Компот из свежих яблок	150	0,12		10,01	40,51	PT240C/
	25-Хлеб ржаной	35	2,14	0,42	13,97	68,18	TK338C/
ПОЛДНИК		380	18	13	57	418	
	25-Сельдь слабосоленая порционно	45	7,65	3,83		65,03	331C/8
	25-Картофельное пюре	110	2,97	3,35	18,40	115,57	KT206C/
	25-. Пирожок с яйцом	55	6,15	5,50	22,19	162,74	PT294C/
	25-Чай с сахаром	150			7,01	28,00	PT2630/
	25-Хлеб пшеничный 20/20	20	1,52	0,16	9,84	46,88	PC/8
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 1	1441	54	46	173	1318	
ЗАВТРАК		346	11	15	53	391	
	25-Каша пшеничная молочная вязкая	150	4,95	6,15	18,19	147,87	T340C/8
	25-Какао с молоком	150	3,96	3,37	13,18	98,89	PT2480/
	25-. Батон с маслом и повидлом	46	2,34	5,22	22,00	144,32	PT338C/
10 ЧАСОВ		150	4	5	6	85	
	25-Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	PT251/8
ОБЕД		555	21	15	59	454	
	25-Салат капустное ассорти с картофелем	30	0,46	2,07	2,40	30,12	T413C/8

Утверждаю:
Заведующий

Бура О.А.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	25-Суп картофельный с рыбными фрика	170	4,60	2,37	10,10	79,95	ТК12С/8
	25-Сердце в сметанном соусе	60	5,98	6,75	5,06	104,88	РТ162С/
	25-Горошница 110/130	110	7,32	3,41	15,29	121,10	РТ356С/
	25-Напиток из шиповника	150	0,34	0,14	11,82	49,88	ТР2560/
	25-Хлеб ржаной	35	2,14	0,42	13,97	68,18	ТК338С/
ПОЛДНИК		390	18	11	54	388	
	25-Винегрет "РАДУГА" овощной	100	1,64	3,19	8,35	68,54	ТК1С/8
	25-Мясной хлебец "Деликатесный"	60	11,48	4,72	3,12	100,84	ТК297С/
	25-.Пирожок с яблоком	60	3,27	2,91	26,17	143,90	РТ437С/
	25-Чай с сахаром	150			7,01	28,00	РТ2630/
	25-Хлеб пшеничный 20/20	20	1,52	0,16	9,84	46,88	РС/8
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 2	1415	38	99	141	1608	
ЗАВТРАК		350	17	16	36	355	
	25-Омлет натуральный	130	9,74	11,60	3,85	158,79	РТ110С/
	25-Кукуруза сладкая	40	0,89	0,16	4,51	23,05	Н2/8
	25-Кофейный напиток с молоком	150	4,01	3,30	12,25	94,72	РТ2530/
	25-Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,51	РТ110С/
10 ЧАСОВ		150	1	65	15	648	
	25-Сок	150	0,75	64,95	15,15	648,15	НРТ418/
ОБЕД		535	8	11	58	363	
	25-.Салат из моркови и яблок	30	0,26	2,02	3,19	31,94	РТ10С/8
	25-Свекольник со сметаной	150	2,06	3,58	12,54	90,63	РТ340С/
	25-Голубцы ленивые "КАК У БАБУШКИ"	60	0,75	2,10	4,37	39,43	ТК31С/8
	25-Картофель отварной	110	2,05	3,30	16,47	103,82	-
	25-Компот из смеси сухофруктов	150	0,34		7,00	29,37	РТ241С/
	25-Хлеб ржаной	35	2,14	0,42	13,97	68,18	ТК338С/
ПОЛДНИК		380	13	7	32	242	
	25-Суфле из рыбы "Золотая рыбка"	60	10,14	2,66	1,19	69,17	РТ359С/
	25-.Салат из свеклы	50	0,64	4,04	5,73	61,79	РТ3340/
	25-Яблоки	100	0,35		8,62	35,90	РТ336/8
	25-Чай с сахаром	150			7,01	28,00	РТ2630/
	25-Хлеб пшеничный 20/20	20	1,52	0,16	9,84	46,88	РС/8
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 3	1396	61	117	172	1978	
ЗАВТРАК		346	14	17	52	419	
	25-Каша кукурузная молочная жидкая	150	5,17	6,14	22,88	167,50	РТ910С/
	25-Сырный ломтик	10	2,63	2,66		34,43	ТК1/8
	25-Какао с молоком	150	3,96	3,37	13,18	98,89	РТ2480/
	25-Батон с маслом 30/6	36	2,30	5,22	15,50	118,16	КТ387С/
10 ЧАСОВ		150	8	5	5	94	

