УТВЕРЖДЕНО
приказом заведующего
МБДОУ «Детский сад №199»
от 31.08.2026 №68/2-осн
Легостаева Анна Сергеевна Подписано цифровой подписью: Легостаева Анна Сергеевна Дата: 2026.09.02 15:27:54 +07'00' А.С. Легостаева

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ

возрастная категория от 1,5 до 3 лет
МБДОУ «Детский сад №199»

г. Барнаул 2026

ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ

При изготовлении блюд, включенных в меню, используются продукты с содержание йода:

- Молоко йодированное;
- Соль йодированная;
- Хлеб йодированный.

Используемая литература:

- Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПин 2.3/2.4.4282-26 Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций.
- Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий, Уральский региональный центр питания (г.Пермь), 2021 год. Под редакцией А.Я. Перевалова и Н.В.Тапешкина.
- Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях, Могильный М.П., Тутельян В.А., Москва,2016 год.
- Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в дошкольных образовательных организациях, Новосибирск,2022

Утверждаю Заведующая _____ А.С.Легостаева

Меню приготавливаемых блюд **Возрастная категория : Ясли МБДОУ"Детский сад № 199"**

Приложение № 8 к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Прием пищи	*Наименование блюда*	*Вес блюда*	*Пищевые вещества, г.*			*Энергет. ценность*	*№ рецептуры*
			Б	*Ж*	*У*		
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1						
ЗАВТРАК							
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,84	267,00
	Каша "Дружба" молочная с маслом	140	4,80	6,09	21,81	154,57	229
	Батон с маслом	30	1,59	3,28	12,39	78,75	72/73/1
	Чай с сахаром	180			7,00	28,02	54-2гн
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**390**	**6,39**	**9,37**	**41,48**	**324,18**	
ОБЕД							
	Закуска из лука (вареная морковь порц.)	30	0,42	2,06	2,48	30,12	11
	Суп полевой со смет.	150	1,84	4,55	11,67	100,31	86
	Котлеты из говядины	60	9,48	10,04	6,14	152,79	299
	Капуста тушеная	110	2,72	2,62	7,67	65,11	380
	Компот из св. яблок и изюма с вит.С	150	0,12		10,28	41,56	54-4хн
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	43,80	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	39,80	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**540**	**17,32**	**19,67**	**56,06**	**473,49**	
ПОЛДНИК							
	Печенье	30	2,03	2,65	20,09	112,27	582
	Сок	170			2,58	106,93	418
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	**200**	**2,03**	**2,65**	**22,67**	**219,2**	
УЖИН							
	Сырники из творога	100	22,97	7,72	17,20	194,91	176/1
	Соус молочный сладкий	25	1,19	1,61	4,54	31,12	406
	Какао с молоком	160	2,43	2,12	7,83	60,15	462/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	43,80	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	8,00	39,80	574/1
	Яблоки	95	0,37		9,31	38,76	446
	ИТОГО ЗА УЖИН	**420**	**29,7**	**11,85**	**56,72**	**408,54**	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	**1550**	**55,44**	**43,54**	**176,93**	**1425,41**	

Утверждаю:
Заведующая А.С.Легостаева

Меню приготавливаемых блюд **Возрастная категория :**

Ясли МБДОУ"Детский сад № 199"

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Прием пищи	*Наименование блюда*	*Вес блюда*	*Пищевые вещества, г.*			*Энергет. ценность*	*№ рецептуры*
			Б	*Ж*	*У*		
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2						
ЗАВТРАК							
	Яблоки	95	0,33		8,08	33,63	446,00
	Каша молочная из "Геркулеса" жидкая	130	4,66	5,99	17,25	136,33	54-29к
	Батон с маслом, сыром	32	3,41	5,09	10,17	100,11	72/73/1
	Кофейный напиток с молоком	150	2,58	2,66	10,72	77,12	465
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**407**	**10,98**	**13,74**	**46,22**	**347,19**	
ОБЕД							
	Икра кабачкова	30	0,15		1,16	5,24	150
	Суп из овощей с зел.гор., со смет., на кур.б-не	150	1,50	3,07	7,98	68,28	116
	Суфле куриное	60	13,51	15,42	1,90	186,79	368
	Каша вязкая перловая с маслом	110	2,32	2,73	16,39	99,41	216
	Кисель из прот.ягоды с сахаром	150	0,08		18,73	75,23	401
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	43,80	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	39,80	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**540**	**20,3**	**21,62**	**63,98**	**518,55**	
ПОЛДНИК							
	Булочка домашняя	52	4,29	5,57	28,87	174,17	530/1
	Кефир	150	4,35	4,80	5,85	75,15	420
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	**202**	**8,64**	**10,37**	**34,72**	**249,32**	
УЖИН							
	Фрикадельки рыбные из минтая	60	9,90	1,03	5,14	104,22	146
	Свекла тушеная в сметане	140	2,20	2,74	12,14	94,06	145
	Чай с сахаром	180			7,00	28,01	54-2гн
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	43,80	573/1
	Хлеб ржаной	10	1,22	0,24	7,98	19,90	574/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	**410**	**14,84**	**4,17**	**42,1**	**289,99**	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	**1559**	**54,76**	**49,9**	**187,02**	**1405,05**	

