Тарасова Светлана Николаевна

Подписан: Тарасова Светлана Николаевна
DN: ИНН=614002941300, СНИЛС=03052677325, E=azov_dou6@mail.ru, C=RU, S=Ростовская область, L=г.Азов, O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 6 Г. АЗОВА, G=Светлана Николаевна, SN=Тарасова, OID.1.2.840.113549.1.9.2=1.2.643.3.61.1.1.6.502710.3.4.2.1, CN=Тарасова Светлана Николаевна
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2022.01.28 11:37:27+03'00'
Foxit Reader Версия: 10.1.1

Утверждаю:
Зав.МБДОУ № 6 г. Азова_____
Приказ от_____№_____

Примерное 10 - дневное меню для организации питания детей МБДОУ № 6 г. Азова

(составлено на основании СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", сборника рецептур на продукцию для питания детей в ДОО (под редакцией М. П. Могильного, 2015)

Понедельник 1 день		Вторник 2 день		Среда 3 день		Четверг 4 день		Пятница 5 день	
Наименование блюда	Выход ясли/сад	Наименование блюда	Выход ясли/сад	Наименование блюда	Выход ясли/сад	Наименование блюда	Выход ясли/сад	Наименование блюда	Выход ясли/сад
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Завтрак 1 день		**Завтрак 2 день**		**Завтрак 3 день**		**Завтрак 4 день**		**Завтрак 5 день**	
Каша с фруктами (рецептура № 195)	150/200	Запеканка со свежими плодами (рецептура № 204)	160/220	Лапшевник с творогом (рецептура № 226)	130/150	Пюре картофельное (рецептура № 339)	120/150	Вареники ленивые (отварные) (рецептура № 244)	110/150
Чай с сахаром (рецептура № 411)	200/200	повидло	10/20	сметана	20/20	Сельдь (рецептура № 8)	90/90	сметана	20/25
Бутерброд с сыром (рецептура № 3)	36/42	Кофейный напиток с молоком (рецептура № 414)	200/200	Какао с молоком (рецептура № 416)	200/200	Чай с сахаром (рецептура № 411)	200/200	Кофейный напиток с молоком (рецептура № 414)	200/200
		Бутерброд с маслом (рецептура № 1)	28/35	Бутерброд с маслом (рецептура № 1)	28/30	Бутерброд с сыром (рецептура № 3)	36/47	Бутерброд с маслом (рецептура № 1)	28/30
						Хлеб пшеничный	10/15		
Второй завтрак 1 день		**Второй завтрак 2 день**		**Второй завтрак**		**Второй завтрак 4 день**		**Второй завтрак 5 день**	
Сок или напиток	90/100	Сок или напиток	100/100	Сок или напиток	100/100	Сок или напиток	95/100	Сок или напиток	95/100
Обед 1 день		**Обед 2 день**		**Обед 3 день**		**Обед 4 день**		**Обед 5 день**	

Салат из белокачанной капусты (рецептура №21 по сезону)	50/50	Салат из моркови (рецептура №42 по сезону)	50/50	Салат из соленых огурцов с луком (рецептура № 20 по сезону)	50/50	Салат из свеклы и горошка (рецептура № 35 по сезону)	50/50		
Борщ с капустой и картофелем (рецептура № 63)	150/200	Суп картофельный с бобовыми (рецептура № 87)	150/200	Суп картофельный с клёцками (рецептура № 91)	150/200	Борщ с капустой и картофелем (рецептура № 63	150/200	Борщ летний (со свеклой) (рецептура № 70)	150/200
Котлета рубленая (рецептура № 298)	60/70	Котлета рыбная запеченная (рецептура № 271)	70/80	Плов из птицы (рецептура № 321)	160/200	Тефтели (рецептура № 303)	70/80	Говядина тушеная с капустой (рецептура № 371)	160/200
Гарнир- каша крупяная вязкая (рецептура № 331)	120/150	гарнир – картофель отварной (рецептура 336)	120/150			Соус томатный с овощами (рецептура 349)	20/20		
Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150/200	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150/200	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150/200	гарнир – каша вязкая крупяная (рецептура 331)	100/130	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150/200
Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	40/40	Хлеб пшеничный	30/40	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150/200	Хлеб пшеничный	30/40
Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб ржаной	40/50
						Хлеб ржаной	40/50		
Полдник 1 день		**Полдник 2 день**		**Полдник 3 день**		**Полдник 4 день**		**Полдник 5 день**	