Утверждаю:
Заведующий

Бура О.А.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	25-Йогурт питьевой	150	7,50	4,80	5,25	94,20	РТ346/8
ОБЕД		525	8	15	56	394	
	25-Салат из капусты с зеленым горошко	30	0,91	4,04	2,26	48,98	ТКСТ/8
	25-Суп полевой со сметаной	150	2,00	4,74	12,76	101,61	РТ370/8
	25-Котлета "Затейники" из свинины	50	1,17	1,50	6,42	43,82	P283C/8
	25-Рагу из овощей	110	1,80	4,40	11,00	90,72	РТ770C/
	25-Компот из свежих яблок	150	0,12		10,01	40,51	РТ240C/
	25-Хлеб ржаной	35	2,14	0,42	13,97	68,18	ТК338C/
ПОЛДНИК		375	31	79	58	1071	
	25-.Запеканка из творога	130	26,75	10,97	13,34	258,96	P117C/8
	25-Соус молочный сладкий 20/30	20	0,62	1,31	2,87	25,71	T2182/8
	25-.Фруктовый салат 40/50	40	0,31	0,10	5,88	25,65	КТ44C/8
	25-.Печенье 15/20	15	1,13	1,77	11,24	65,37	P1C/8
	25-.Сок 150/180	150	0,75	64,95	15,15	648,15	HPT418/
	25-Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	PC/8
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 4	1426	61	52	170	1392	
ЗАВТРАК		346	12	15	49	374	
	25-Каша "Дружба"	150	5,35	5,61	19,73	150,78	РТ84C/8
	25-Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	7,05	79,35	РТ255/8
	25.- Батон с маслом и повидлом	46	2,34	5,22	22,00	144,32	РТ338C/
10 ЧАСОВ		150	4	5	6	85	
	25-Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	РТ251/8
ОБЕД		535	20	15	60	452	
	25-Салат картофельный с соленым огур	30	0,49	2,10	3,56	34,96	РТ23C/8
	25-Щи с капустой, картофелем и сметан	150	1,63	3,54	9,18	75,04	РТ56C/8
	25-.Запеканка овощная с печенью	60	11,18	4,45	6,29	109,84	ТК7C/8
	25-Каша гречневая с маслом	110	4,44	4,06	20,04	134,42	РТ186C/
	25-Компот из смеси сухофруктов	150	0,34		7,00	29,37	РТ241C/
	25-Хлеб ржаной	35	2,14	0,42	13,97	68,18	ТК338C/
ПОЛДНИК		395	24	18	55	481	
	25-Биточки рыбные в томатном соусе	60	9,82	3,02	4,24	83,35	-
	25-Омлет с овощами	110	7,89	8,44	4,36	124,96	ТК234C/
	25-Коржик молочный	55	4,69	6,72	29,32	196,47	РТ279C/
	25-Напиток "ЛИМОННЫЙ"	150	0,09	0,01	7,28	29,55	ТК282C/
	25-Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	PC/8
	НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 5	1384	59	108	173	1900	
ЗАВТРАК		339	13	16	48	386	
	25-Каша ячневая молочная	150	5,30	5,27	21,42	154,25	РТ99C/8
	25-Какао с молоком	150	3,96	3,37	13,18	98,89	РТ2480/

Утверждаю:
Заведующий

Бура О.А.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	25-Батон с маслом с сыром	39	4,05	7,22	12,93	132,82	РТ337С/
10 ЧАСОВ		150	1	65	15	648	
	25-Сок	150	0,75	64,95	15,15	648,15	НРТ418/
ОБЕД		555	18	15	62	451	
	25-Салат из морской капусты с яйцом "Ж"	30	1,44	3,19	0,07	34,71	РТ407С/
	25-Суп картофельный с макаронными и	150	1,67	1,36	11,85	66,20	Т38С/8
	25-Картофельная запеканка с курицей	170	12,71	7,60	24,68	217,91	ТК335С/
	25-Соус сметанный	20	0,32	1,94	2,01	26,72	РТ226С/
	25-Компот из замороженных ягод	150	0,15	0,06	9,11	37,58	ТК492/8
	25-Хлеб ржаной	35	2,14	0,42	13,97	68,18	ТК338С/
ПОЛДНИК		340	27	13	49	414	
	25-Салат из моркови и яблок	30	0,26	2,02	3,19	31,94	РТ10С/8
	25-Вареники ленивые	120	23,84	9,07	28,31	290,13	РТ116С/
	25-Соус молочный сладкий	20	0,80	1,25	3,36	27,85	Т2182/8
	25-Кисель из концентрата	150	0,08	0,05	4,21	17,65	ТК484/8
	25-Хлеб пшеничный 20/20	20	1,52	0,16	9,84	46,88	РС/8
	НЕДЕЛЯ 5 ДЕНЬ 1	1411	47	42	182	1291	
ЗАВТРАК		346	14	17	50	414	
	25-Каша пшеничная молочная жидкая	150	5,52	5,91	21,79	162,47	РТ910/8
	25-Какао с молоком	150	3,96	3,37	13,18	98,89	РТ2480/
	25- Батон с маслом с сыром	46	4,93	7,88	15,50	152,59	РТ337С/
10 ЧАСОВ		150	4	5	6	85	
	25-Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	РТ251/8
ОБЕД		535	10	8	67	381	
	25-Икра кабачковая порционная "АРОМ"	40	0,80		3,26	16,25	РТ3280/
	25-Суп-пюре из разных овощей	150	2,41	2,97	12,77	87,39	ТК135С/
	25-Котлета "Затейники" из свинины	50	1,17	1,50	6,42	43,82	Р283С/8
	25-Картофельное пюре	110	2,97	3,35	18,40	115,57	КТ206С/
	25-Напиток из шиповника	150	0,34	0,14	11,82	49,88	ТР2560/
	25-Хлеб ржаной	35	2,14	0,42	13,97	68,18	ТК338С/
ПОЛДНИК		380	18	11	59	412	
	25-Тефтели из печени с рисом	50	10,39	4,55	6,75	109,49	ТР174С/
	25-Овощи тушеные	110	1,77	2,54	7,55	60,03	РТ393С/
	25-Булочка "Домашняя"	50	4,39	4,15	28,10	167,33	2740С/8
	25-Чай с сахаром	150			7,01	28,00	РТ2630/
	25-Хлеб пшеничный 20/20	20	1,52	0,16	9,84	46,88	РС/8
	ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	29675	1062	1590	3510	32588	