Утверждаю:
Заведующая А.С.Легостаева

Меню приготавляемых блюд **Возрастная категория : Ясли МБДОУ"Детский сад № 199"**

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Прием пищи	*Наименование блюда*	*Вес блюда*	*Пищевые вещества, г.*			*Энергет. ценность*	*№ рецептуры*
			Б	*Ж*	*У*		
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3						
ЗАВТРАК							
	Яблоки	95	0,38		9,31	38,76	446,00
	Каша гречневая молочная с маслом	150	5,84	5,88	22,72	161,93	54-20к
	Батон с маслом	35	2,35	3,32	14,85	89,70	72/73/1
	Какао с молоком	180	3,12	3,34	11,78	98,92	462
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**460**	**11,69**	**12,54**	**58,66**	**389,31**	
ОБЕД							
	Овощи отварные (свекла)	30	0,51	0,03	2,97	14,23	54-28з
	Рассольник ленинградский, со смет.	150	1,65	3,44	11,96	94,58	98/1
	Суфле из печени запеченное.	60	11,69	5,37	4,60	112,17	355
	Пюре картофельное	110	2,65	3,50	17,44	111,87	377
	Соус сметанный	10	0,40	1,69	1,68	17,38	408
	Компот из смеси сухофруктов с вит.С	150	0,23		6,99	28,89	495/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	43,80	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	39,80	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**550**	**19,87**	**14,43**	**63,46**	**462,72**	
ПОЛДНИК							
	Булочкасдобная	52	4,29	5,57	28,78	173,12	541
	Сок	170	0,51	0,17	25,84	61,20	501/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	**222**	**4,8**	**5,74**	**54,62**	**234,32**	
УЖИН							
	Запеканка морковная	160	6,32	5,93	21,09	163,90	167
	Соус молочный сладкий	40	1,44	1,83	7,01	50,35	369
	Чай с сахаром	180			8,00	32,01	54-4гн
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	43,80	573/1
	Хлеб ржаной	10	0,61	0,12	3,99	19,90	574/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	**410**	**9,89**	**8,04**	**49,93**	**309,96**	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	**1642**	**46,25**	**40,75**	**226,67**	**1396,31**	

Утверждаю:
Заведующая МБДОУ А.С.Легостаева

Меню приготавливаемых блюд **Возрастная категория : Ясли МБДОУ"Детский сад № 199"**

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Прием пищи	*Наименование блюда*	*Вес блюда*	*Пищевые вещества, г.*			*Энергет. ценность*	*№ рецептуры*
			Б	*Ж*	*У*		
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4						
ЗАВТРАК							
	Яблоки	95	0,38		9,31	38,76	446,00
	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,38	4,44	14,42	112,33	100
	Батон с маслом и сыром	35	3,67	5,36	10,21	103,45	72/73/1
	Кофейный напиток с молоком	150	3,10	3,20	12,65	85,87	465
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**430**	**11,53**	**13**	**46,59**	**340,41**	
ОБЕД							
	Огурцы соленые/свежие овощи порц.	30	0,24	0,03	0,51	3,90	
	Суп " Волна"	150	2,27	2,33	10,92	73,74	112
	Котлеты из говядины	60	12,50	12,15	5,44	176,40	322
	Гороховое пюре	110	8,05	3,24	19,37	138,84	389
	Компот из смеси сухофруктов с вит.С	150	0,23		6,99	28,89	495/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	43,80	573/1
	Хлеб ржаной	10	0,61	0,12	3,99	19,90	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**530**	**25,42**	**18,03**	**57,06**	**485,47**	
ПОЛДНИК							
	Булочка витая	50	4,29	5,57	28,78	180,75	541
	Снежок	150	0,45	0,15	20,20	62,60	501/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	**200**	**4,74**	**5,72**	**48,98**	**243,35**	
УЖИН							
	Шницельрыбный натуральный	60	8,16	3,12	5,39	89,77	310
	Картофель в молоке	140	3,73	4,24	22,49	146,04	136
	Чай с сахаром	180			7,00	28,01	54-2гн
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	43,80	573/1
	Хлеб ржаной	10	0,61	0,12	3,99	19,90	574/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	**410**	**14,02**	**7,64**	**48,71**	**327,52**	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	**1570**	**55,71**	**44,39**	**201,34**	**1396,75**	

