Подписан: МБДОУ "ДЕТСКИЙ САД № 1 "ЗОЛОТАЯ РЫБКА"
DN: STREET="УЛИЦА ХАКУРАТЕ, 459, А", S=01 РЕСПУБЛИКА АДЫГЕЯ, L=ГОРОД МАЙКОП, C=RU, G=Светлана Николаевна, SN=Папина, CN="МБДОУ "" ДЕТСКИЙ САД № 1 ""ЗОЛОТАЯ РЫБКА""", T=Заведующая, O="МБДОУ ""ДЕТСКИЙ САД № 1 "" ЗОЛОТАЯ РЫБКА""", E=mkucbou@mail.ru, ИНН=000105052101, СНИЛС=06043305513, ОГРН=1070105002010
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2021.12.28 14:39:03+03'00'

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МБДОУ «Детский сад № 1 «Золотая рыбка»
С.Н.Папина

Примерное цикличное меню							
1 неделя, 1 день, ясли							
Прием пищи	**Наименование блюда**	**Вес блюда,гр/шт.**	**Пищевые вещества**			**Энергетическая ценность**	**№ рецептуры**
			Белки	**Жиры**	**Углеводы**		
Завтрак	Суп молочный с вермишелью	180	6,62	5,86	24,03	176,16	№ 180
	Чай с сахаром	160	0	0	5	20	№ 160
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	№ 122
	Масло сливочное	5	0,04	3,6	0,06	32,35	№ 6
	Отварное яйцо	40	5,1	4,6	0,3	63	№ 310
Итого за завтрак		**405**	**13,34**	**14,26**	**39,05**	**338,51**	
2-№ завтрак	Сок фруктовый	160	0,66	0,13	21	88	№532
Итого за 2-й завтрак		**160**	**0,66**	**0,13**	**21**	**88**	
Обед	Борщ со свеклой и капустой	180	2,65	5,16	14,74	80,93	№ 142
	Плов из отварной курицы	130	11,94	16,24	22,54	284,16	№ 180
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	№ 122
	Хлеб ржаной	40	3,08	0,56	15,08	80,4	№ 124
	Компот из сухофруктов	160	0,58	0,12	9,76	60,5	№ 241
Итого за обед		**530**	**19,83**	**22,28**	**71,78**	**552,99**	
Полдник	Рагу из овощей	160	2,99	5,38	17,3	130,16	№ 210
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	№ 122
	Пирожок с повидлом	65	6,4	3,18	34,29	191,29	№ 556
	Какао с молоком	160	4,65	3,94	8,7	62,3	№ 508
	Фрукты свежие	123	0,5	0,5	12,05	58	№ 126
Итого за полдник		**528**	**16,12**	**13,2**	**82**	**488,75**	
Итого за день		**1623**	**49,95**	**49,87**	**213,83**	**1468,25**	

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МБДОУ «Детский сад № 1 «Золотая рыбка»
С.Н.Папина

Примерное цикличное меню							
1 неделя, 2 день, ясли							
Прием пищи	**Наименование блюда**	**Вес блюда,гр/шт.**	**Пищевые вещества**			**Энергетическая ценность**	**№ рецептуры**
			Белки	**Жиры**	**Углеводы**		
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	180	6,49	7,21	24,31	189,36	№ 277
	Чай с молоком	160	2,9	2,5	7,4	47	№ 507
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	24,89	70,5	№ 122
	Масло сливочноне	5	0,04	3,6	0,06	32,35	№ 6
	Сыр в порции нарезанный	10	2,32	2,92	0	36,4	№ 114
Итого за завтрак		**385**	**14,12**	**16,53**	**56,66**	**375,61**	
2-№ завтрак	Яблоко	123	0,5	0,5	12,05	58	№ 126
Итого за 2-й завтрак		**123**	**0,5**	**0,5**	**12,05**	**58**	
Обед	Свекольник	180	2,17	3,32	13,55	97,18	№ 145
	Жаркое по домашнему	160	16,33	14,59	18,04	269,14	№ 276
	Зеленый горошек консервированный	50	1,61	0,1	3,38	20,8	ТКТ
	Хлеб ржаной	40	3,08	0,56	15,08	80,4	№ 124
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	№ 122
	Компот из сухофруктов	160	0,58	0,12	9,76	60,5	№ 241
Итого за обед		**610**	**25,35**	**18,89**	**69,47**	**575,02**	
Полдник	Сырники из творога	90	16,18	10,68	19,94	234,04	№ 231
	Соус сметанный	40	1,35	5,31	4,8	54,75	№ 454
	Йогурт	145	7,1	4,54	4,97	96,56	№ 531
	Пряник	25	0,72	0,42	11,65	50,37	№ 603
Итого за полдник		**300**	**25,35**	**20,95**	**41,36**	**435,72**	
Итого за день		**1418**	**65,32**	**56,87**	**179,5**	**1444,35**	

Примерное цикличное меню							
1 неделя, 3 день, ясли							
Прием пищи	**Наименование блюда**	**Вес блюда,гр/ шт.**	**Пищевые вещества**			**Энергетическая ценность**	**№ рецептуры**
			Белки	**Жиры**	**Углеводы**		
Завтрак	Омлет	90	8,52	12,15	1,91	108,97	№ 311
	Зеленый горошек консервированный	50	1,61	0,1	3,38	20,8	ТТК
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	24,89	70,5	№ 122
	Масло сливочноне	5	0,04	3,6	0,06	32,35	№ 6
	Сыр в порции нарезанный	10	2,32	2,92	0	36,4	№ 114
	Кофейный напиток на молоке	160	4,35	3,75	8,6	60,5	№ 514
Итого за завтрак		**345**	**19,21**	**22,82**	**38,84**	**329,52**	
2-№ завтрак	Сок фруктовый	160	0,66	0,13	21	88	№ 532
Итого за 2-й завтрак		**160**	**0,66**	**0,13**	**21**	**88**	
Обед	Суп картофельный к бобовыми	180	5,94	2,74	19,95	128,8	№ 158
	Пудинг из говядины	60	15,31	16,34	0,73	211,36	№ 290
	Икра из отварной свеклы	80	1,94	5,62	11,44	10,42	№ 133
	Хлеб ржаной	40	3,08	0,56	15,08	80,4	№ 124
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	№ 122
	Компот из сухофруктов	160	0,58	0,12	9,76	60,5	№ 241
Итого за обед		**540**	**28,43**	**25,58**	**66,62**	**538,48**	
Полдник	Запеканка из творога	90	15,42	10,38	6,2	209,71	№ 237
	Соус молочный	40	1,19	2,74	5,95	53,46	№ 452
	Кефир	145	4,2	3,62	5,8	76,85	№ 530
	Яблоко	123	0,5	0,5	12,05	58	№ 126
	Булочка	60	5,82	2,22	31,8	170,66	№ 588
Итого за полдник		**458**	**21,31**	**17,24**	**30**	**398,02**	

Итого за день		**1503**	**69,61**	**65,77**	**156,5**	**1354,02**	