" УТВЕРЖДАЮ"
М□ДОУ гор□да Нижнев□□□вск□ДС
№15 "□□лнышк□"
□□льник □□□
М. П. 1 июля 2023 г.
Подпись _____

Д□нь. 1
□□Д□ля 1
Сезон: Лето-осень ясли
Возрастная категория Дети-ясли

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецертуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., №рец
				белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
	Завтрак												
2,1	Каша пшённая молочная+	10,39	165	9,46	5,5	43,12	264,99	0,198	0,176	0,759	164,439	1,375	0001 (№ 185)
33	Чай с сахаром+	0,71	155	0,004		0,031	28,933		0,01	0,083	4,175	0,692	0001 (№ 392)
268	Бутерброды с маслом+	5,74	7,5/22,5	1,838	7,913	10,965	112,5	0,038	0,023		6,975	0,465	0001 (№ 1)
	Итого:	**16,84**	**350**	**11,302**	**13,413**	**54,116**	**406,423**	**0,236**	**0,209**	**0,842**	**175,589**	**2,532**	
	Завтрак 2ой												
0,44	Сок фруктовый+	11,37	100	0,3		13,793	53,613	0,02	0,007	2	17,993	0,4	0000
	Итого:	**11,37**	**100**	**0,3**		**13,793**	**53,613**	**0,02**	**0,007**	**2**	**17,993**	**0,4**	
	Обед												
220,1	Мясо для супа+	13,4	20	5,2	3,4		51,4	0,01	0,03		6	0,3	0001 (№ 273)
103,1	Макаронные изделия отварные+	4,24	90	7,344	2,592	44,919	137,61	0,138	0,054		16,866	0,977	0001 (№ 317)
236,1	Печень по – строгановски+	11,29	40	4,747	4,213	2,88	68,4	0,095		10,187	13,213	2,14	0002 (№ 431)
70,1	Борщ сибирский+	2,78	130	1,499	2,149	7,973	59,713	0,035	0,026	4,047	25,775	0,832	0002 (№ 111)
128	Компот из смеси сухофруктов+	1,51	130	0,087		20,54	85,367	0,009	0,052	1,621	37,631	1,014	0001 (№ 376)
0,09	Хлеб ржаной+	1,56	40	2,64	0,48	13,68	35	0,07	0,03		14	1,56	0000
	Итого:	**34,78**	**450**	**21,517**	**12,835**	**89,992**	**437,49**	**0,356**	**0,192**	**15,855**	**113,485**	**6,823**	
	Полдник												
37,1	Молоко кипяченое	9,58	160	4,16	4,267	7,573	82,987	0,043	0,171	0,832	163,605	0,075	0001 (№ 400)
302,1	Сырная палочка+	6	40	4,56	5,36	16,8	132,8	0,077	0,077	0,123	108,886	0,659	0003
	Итого:	**15,58**	**200**	**8,72**	**9,627**	**24,373**	**215,787**	**0,119**	**0,247**	**0,955**	**272,492**	**0,734**	
	Ужин												
132	Кисель из кураги+	4,62	130	0,693		25,137	107,241		0,017	0,26	16,025	0,39	0001 (№ 380)
0,1	Хлеб пшеничный+	1,44	30	2,64	0,48	13,68	70,8	0,07	0,03		14	1,56	0000
3 263,1	Фрикадельки рыбные отварные (из горбуши)	33,04	60	10,05	4,88	4,08	100,43	0,08	0,08		13,5	0,45	0001 (№ 263)
3 321	Пюре картофельное	8,76	140	0,297	0,381	2,8	12,974	0,13	0,104	16,95	34,51	0,942	0001 (№ 321)
311	Томаты консервированные с кожицей, порциями+	8,8	40	0,4	0,04	1,4	8	0,004	0,008	6	4	0,3	0000
	Итого:	**56,66**	**400**	**14,08**	**5,781**	**47,097**	**299,445**	**0,284**	**0,239**	**23,21**	**82,035**	**3,642**	
	Итого за день:	**135,23**	**1 500**	**55,918**	**41,655**	**229,372**	**1 412,758**	**1,016**	**0,894**	**42,861**	**661,593**	**14,132**	

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по плану: 135,23 руб.
Стоимость за 10: 168,96 руб.

Шеф-повар: _____ / Коржова Ю. А.

Мед.работник: _____ / Мелюхина Е.В.

Бухгалтер: _____ / Орлова О. В.