Утверждаю:
Заведующий

Бура О.А.

Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МАДОУ "ДС № 48 г. Челябинска"

Приложение №12
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	1413	51	76	167	1552	
	Содержание БЖУ в % от калорийности		13	44	43		

Перечень технологических сборников, используемых при составлении данного меню:

8 Детский сад № 378 г. Челябинск, технолог Старцева О.Ю.

ОБЕД	30-картофельное пюре	120	0,34	0,14	11,85	96,39	БЛ30001
	30-картофельное пюре	110	0,31	0,13	10,90	88,23	БЛ30002
	30-картофельное пюре	20	0,11	0,05	0,75	6,05	БЛ30003
	30-картофельное пюре	120	0,34	0,14	11,85	96,39	БЛ30004
	30-картофельное пюре	40	0,14	0,06	3,78	30,38	БЛ30005
ОБЕД		230	0,40	0,18	15,63	127,14	
10-УСОВ	30-картофельное пюре	120	0,34	0,14	11,85	96,39	БЛ30006
	30-картофельное пюре с маслом	30	0,11	0,05	0,75	6,05	БЛ30007
	30-картофельное пюре	120	0,34	0,14	11,85	96,39	БЛ30008
	30-картофельное пюре	120	0,34	0,14	11,85	96,39	БЛ30009
УЗНАКОМ		240	0,40	0,18	15,63	127,14	
	30-картофельное пюре	120	0,34	0,14	11,85	96,39	БЛ30010
	30-картофельное пюре	120	0,34	0,14	11,85	96,39	БЛ30011
	30-картофельное пюре	30	0,11	0,05	0,75	6,05	БЛ30012
	30-картофельное пюре	120	0,34	0,14	11,85	96,39	БЛ30013
	30-картофельное пюре	30	0,11	0,05	0,75	6,05	БЛ30014
УЗНАКОМ		240	0,40	0,18	15,63	127,14	
	30-картофельное пюре	30	0,11	0,05	0,75	6,05	БЛ30015
	30-картофельное пюре	120	0,34	0,14	11,85	96,39	БЛ30016
	30-картофельное пюре	30	0,11	0,05	0,75	6,05	БЛ30017
	30-картофельное пюре	120	0,34	0,14	11,85	96,39	БЛ30018
	30-картофельное пюре	120	0,34	0,14	11,85	96,39	БЛ30019
	30-картофельное пюре	30	0,11	0,05	0,75	6,05	БЛ30020
ОБЕД		230	0,40	0,18	15,63	127,14	
10-УСОВ	30-картофельное пюре	120	0,34	0,14	11,85	96,39	БЛ30021
	30-картофельное пюре с маслом	30	0,11	0,05	0,75	6,05	БЛ30022
УЗНАКОМ		240	0,40	0,18	15,63	127,14	
	30-картофельное пюре	120	0,34	0,14	11,85	96,39	БЛ30023
	30-картофельное пюре	120	0,34	0,14	11,85	96,39	БЛ30024
	30-картофельное пюре	30	0,11	0,05	0,75	6,05	БЛ30025
	30-картофельное пюре	120	0,34	0,14	11,85	96,39	БЛ30026
	30-картофельное пюре	120	0,34	0,14	11,85	96,39	БЛ30027
	30-картофельное пюре	30	0,11	0,05	0,75	6,05	БЛ30028
ОБЕД		230	0,40	0,18	15,63	127,14	
10-УСОВ	30-картофельное пюре	120	0,34	0,14	11,85	96,39	БЛ30029
	30-картофельное пюре с маслом	30	0,11	0,05	0,75	6,05	БЛ30030