Утверждаю:
Заведующая _____ А.С.Легостаева

Меню приготавляемых блюд **Возрастная категория : Ясли МБДОУ"Детский сад № 199"**

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Прием пищи	*Наименование блюда*	*Вес блюда*	*Пищевые вещества, г.*			*Энергет. ценность*	*№ рецептуры*
			Б	*Ж*	*У*		
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5						
ЗАВТРАК							
	Яблоки	65	0,24		5,88	24,48	446,00
	Пудинг из творога с яблоками	130	16,10	6,47	10,85	162,59	254
	Соус молочный сладкий	20	0,70	1,13	4,66	31,55	406
	Батон с маслом	25	1,59	3,24	9,93	67,80	72/73/1
	Какао с молоком	150	3,12	3,34	11,78	80,40	462
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**390**	**21,51**	**14,18**	**43,1**	**366,82**	
ОБЕД							
	Овощи отварные (морковь)	30	0,44	0,03	2,33	11,36	54-27з
	Борщ с капустоц и картофелем	150	1,90	3,58	11,02	83,86	95
	Жаркое по домашнему	150	16,33	14,91	18,64	262,77	328
	Сок	170			2,58	10,34	501
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	43,80	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	39,80	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**540**	**21,41**	**18,92**	**52,39**	**451,93**	
ПОЛДНИК							
	Пряники	30	1,44	0,84	23,31	106,56	581
	Молоко кип.	170	4,93	5,44	7,99	89,93	469
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	**200**	**6,37**	**6,28**	**31,3**	**196,49**	
УЖИН							
	Макаронник с печенью	100	11,82	6,42	24,18	201,80	264
	Овощи отварные	100	1,68	2,11	9,86	47,15	338
	Чай с молоком	180	2,67	2,94	11,33	82,47	54-4гн
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	43,80	573/1
	Хлеб ржаной	10	0,61	0,12	3,99	19,90	574/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	**410**	**18,3**	**11,75**	**59,2**	**395,12**	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	**1540**	**67,59**	**51,13**	**185,99**	**1410,36**	

Утверждаю:
Заведующая _____ А.С.Легостаева

Меню приготавливаемых блюд **Возрастная категория : Ясли МБДОУ"Детский сад № 199"**

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Прием пищи	*Наименование блюда*	*Вес блюда*	*Пищевые вещества, г.*			*Энергет. ценность*	*№ рецептуры*
			Б	*Ж*	*У*		
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 6						
ЗАВТРАК							
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,84	259,00
	Каша манная молочная с маслом	150	4,21	5,49	17,88	137,77	54-27к
	Батон с маслом	37	1,59	3,24	9,93	99,30	72/73/1
	Чай с сахаром	180			7,00	28,02	457/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**407**	**10,88**	**13,33**	**35,09**	**327,93**	
ОБЕД							
	Икра кабачковая	30	0,09	0,01	0,62	2,93	150
	Щи из св.капусты с картофелем	150	1,71	4,56	9,34	85,23	54-1с
	Тефтели мясные	60	10,02	9,17	5,72	145,46	303
	Каша пшеничная с маслом	110	4,05	2,71	17,57	110,87	223
	Компот из св. яблок и изюма с вит.С	150	0,23		7,00	28,90	54-1хн
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,22	9,84	43,80	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	39,80	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**540**	**18,84**	**16,91**	**58,07**	**456,99**	
ПОЛДНИК							
	Печенье	30	2,25	3,54	22,47	112,27	582
	Молоко кип.	170	4,93	5,44	7,99	100,64	469
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	**200**	**7,18**	**8,98**	**30,46**	**212,91**	
УЖИН							
	Запеканка из творога с морковью	120	15,82	8,52	12,93	191,71	189
	Соус молочный сладкий	20	0,80	1,14	3,37	26,90	369
	Какао с молоком	180	5,44	5,90	15,54	125,17	416
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	43,80	573/1
	Хлеб ржаной	10	0,61	0,12	3,99	19,90	574/1
	Яблоки	60	0,24		5,88	24,48	446
	ИТОГО ЗА УЖИН	**410**	**24,43**	**15,84**	**51,55**	**431,96**	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	**1557**	**61,33**	**55,06**	**175,17**	**1429,79**	