0000 - Продукт промышленного производства
0001 - «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях»(под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, изд. 2011 г., Москва, Дели принт)
0002 - «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» (под. ред. В.Т. Лапшиной, изд. Хлебпродинформ, 2004 г.)
0003 - Технико-технологическая карта

"УТВЕРЖДАЮ"
МКДОУ г.о. Самара "Детский сад №15 "Огонек"
Сабурина Е.В.
М.П. 01 июля 2023 г.
Подпись

День 2
ОДДень 1
Сезон: Лето-осень если
Возрастная категория: Дети-если

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., Мерц
				белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
	Завтрак												
36,2	Какао на молоке	11,16	170	2,788	3,513	15,86	56,78	0,068		2,21	204,385	0,204	0001 (№ 397)
182,1	Соус молочный (сладкий)+	4,89	60	0,4	0,8	3	20		0,02	0,06	12,34	0,04	0001 (№ 351)
144,2	Запеканка из творога+	25,05	80	9,088	13,272	6,48	193,66	0,04	0,208	0,184	118,8	0,528	0001 (№ 237)
100	Бутерброд с сыром+	7,44	30/10,6	4,73	6,88	14,56	139	0,05	0,05	0,07	96,1	0,71	0001 (№ 3)
	Итого:	48,54	350,6	17,006	24,465	39,9	409,44	0,158	0,278	2,524	431,625	1,482	
	Завтрак 2ой												
0,27	Персики+	16,89	95	0,641	0,071	6,769	28,928	0,029	0,057	7,125	14,25	0,428	
	Итого:	16,89	95	0,641	0,071	6,769	28,928	0,029	0,057	7,125	14,25	0,428	
	Обед												
273,4	Напиток лимонный	2,76	120	0,027		13,592	55,8	0,003		3,192	3,516	0,081	0002 (№ 699)
220,1	Мясо для супа+	13,4	20	5,2	3,4		51,4	0,01	0,03		6	0,3	0001 (№ 273)
91,1	Суп из овощей с фасолью+	3,36	120	0,64	2,4	3,84	39,36	0,024	0,024	2,2	9,088	0,28	0002 (№ 144)
0,09	Хлеб ржаной+	1,56	40	2,64	0,48	13,68	35	0,07	0,03		14	1,56	0000
234,5	Рыба минтай припущенная+	19,32	60	12,3	3,6		72,08	0,525	0,075	1,365	29,47	0,42	0001 (№ 245)
105	Рис отварной+	4,59	90	2,187	3,348	21,105	135	0,018	0,012		3,159	0,297	0001 (№ 313)
	Итого:	44,99	450	22,994	13,228	52,217	388,64	0,65	0,171	6,757	65,233	2,938	
	Полдник												
301	Булочка российская+	5,88	50	4,3	5,633	76,217	388,5	0,133	0,133	0,083	32,75	1,145	0001 (№ 474)
281	Кефир*+	12	150	3,625	3,125	5	62,5	0,05	0,217	0,875	150	0,125	(№ 401)
	Итого:	17,88	200	7,925	8,758	81,217	451	0,183	0,35	0,958	182,75	1,27	
	Ужин												
34,1	Чай с лимоном+	1,45	140	0,007	0,001	6,627	27,067	0,002	0,002	2,03	5,74	0,535	0001 (№ 393)
0,1	Хлеб пшеничный+	1,68	35	3,08	0,56	15,96	82,6	0,082	0,035		16,333	1,82	0000
0,3	Яйцо отварное+	10,92	60	3,13	2,834	0,344	38,724	0,004	0,016				0001 (№ 213)
247,3	Винегрет овощной (с зеленым горошком)++	21,49	165	2,31	12,568	12,018	171,628	0,055	0,055	15,455	46,695	1,243	0001 (№ 45)
	Итого:	35,54	400	8,527	15,962	34,948	320,018	0,143	0,108	17,485	68,768	3,698	
	Итого за день:	163,84	1 495,6	57,093	62,485	215,05	1 598,026	1,163	0,964	34,849	762,627	9,815	

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по плану: 163,84 руб.
Стоимость за 10: 168,96 руб.

Шеф-повар: / Коркова Ю. А.

Мед.работник: / Мелюхина Е. В.

Бухгалтер: / Орлова О. В.

0000 - Продукт промышленного производства

0001 - «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях»(под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, изд. 2011 г., Москва, Дели принт)

0002 - «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» (под. ред. В.Т. Лапшиной, изд. Хлебпродинформ, 2004 г.)

