

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 5 СЕРПАНТИН»

П Р И К А З

от 01.04.2024 г.

№ 17/1 од

О внесении дополнений 10-дневного
меню на 2024 год

В связи с необходимостью внесения дополнений в основное 10-ти дневное
меню

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Внести дополнения во второй и седьмой дни (ясли и сад)
утвержденного 10-ти дневное меню на 2024 год с целью увеличения в рационе
питания овощей.
2. Изменения по меню ввести с 01.04.2024г.
3. Контроль за соблюдением приказа оставляю за собой.

Заведующая



Н.В. Новикова

Утверждаю



Заведующая
МДОУ Детский сад № 5 "СЕРПАНТИН"
/Новикова Н.В./

МЕНЮ

2 день

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	43	* ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности)	140/5	14,22	17,10	2,67	221,57	0,22
2010	100	*КАКАО С САХАРОМ И МОЛОКОМ (какао-порошок, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,66	4,71	16,18	127,42	0,70
2008		* ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
Итого			345	20,41	21,93	28,89	396,35	0,92
II Завтрак								
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (сахар песок, вода питьевая, шиповник)	100	0,16	0,07	7,61	32,34	26,00
Итого			100	0,16	0,07	7,61	32,34	26,00
Обед								
2010	6	* БОРЩ СО СМЕТАНОЙ С МЯСОМ КУРЫ ОТВАРНЫМ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, лимонная кислота, соль йодированная, лавровый лист, томатная паста, вода питьевая, сметана 15% жирности, кури потрош. 1 категории)	160/15	4,00	6,03	8,34	108,50	5,26
2010	78	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, молоко пастер. 3,2% жирности)	110	2,45	3,75	14,39	101,47	6,73
2008		* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	20	0,16	0,02	0,49	2,77	1,98
2010	51	* БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, сухари панировочные, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, рыба минтай филе, вода питьевая)	60	7,58	3,44	8,89	96,86	0,08
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая, сухофрукты (смесь))	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		* ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			595	17,71	13,62	64,55	456,85	14,05
Уплотненный Полдник								
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	110	4,03	3,48	25,68	150,16	0,00
2012		* СЫР (ПОРЦИЯМИ) (сыр российский)	15	3,40	4,34	0,00	53,50	0,04
2010	105	* БУЛОЧКА «ТВОРОЖНАЯ» (мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), дрожжи, соль йодированная, ванилин, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, масло подсолнечное рафинированное, творог 9,0% жирности)	50	6,84	4,27	25,25	167,36	0,07
2010	102	* МОЛОКО КИПЯЧЁНОЕ (молоко пастер. 3,2% жирности)	180	5,06	5,59	8,21	104,76	0,94
Итого			355	19,33	17,68	59,14	475,78	1,05
Всего				57,61	53,30	160,19	1 361,32	42,02

Утверждаю

Заведующая

МДОУ Детский сад № 5 "СЕРПАНТИН"

/Новикова Н.В./



МЕНЮ

2 день

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	43	* ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности)	180/5	15,55	19,50	3,27	251,06	0,28
2010	100	*КАКАО С САХАРОМ И МОЛОКОМ (какао-порошок, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности)	200	5,10	5,17	16,82	136,00	0,77
2008		* ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	25	1,91	0,16	12,58	59,35	0,00
Итого			410	22,56	24,83	32,67	446,41	1,05
II Завтрак								
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (сахар песок, вода питьевая, шиповник)	100	0,16	0,07	7,54	32,07	26,00
Итого			100	0,16	0,07	7,54	32,07	26,00
Обед								
2010	6	* БОРЩ СО СМЕТАНОЙ С МЯСОМ КУРЫ ОТВАРНЫМ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, лимонная кислота, соль йодированная, лавровый лист, томатная паста, вода питьевая, сметана 15% жирности, кури потрош. 1 категории)	180/20	5,08	7,12	9,07	126,10	5,86
2010	78	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (картофель, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, молоко пастер. 3,2% жирности)	140	3,13	4,95	18,27	130,61	8,55
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	30	0,24	0,03	0,75	4,21	3,01
2010	51	* БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, сухари панировочные, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, рыба минтай филе, вода питьевая)	70	8,84	3,83	10,33	111,26	0,09
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая, сухофрукты (смесь))	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		* ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	25	1,91	0,16	12,58	59,35	0,00
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			705	21,85	16,44	77,64	551,81	17,51
Уплотненный Полдник								
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	140	5,10	4,55	32,62	192,06	0,00
2012		* СЫР (ПОРЦИЯМИ) (сыр российский)	20	4,50	5,73	0,00	70,68	0,06
2010	105	* БУЛОЧКА «ТВОРОЖНАЯ» (мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), дрожжи, соль йодированная, ванилин, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, масло подсолнечное рафинированное, творог 9,0% жирности)	60	7,91	4,15	30,99	193,20	0,09
2010	102	* МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 3,2% жирности)	200	5,63	6,21	9,12	116,40	1,04
Итого			420	23,14	20,64	72,73	572,34	1,19
Всего				67,71	61,98	190,58	1 602,63	45,75