Ряженка (кефир) (рецептура № 420)	135/150	Ряженка (кефир) (рецептура № 420)	135/150	Ряженка (кефир) (рецептура № 420)	135/150	Ряженка (рецептура № 420)	135/150	Ряженка (кефир) (рецептура № 420)	135/150
Кондитерское изделие	12/20	Булочка домашняя (рецептура 452)	70/70	Кондитерское изделие	12/20	Кондитерское изделие	12/20	Кондитерское изделие	12/20
Свежие фрукты	80/ 75	Свежие фрукты	80/ 75	Свежие фрукты	60/ 60	Свежие фрукты	85/ 79	Свежие фрукты	80/ 75
Ужин 1 день		**Ужин 2 день**		**Ужин 3 день**		**Ужин 4 день**		**Ужин 5 день**	
Яйцо варёное (рецептура № 227)	35/35	Кондитерское изделие	10/15	Салат из свеклы с зеленью (рецептура № 34по сезону)	70/50	Яйцо вареное	35/35	Салат из зеленого горошка (рецептура № 10 по сезону)	50/50
Икра свекольная (рецептура №55)	160/200	Каша пшенная молочная жидкая (рецептура № 199)	200/250	Омлет с сыром (рецептура № 230)	150/190	Суп молочный с макаронными изделиями (рецептура № 100)	200/250	Запеканка картофельная с печенью (рецептура № 308) Соус томатный с овощами (рецептура № 349)	180/200 20/20
Кофейный напиток с молоком (рецептура № 414)	200/200	Какао с молоком (рецептура № 416)	200/200	Чай с сахаром (рецептура № 411)	200/200	Кофейный напиток с молоком (рецептура № 414)	200/200	Какао с молоком (рецептура № 416)	200/200
Хлеб пшеничный	10/20			Хлеб пшеничный	10/20			Хлеб пшеничный	10/2
Понедельник 6 день		**Вторник 7 день**		**Среда 8 день**		**Четверг 9 день**		**Пятница 10 день**	
Наименование блюда	**Выход ясли/сад**	**Наименование блюда**	**Выход ясли/сад**	**Наименование блюда**	**Выход ясли/сад**	**Наименование блюда**	**Выход ясли/сад**	**Наименование блюда**	**Выход ясли/сад**
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Завтрак 6 день		Завтрак 7 день		Завтрак 8 день		Завтрак 9 день		Завтрак 10 день	
				Запеканка из творога с рисом (рецептура № 250)	130/155			Сырники из творога (рецептура № 245)	110/150
Каша рассыпчатая пшенная с фруктами (рецептура № 181)	130/180	Яйцо вареное (рецептура № 227)	35/35	сметана	20/20	Картофель отварной (рецептура № 336)	120/150	сметана	20/20
Чай с сахаром (рецептура № 411)	200/200	Икра кабачковая консервированная (рецептура № 57)	150/180	Какао с молоком (рецептура № 642)	200/200	Рыба отварная (рецептура № 256)	90/90	Кофейный напиток с молоком (рецептура № 414)	200/200
Бутерброд с сыром (рецептура № 3)	36/47	Кофейный напиток с молоком (рецептура № 414)	200/200	Бутерброд с маслом (рецептура № 1)	28/30	Чай с сахаром (рецептура № 411)	200/200	Бутерброд с маслом (рецептура № 1)	28/30
		Бутерброд с маслом (рецептура № 1)	28/40			Бутерброд с сыром (рецептура № 3)	36/48		
Второй завтрак 6 день		**Второй завтрак 7 день**		**Второй завтрак 8 день**		**Второй завтрак 9 день**		**Второй завтрак 10 день**	
Сок или напиток	95/100	Сок или напиток	100/100	Сок или напиток	100/100	Сок или напиток	90/100	Сок или напиток	90/100
Обед 6 день		**Обед 7 день**		**Обед 8 день**		**Обед 9 день**		**Обед 10 день**	
Салат из огурцов (рецептура №20 по сезону)	50/50	Салат из капусты (рецептура №21 по сезону)	50/50	Салат из моркови (рецептура №42 по сезону)	50/50	Салат из зеленого горошка (рецептура №10 по сезону)	50/50	Салат из свеклы с огурцом (рецептура №37 по сезону)	50/50