Утверждаю:
Заведующая А.С.Легостаева

Меню приготавляемых блюд **Возрастная категория : Ясли МБДОУ"Детский сад № 199"**

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Прием пищи	*Наименование блюда*	*Вес блюда*	*Пищевые вещества, г.*			*Энергет. ценность*	*№ рецептуры*
			Б	*Ж*	*У*		
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 7						
ЗАВТРАК							
	Яблоко	95	0,24		5,88	38,76	446,00
	Каша пшенная молочная с маслом	130	5,83	6,49	24,39	150,55	54-6к
	Батон с маслом и сыром	33	4,19	5,89	10,28	96,32	65,00
	Кофейный напиток с молоком	150	3,10	3,20	12,65	80,20	465
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**408**	**13,36**	**15,58**	**53,2**	**365,83**	
ОБЕД							
	Закуска из лука (вареная морковь порц.)	30	0,42	1,06	2,48	21,13	11
	Суп-лапша на кур.б-не, я яйцом	150	4,29	4,65	12,67	109,64	88
	Биточки рубленые из курицы	60	14,45	15,79	5,51	153,59	54-28м
	Пюре из свеклы	120	1,94	1,97	11,23	75,48	383
	Компот из св. яблок и изюма с вит.С	150	0,20		12,24	48,64	54-4хн
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,22	9,84	43,80	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	39,80	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**550**	**24,04**	**23,93**	**61,95**	**492,08**	
ПОЛДНИК							
	Булочка дорожная	50	4,31	6,31	28,80	189,21	543
	Кефир	150	0,13	0,10	0,51	62,60	470
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	**200**	**4,44**	**6,41**	**29,31**	**251,81**	
УЖИН							
	Суфле из рыбы	60	9,82	4,25	2,42	87,19	303
	Пюре картофельное	120	2,67	3,51	17,63	112,80	377
	Чай с сахаром	180			7,00	28,01	54-2гн
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	43,80	573/1
	Хлеб ржаной	10	0,61	0,12	3,99	19,90	574/1
	Соус сметанный с томатом	20	0,29	1,38	1,23	18,55	410
	ИТОГО ЗА УЖИН	**410**	**14,91**	**9,42**	**42,11**	**310,25**	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	**1568**	**56,75**	**55,34**	**186,57**	**1419,97**	

Утверждаю:
Заведующая А.С.Легостаева

Меню приготавливаемых блюд **Возрастная категория : Ясли МБДОУ"Детский сад № 199"**

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Прием пищи	*Наименование блюда*	*Вес блюда*	*Пищевые вещества, г.*			*Энергет. ценность*	*№ рецептуры*
			Б	*Ж*	*У*		
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 8						
ЗАВТРАК							
	Яблоки	95	24,00		5,88	38,76	446,00
	Каша ячневая молочная с маслом	130	4,95	5,92	20,84	133,53	227
	Батон с маслом	30	1,59	3,24	9,93	78,75	70,00
	Какао с молоком	180	3,09	3,32	11,77	83,72	416
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**435**	**33,63**	**12,48**	**48,42**	**334,76**	
ОБЕД							
	Вареная морковь порц.	30	0,44	0,96	2,28	22,33	54-27з
	Суп картофельный с бобовыми	150	3,36	3,63	14,06	103,65	54-1с
	Печень по-строгановски	60	10,69	5,77	4,63	113,17	54-16м
	Макароны отварные	110	3,90	2,92	24,74	140,82	256
	Сок	170			2,28	9,12	501
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	43,80	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	39,80	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**560**	**21,13**	**13,68**	**65,81**	**472,69**	
ПОЛДНИК							
	Пирожки с яйцом	60	6,09	6,11	27,56	189,56	535
	Молоко кип.	150	4,35	4,80	7,05	88,80	469
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	**210**	**10,44**	**10,91**	**34,61**	**278,36**	
УЖИН							
	Пудинг из моркови	180	3,98	4,42	12,89	172,22	188
	Соус молочный сладкий	30	1,19	1,61	6,54	45,40	369
	Чай с сахаром	180			7,00	28,01	54-2гн
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	43,80	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	39,80	574/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	**430**	**7,91**	**6,43**	**44,25**	**329,23**	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	**1635**	**73,11**	**43,5**	**193,09**	**1415,04**	

