

Утверждаю:

Руководитель _____

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 1-4 Зав/Об ИП Паладий

Приложение №12

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Сыр (порциями)**	20	5,20	5,30	0,70	71,30	15/2
	Масло сливочное (порциями)**	10	0,13	6,15	0,17	56,55	14/2
	Каша молочная "Дружба" с маслом	210	5,41	6,92	28,39	197,35	229/1
	Какао с молоком**	200	3,87	3,80	17,09	118,02	382/2
	Батон *	60	7,50	2,90	51,40	261,70	576/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	500	22	25	98	705	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Огурцы соленые **	60	0,80	0,00	1,70	10,00	70/2
	Суп-лапша домашняя с мясом птицы **	200	4,52	2,82	12,37	92,85	113/2
	Ёжики в соусе 60/50 **	110	8,51	10,99	10,96	176,80	182/3
	Каша гречневая вязкая **	150	4,89	6,17	21,84	162,47	303/2
	Чай с лимоном **	207	0,06	0,00	10,22	41,13	377/2
	Хлеб пшеничный формовой *	30	2,28	0,24	14,76	70,32	573/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	757	21	20	72	554	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1257	43	45	170	1258	
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом *	250	6,20	10,36	40,18	278,74	182/2
	Чай с сахаром **	200	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Хлеб пшеничный формовой *	50	3,80	0,40	24,60	117,20	573/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	500	10	11	75	436	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Икра морковная **	60	0,92	4,56	5,23	65,60	75/2
	Суп из овощей со сметаной и мясом птицы **	200	4,02	7,15	8,50	114,29	99/2
	Жаркое по-домашнему **	200	17,04	8,75	20,89	230,51	259/2
	Напиток Яблочно лимонный**	200	0,15	0,00	25,50	102,58	6/4
	Хлеб ржаной *	40	2,44	0,48	15,96	77,92	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	700	25	21	76	591	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1200	35	32	151	1027	
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша молочная геркулесовая	250	9,51	12,97	42,46	324,59	182/2
	жидкая с маслом **		0,00	0,00	0,00	0,00	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 1-4 Зав/Об ИП Паладий

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Компот из смеси сухофруктов**	200	0,46	0,00	12,00	49,80	349/2
	Хлеб пшеничный формовой *	50	3,80	0,40	24,60	117,20	573/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	500	14	13	79	492	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат картофельный с	60	1,28	3,77	7,82	70,31	42/2
	с огурцом и зелен. горошком*		0,00	0,00	0,00	0,00	
	Борщ с капустой, картоф. и со	200	1,69	5,16	10,62	95,48	82/2
	сметаной **		0,00	0,00	0,00	0,00	
	Плов из птицы (грудка филе)	200	15,55	21,83	42,91	430,29	291/2
	Чай с сахаром **	200	0,00	0,00	10,01	40,04	376/2
	Хлеб ржаной *	40	2,44	0,48	15,96	77,92	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	700	21	31	87	714	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1200	35	45	166	1206	
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Фрукты свежие*	130	0,52	0,00	12,74	53,04	338/2
	Запеканка из творога со	150	27,20	12,86	38,09	377,01	223/2
	с г.молоком**		0,00	0,00	0,00	0,00	
	Кисель плодово - ягодный**	200	0,00	0,00	8,61	34,42	247/3
	Хлеб пшеничный формовой *	30	2,28	0,24	14,76	70,32	573/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	510	30	13	74	535	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из белокочанной	60	0,93	3,06	5,61	53,61	45/2
	капусты **		0,00	0,00	0,00	0,00	
	Рассольник Ленинградский со	200	1,96	5,29	13,27	108,54	96/2
	сметаной **		0,00	0,00	0,00	0,00	
	Тефтели 1 вариант	110	9,31	9,89	13,15	178,97	278/2
	Макаронные изделия отварные**	150	5,71	5,58	36,10	217,47	309/2
	Компот из кураги **	200	1,04	0,00	25,17	104,84	348/2
	Хлеб ржаной *	40	2,44	0,48	15,96	77,92	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	760	21	24	109	741	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1270	51	37	183	1276	
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Хлеб пшеничный формовой *	50	3,80	0,40	24,60	117,20	573/1
	Каша молочная пшенная жидкая	250	9,13	11,57	44,72	319,55	182/2
	с маслом **		0,00	0,00	0,00	0,00	
	Чай с сахаром **	200	0,00	0,00	10,01	40,04	376/2
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	500	13	12	79	477	