"УТВЕРЖДАЮ"
М. ДОУ города Нижнего Новгорода ДС
№15 "Солнышко"
Ольгин Г. Е.
М.П.
Подпись
1 июня 2023 г.

Д□нь 3
□□Д□ля 1
Сезон: Лето-осень ясли
Возрастная категория: Дети-ясли

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец. Нормы
				белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
	Завтрак												
15,1	Омлет натуральный+	26,36	100	10	10,333	2	140	0,05	0,283	0,15	58,333	1,6	0001 (№ 215)
0,19	Бутерброд с маслом и сыром+	7,65	5,5/5/30	2,5	6,73	0,06	57,35	70,8		0,01	108,2	0,13	0001 (№ 3)
312,2	Икра кабачковая порционная+	5,93	40	0,68	5,32	2,04	59,2	0,012	0,024	2,8	17,2	0,28	0000
35,1	Кофейный напиток+	11,67	170	2,153	1,36	12,14	65,643	0,057	0,215	0,986	202,708	0,499	0001 (№ 395)
	Итого:	**51,61**	**350,5**	**15,333**	**23,743**	**16,24**	**322,193**	**70,919**	**0,523**	**3,946**	**396,441**	**2,509**	
	Завтрак 2ой												
0,29	Яблоко+	10	100	0,04	0,04	9,8	42,68	0,029	0,02	165	16	2,2	0000
	Итого:	**10**	**100**	**0,04**	**0,04**	**9,8**	**42,68**	**0,029**	**0,02**	**165**	**16**	**2,2**	
	Обед												
0,09	Хлеб ржаной+	1,56	40	2,64	0,48	13,68	35	0,07	0,03		14	1,56	0000
163,1	Капуста тушёная+	5,81	80	2,533	2,2	10,333	62,667	0,033	0,04	21,187	52,28	0,787	0001 (№ 338)
220,1	Мясо для супа+	13,4	20	5,2	3,4		51,4	0,01	0,03		6	0,3	0001 (№ 273)
143,1	Напиток из плодов шиповника+	2,34	130	0,433		11,449	44,46	0,009	0,087	142,931	8,06	3,285	0001 (№ 398)
250,2	Биточки+	18,68	60	9,7	5,9	5,9	114	0,04	0,08	0,09	24,52	0,66	0001 (№ 282)
80,1	Рассольник ленинградский+	3,16	120	1,12	2,48	7,76	59,76	0,04	0,032	3,384	10,08	0,448	0001 (№ 79)
	Итого:	**44,95**	**450**	**21,627**	**14,46**	**49,122**	**367,287**	**0,202**	**0,299**	**167,591**	**114,94**	**7,039**	
	Полдник												
0,18	Вафли+	3,78	20	0,64	0,56	16	69,44	0,007	0,003		2	0,12	0000
0,24	Йогурт+	16,2	180	6,158	3,553	8,289	110,842		0,07	1,421	293,684	0,237	0001 (№ 451)
	Итого:	**19,98**	**200**	**6,798**	**4,113**	**24,289**	**180,282**	**0,007**	**0,073**	**1,421**	**295,684**	**0,357**	
	Ужин												
311	Томаты консервированные с кожицей, порциями+	4,4	20	0,2	0,02	0,7	4	0,002	0,004	3	2	0,15	0000
252,3	Рагу овощное (3-й вариант)+	14,75	200	2,973	8,173	18,373	158,4	0,147	0,147	38,413	46,747	1,467	0001 (№ 137)
140,1	Напиток яблочный+	2,25	150	0,1	0,1	17,804	68,24	0,01		30,92	3,36	0,47	0002 (№ 7014)
0,1	Хлеб пшеничный+	1,44	30	2,64	0,48	13,68	70,8	0,07	0,03		14	1,56	0000
	Итого:	**22,84**	**400**	**5,913**	**8,773**	**50,557**	**301,44**	**0,229**	**0,181**	**72,333**	**66,107**	**3,647**	
	Итого за день:	**149,38**	**1 500,5**	**49,711**	**51,129**	**150,009**	**1 213,881**	**71,385**	**1,095**	**410,292**	**889,172**	**15,752**	

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по плану: 149,38 руб.
Стоимость за 10: 158,96 руб.

Шеф-повар: / Коржова Ю. А.

Мед.работник: / Мелюхина Е. В.

Бухгалтер: / Орлова О. В.

0000 - Продукт промышленного производства
0001 - «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях»(под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, изд. 2011 г., Москва, Дели принт)
0002 - «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» (под. ред. В.Т. Лапшиной, изд. Хлебпродинформ, 2004 г.)