Утверждаю:
Заведующая _____ А.С.Легостаева

Меню приготавливаемых блюд **Возрастная категория : Ясли МБДОУ"Детский сад № 199"**

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Прием пищи	*Наименование блюда*	*Вес блюда*	*Пищевые вещества, г.*			*Энергет. ценность*	*№ рецептуры*
			Б	*Ж*	*У*		
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 9						
ЗАВТРАК							
	Яблоко	95	0,24		5,88	38,76	446,00
	Каша рисовая молочная с маслом	130	4,35	5,86	22,56	136,88	54-21к
	Батон с маслом и сыром	32	4,17	5,17	15,09	103,45	63,00
	Кофейный напиток с молоком	150	3,25	3,36	12,88	94,75	465
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**407**	**12,01**	**14,39**	**56,41**	**373,84**	
ОБЕД							
	Огурцы соленые/ свежие овощи порц.	30	0,24	0,03	0,51	3,90	
	Суп Московский на мяс.б-не, со смет.	150	1,85	3,55	10,96	79,51	114
	Капуста тушеная с мясом	150	16,52	14,61	7,29	182,58	54-32м
	Кисель из прот.ягоды с сахаром	150	0,09		19,89	75,23	483
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	43,80	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	39,80	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**520**	**21,44**	**18,59**	**56,47**	**424,82**	
ПОЛДНИК							
	Крендель сахарный	50	4,29	5,57	29,78	186,41	54-16в
	Снежок	150	3,20	2,50	11,80	83,00	469
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	**200**	**7,49**	**8,07**	**41,58**	**269,41**	
УЖИН							
	Пудинг рыбный запеченный	70	14,52	1,94	4,55	93,71	189
	Картофель отварной	140	3,11	3,07	25,01	140,12	136
	Чай с сахаром	180			7,00	28,01	54-2гн
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	43,80	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	39,80	574/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	**430**	**20,37**	**5,41**	**54,38**	**345,44**	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	**1557**	**61,31**	**46,46**	**208,84**	**1413,51**	

Утверждаю:
Заведующая А.С.Легостаева

Меню приготавляемых блюд **Возрастная категория : Ясли МБДОУ"Детский сад № 199"**

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 10						
ЗАВТРАК							
	Яблоко	95	0,24		5,88	38,76	446,00
	Пудинг из творога	130	17,49	7,20	17,34	182,20	249
	Повидло	10	0,11		17,55	26,16	86
	Батон с маслом	25	1,59	3,24	9,93	67,80	72/73/1
	Какао с молоком	150	3,41	3,66	12,25	88,15	416
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	**410**	**22,84**	**14,1**	**62,95**	**403,07**	
ОБЕД							
	Морковная икра/свежие овощи порц.	30	0,41	2,04	3,24	32,93	54
	Свекольник на мяс.б-не, со смет.	150	1,70	3,57	10,79	82,07	54-18с
	Гуляш из отварного мяса	60	10,83	10,85	2,43	97,79	54-2м
	Гарнир гречневый	120	3,83	3,45	17,20	105,17	179
	Сок	170	0,48	0,16	24,32	55,63	418
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	43,80	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	39,80	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	**570**	**19,99**	**20,47**	**75,8**	**457,19**	
ПОЛДНИК							
	Вафли	30	0,96	0,84	24,33	108,72	580
	Молоко кип.	170	4,93	5,44	7,99	100,64	469
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	**200**	**5,89**	**6,28**	**32,32**	**209,36**	
УЖИН							
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,84	267
	Рагу из овощей	200	3,74	5,47	20,54	143,13	360
	Чай с молоком	180	2,67	2,94	11,33	82,47	54-4гн
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	43,80	573/1
	Хлеб ржаной	10	0,61	0,12	3,99	19,90	574/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	**450**	**13,62**	**13,29**	**45,98**	**352,14**	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	**1630**	**62,34**	**54,14**	**217,05**	**1421,76**	

Утверждаю: Заведующая_____А.С.Легостаева

Прием пищи	Пищевые вещества,г.			Энергет.ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
Итого за весь период	59,45	48,42	195,87	1413,39
Среднее значение за период	5,95	4,84	19,59	141,33
Содержание Б,Ж,У в меню за период в % от ккал-ти	16,8	32,55	54,42	