Утверждаю:

Руководитель _____

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 1-4 Зав/Об ИП Паладий

Приложение №12

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из свеклы отварной *	60	0,86	3,66	6,82	63,56	52/2
	Суп из овощей со сметаной и мясом птицы **	200	4,02	7,15	8,50	114,29	99/2
	Тефтели рыбные 100г	100	9,02	8,47	12,80	163,44	239/1
	Рис отварной **	150	3,87	4,85	40,08	219,41	304/2
	Компот из смеси сухофруктов**	200	0,46	0,00	12,00	49,80	349/2
	Хлеб пшеничный формовой *	40	3,04	0,32	19,68	93,76	573/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	750	21	24	100	704	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1250	34	36	179	1181	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Кондитерские изделия	20	0,64	0,56	16,22	72,48	581/1
	(печенье, вафли, пряники)		0,00	0,00	0,00	0,00	
	Масло сливочное (порциями)**	10	0,13	6,15	0,17	56,55	14/2
	Каша молочная геркулесовая	210	7,98	11,86	35,63	281,17	182/2
	жидкая с маслом **		0,00	0,00	0,00	0,00	
	Кофейный напиток с молоком **	200	2,12	1,60	25,52	124,94	379/2
	Батон *	60	4,50	1,74	30,84	157,02	576/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	500	15	22	108	692	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Огурцы соленые **	60	0,48	0,00	1,02	6,00	70/2
	Суп-лапша домашняя с мясом	200	4,52	2,82	12,37	92,85	113/2
	птицы **		0,00	0,00	0,00	0,00	
	Ёжики в соусе 60/50 **	110	8,51	10,99	10,96	176,80	182/3
	Бобовые отварные с маслом**	150	14,42	4,48	34,74	236,88	306/2
	Компот из изюма **	200	0,46	0,00	23,14	94,40	348/2
	Хлеб пшеничный формовой *	40	3,04	0,32	19,68	93,76	573/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	760	31	19	102	701	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1260	47	41	210	1393	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша молочная "Дружба" с маслом	250	6,44	8,27	33,89	235,65	229/1
	Компот из кураги **	200	1,04	0,00	25,17	104,84	348/2
	Хлеб пшеничный формовой *	50	3,80	0,40	24,60	117,20	573/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	500	11	9	84	458	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из свеклы отварной *	60	0,86	3,66	6,82	63,56	52/2

Утверждаю:

Руководитель _____

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 1-4 Зав/Об ИП Паладий

Приложение №12

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной **	200	1,66	5,46	7,29	84,87	88/2
	Ёжики в соусе 60/50 **	110	8,51	10,99	10,96	176,80	182/3
	Каша гречневая вязкая **	150	4,89	6,17	21,84	162,47	303/2
	Чай с лимоном **	207	0,06	0,00	10,22	41,13	377/2
	Хлеб ржаной *	40	2,44	0,48	15,96	77,92	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	767	18	27	73	607	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ	1267	30	35	157	1064	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Омлет натуральный	140	13,90	17,64	2,63	224,84	210/2
	Чай с сахаром **	200	0,00	0,00	10,01	40,04	376/2
	Хлеб пшеничный формовой *	30	2,28	0,24	14,76	70,32	573/1
	Фрукты свежие*	130	0,52	0,00	12,74	53,04	338/2
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	500	17	18	40	388	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат Степной **	60	1,14	6,11	6,09	83,90	25/3
	Свекольник со сметаной, с	200	4,67	7,85	15,27	150,17	35/3
	курицей отв**		0,00	0,00	0,00	0,00	
	Шницель натуральный рубленый*	90	17,47	16,01	9,58	252,34	319/1
	Соус красный основной	20	0,29	0,38	1,91	12,24	422/1
	Рис отварной **	150	3,87	4,85	40,08	219,41	304/2
	Компот из изюма **	200	0,46	0,00	23,14	94,40	348/2
	Хлеб пшеничный формовой *	40	3,04	0,32	19,68	93,76	573/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	760	31	36	116	906	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ	1260	48	53	156	1294	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Компот из смеси сухофруктов**	200	0,46	0,00	12,00	49,80	349/2
	Сыр (порциями)**	20	5,20	5,30	0,70	71,30	15/2
	Масло сливочное (порциями)**	10	0,13	6,15	0,17	56,55	14/2
	Каша молочная пшененная жидкая	210	7,63	9,47	37,48	265,66	182/2
	с маслом **		0,00	0,00	0,00	0,00	
	Хлеб пшеничный формовой *	60	4,56	0,48	29,52	140,64	573/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	500	18	21	80	584	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из белокочанной	60	0,93	3,06	5,61	53,61	45/2
	капусты **		0,00	0,00	0,00	0,00	
	Рассольник Ленинградский со	200	2,01	5,59	13,34	111,74	96/2

Утверждаю:

Руководитель _____

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 1-4 Зав/Об ИП Паладий

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		
	сметаной **		0,00	0,00	0,00	0,00	
	Гуляш из куриной грудки	100	13,74	23,31	3,83	280,08	5/4
	50/50 **		0,00	0,00	0,00	0,00	
	Макаронные изделия отварные**	150	5,71	5,58	36,10	217,47	309/2
	Напиток Яблочно лимонный**	200	0,15	0,00	25,50	102,58	6/4
	Хлеб пшеничный формовой *	40	3,04	0,32	19,68	93,76	573/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	750	26	38	104	859	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ	1250	44	59	184	1443	
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5		0	0	0	0	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Хлеб пшеничный формовой *	50	3,80	0,40	24,60	117,20	573/1
	Каша молочная рисовая	210	5,20	8,46	33,82	232,21	182/2
	(жидкая) с маслом *		0,00	0,00	0,00	0,00	
	Компот из изюма **	200	0,46	0,00	23,14	94,40	348/2
	Кондитерские изделия	40	1,28	1,12	32,44	144,96	581/1
	*(печенье, вафли, пряники)		0,00	0,00	0,00	0,00	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	500	11	10	114	589	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Икра морковная **	60	0,92	4,56	5,23	65,60	75/2
	Суп картофельный с бобовыми	200	6,61	6,87	14,88	147,63	102/2
	и мясом птицы ** для школ		0,00	0,00	0,00	0,00	
	Биточек рыбный "Наслаждение"**	90	12,63	6,73	12,29	160,19	2/4
	Пюре картофельное **	150	3,30	4,33	22,03	140,20	312/2
	Чай с лимоном **	207	0,06	0,00	10,22	41,13	377/2
	Хлеб пшеничный формовой *	40	3,04	0,32	19,68	93,76	573/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	747	27	23	84	649	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1247	37	33	198	1237	
			0	0	0	0	
	ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	12461	403	417	1755	12380	
			0	0	0	0	
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД	1246	40	42	175	1238	
			0	0	0	0	

Перечень технологических сборников, используемых при составлении данного меню:

- 1 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.
- 2 Сборник технических нормативов - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.:ДeЛи плюс, 2017. - 544 с.
- 3 Сборник технолог.нормативов Пермь Урал регионал центр питания 2006-234с
- 4 Технико- технологические карты разработанные предприятием общественного питания