Борщ с капустой и картофелем (рецептура № 63)	150/200	Суп картофельный с бобовыми (рецептура № 87)	150/200	Суп картофельный с макаронными изделиями (рецептура № 88)	150/200	Борщ с капустой и картофелем (рецептура № 63)	150/250	Рассольник на мясном бульоне (рецептура № 80)	150/200
Плов из мяса (рецептура № 295)	150/200	Рыба припущенная (рецептура № 259)	70/80	Котлета рубленная из кур (рецептура № 324)	60/80	Макаронник с печенью (рецептура № 309)	160/210	Бефстроганов из отварного мяса (рецептура № 294)	70/70
		гарнир - пюре картофельное (рецептура № 339)	120/150	Гарнир- каша крупяная вязкая (рецептура № 331)	100/130			гарнир - пюре картофельное (рецептура № 339)	120/150
Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150/200	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150/200	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150/200	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150/200	Компот из сушеных фруктов (рецептура № 394)	150/200
Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40	Хлеб пшеничный	30/40
Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50	Хлеб ржаной	40/50
Полдник 6 день		**Полдник 7 день**		**Полдник 8 день**		**Полдник 9 день**		**Полдник 10 день**	
Ряженка (кефир) (рецептура № 645)	135/150	Ряженка (рецептура № 645)	135/150	Ряженка (кефир) (рецептура № 645)	135/150	Ряженка (кефир) (рецептура № 645)	135/150	Ряженка (кефир) (рецептура № 645)	135/150
Кондитерское изделие	12/20	Кондитерское изделие	12/20	Кондитерское изделие	12/20	Булочка домашняя (рецептура 452)	70/70	Кондитерское изделие	12/20
Свежие фрукты	80/ 80	Свежие фрукты	80/ 80	Свежие фрукты	80/ 75	Свежие фрукты	80/ 75	Свежие фрукты	60/ 60
Ужин 6 день		**Ужин 7 день**		**Ужин 8 день**		**Ужин 9 день**		**Ужин 10 день**	

Салат из моркови св. с изюмом (рецептура № 42 по сезону) Оладьи (рецептура № 432)	50/50 150/160	Рагу из овощей (рецептура № 148) Кондитерское изделие	200/220	Салат из свеклы (рецептура №34 по сезону)	50/50	Кондитерское изделие	10/230	Яйцо вареное (рецептура № 227) Котлета капустная (рецептура № 155)	35/35 170/170
Повидло	10/20			Омлет натуральный (рецептура № 229)	180/180	Каша овсяная молочная жидкая (рецептура № 199)	200/250	Соус томатный с овощами (рецептура № 349)	20/20
Кофейный напиток с молоком (рецептура № 414)	200/200	Какао с молоком (рецептура № 416) Хлеб пшеничный	200/200 10/20	Чай с сахаром (рецептура № 411) Хлеб пшеничный	200/200 10/.20	Кофейный напиток с молоком (рецептура № 637)	200/200	Какао с молоком (рецептура № 416) Хлеб пшеничный	200/200 10/20