Утверждаю



Заведующая
МДОУ Детский сад № 5 "СЕРПАНТИН"
/Новикова Н.В./

МЕНЮ

7 день

Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	43	* ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности)	140/5	14,22	17,10	2,67	221,57	0,22
2010	98	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С САХАРОМ И МОЛОКОМ (кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,16	4,17	17,76	126,22	0,70
2008		* ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
Итого			345	19,91	21,39	30,47	395,15	0,92
II Завтрак								
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (сахар песок, вода питьевая, шиповник)	100	0,16	0,07	7,61	32,34	26,00
Итого			100	0,16	0,07	7,61	32,34	26,00
Обед								
2010	13	*СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ КУРЫ ОТВАРНЫМ (макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, томатная паста, кури потрош. 1 категории)	160/15	4,23	4,04	10,03	93,56	0,60
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ КУРЫ (картофель, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, капуста белокочанная, сахар песок, соль йодированная, лавровый лист, горошек зеленый консервы, томатная паста, *филе цыплят)	110/15	4,99	9,28	12,83	155,91	9,84
2008		* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	20	0,16	0,02	0,49	2,77	1,98
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сахар песок, вода питьевая, сухофрукты (смесь))	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		* ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			550	12,90	13,72	55,79	399,49	12,42
Уплотненный Полдник								
2010	73	* РИС ОТВАРНОЙ (вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, крупа рис длинный)	110	4,65	5,30	22,41	155,86	0,00
2010	51	* БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, сухари панировочные, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, рыба минтай филе, вода питьевая)	60	7,58	3,44	8,89	96,86	0,08
2010	84	* СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, лук репчатый, сахар песок, соль йодированная, лавровый лист, томатная паста)	30	0,18	0,52	1,61	11,84	0,13
2008		* ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2010	108	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, молоко пастер. 3,2% жирности, творог 9,0% жирности, ванилин)	50	6,59	3,50	23,12	150,70	0,09
2010	96	* ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180	0,06	0,00	9,81	39,45	0,01
Итого			450	20,59	12,88	75,88	502,07	0,31
Всего				53,56	48,06	169,75	1 329,05	39,65

Утверждаю

Заведующая

МДОУ Детский сад № 5 "СЕРПАНТИН"

/Новикова Н.В./

**МЕНЮ**

7 день

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	43	* ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности)	180/5	15,58	18,39	3,26	241,13	0,28
2010	98	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С САХАРОМ И МОЛОКОМ (кофейный напиток, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности)	200	4,58	4,60	18,54	135,01	0,77
2008		* ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	25	1,91	0,16	12,55	59,21	0,00
Итого			410	22,07	23,15	34,35	435,35	1,05
II Завтрак								
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (сахар песок, вода питьевая, шиповник)	100	0,16	0,07	7,58	32,22	26,00
Итого			100	0,16	0,07	7,58	32,22	26,00
Обед								
2010	13	*СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ КУРЫ ОТВАРНЫМ (макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, лавровый лист, томатная паста, кури потрош. 1 категории)	180/20	5,25	5,38	10,88	113,06	0,62
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ КУРЫ (картофель, масло подсолнечное рафинированное, лук репчатый, морковь, капуста белокочанная, сахар песок, соль йодированная, лавровый лист, горошек зеленый консервы, томатная паста, *филе цыплят)	140/20	6,46	11,64	16,11	196,35	12,51
2008		* ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	30	0,24	0,03	0,75	4,21	3,01
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (сахар песок, вода питьевая, сухофрукты (смесь))	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		* ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	25	1,91	0,16	12,55	59,21	0,00
2008		* ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			655	16,51	17,56	66,93	493,11	16,14
Уплотненный Полдник								
2010	73	* РИС ОТВАРНОЙ (вода питьевая, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое, крупа рис длинный)	140	5,86	6,81	28,30	197,83	0,00
2010	51	* БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт, сухари панировочные, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, рыба минтай филе, вода питьевая)	70	8,84	3,83	10,33	111,17	0,09
2010	84	* СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ (вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, лук репчатый, сахар песок, соль йодированная, лавровый лист, томатная паста)	50	0,29	0,98	2,65	20,57	0,08
2008		* ХЛЕБ пшеничный (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт)	25	1,91	0,16	12,55	59,21	0,00
2010	108	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, молоко пастер. 3,2% жирности, творог 9,0% жирности, ванилин)	60	7,36	3,82	28,00	176,05	0,10
2010	96	* ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	200	0,08	0,00	9,84	39,67	0,02
Итого			545	24,34	15,60	91,67	604,50	0,29
Всего				63,08	56,38	200,53	1 565,18	43,48