"УТВЕРЖДАЮ"
М ДОУ города Нижнего Новгорода ДС
№15 "Солнышко"
Сормовского района
М.П. 1 июня 2023 г.
Подпись

Дни: 4
Дня: 1
Сезон: Лето-осень-весна
Возрастная категория: Дети-ясли

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец. Перед
				белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
	Завтрак												
17.3	Суп молочный с крупой (геркулес)++	6,36	150	2,6	2,8	11	80,6	0,05	0,17	0,84	164,78	0,17	0002 (№ 161)
33	Чай с сахаром+	0,73	160	0,004		0,032	29,867		0,011	0,085	4,309	0,715	0001 (№ 392)
266	Бутерброды с джемом+	3,68	30/10	2,51	3,93	28,88	161	0,05	0,03	0,48	10,5	0,69	0002 (№ 1)
	Итого	10,77	350	5,114	6,73	39,912	271,467	0,1	0,211	1,405	179,589	1,575	
	Завтрак 2ой												
0.43	Сливa+	10,03	95	1,045	0,38	10,07	45,866	0,009	0,009	14,25	31,35	1,71	
	Итого	10,03	95	1,045	0,38	10,07	45,866	0,009	0,009	14,25	31,35	1,71	
	Обед												
245.1	Лапша домашняя+	0,4	5	0,64	0,195	3,303	17,549	0,009	0,008		1,988	0,091	0001 (№ 118)
245	Суп - лапша домашняя+	0,98	120	1,376	0,872	9,512	53,704	0,048	0,032	3,336	9,704	0,456	0001 (№ 86)
117.1	Суфле из кур+	17,31	50	7,167	7,333	2,058	105,358	0,025	0,083	0,058	21,808	0,717	0001 (№ 310)
0.09	Хлеб ржаной+	1,56	40	2,64	0,48	13,68	35	0,07	0,03		14	1,56	0000
239.1	Мясо для супа (куры)+	1,29	10	7,98	7,63	0,095	100,8	0,045		1,13	11,845	0,7	0001 (№ 300)
60.1	Икра свекольная+	1,75	25	0,688	2,313	3,625	35,813	0,013	0,013	2,069	10,625	0,475	0001 (№ 54)
0.44	Сок фруктовый+	13,64	120	0,36		16,552	64,336	0,024	0,008	2,4	21,592	0,48	0000
3.321	Пюре картофельное	5,01	80	0,17	0,218	1,6	7,414	0,074	0,059	9,686	19,72	0,538	0001 (№ 321)
	Итого:	41,94	450	21,019	19,04	50,426	419,974	0,308	0,233	18,679	111,282	5,017	
	Полдник												
37.1	Молоко кипяченое	10,48	175	4,55	4,667	8,283	90,767	0,047	0,187	0,91	178,943	0,082	0001 (№ 400)
0.4	Пряники+	2,72	25	2,1	3,319	20,925	122,113	0,021	0,015		8,15	0,59	0000
	Итого:	13,2	200	6,65	7,985	29,208	212,879	0,068	0,202	0,91	187,093	0,672	
	Ужин												
294.2	Запеканка из печени с рисом (рецептура 294)	32,99	150	17,428	6,938	19,228	209,063	0,253	1,791	8,166	23,906	5,503	0001 (№ 294)
134.1	Кисель из сока+	18,83	185	0,37		22,962	98,765	0,012	0,012	8,88	13,086	0,21	0001 (№ 382)
183	Соус сметанный+	1,32	25	0,4	0,5	1,4	12,1		0,01	0,01	5,52	0,04	0001 (№ 354)
0.1	Хлеб пшеничный+	1,92	40	3,52	0,64	18,24	94,4	0,093	0,04		18,667	2,08	0000
	Итого:	55,06	400	21,718	8,077	61,83	414,328	0,359	1,853	17,056	61,179	7,833	
	Итого за день:	131	1 495	55,547	42,213	191,446	1 364,513	0,843	2,507	52,3	570,493	16,806	

Стоимость рациона: руб.
Стоимость по плану: 131 руб.
Стоимость за 10: 169,96 руб.

Шеф-повар: / Коржова Ю. А.

Мед работник: / Мелюхина Е. В.

Бухгалтер: / Орлова О. В.

0000 - Продукт промышленного производства
0001 - «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях»(под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, изд. 2011 г., Москва, Дели принт)
0002 - «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах» (под. ред. В.Т. Лапшиной, изд. Хлебпродинформ, 2004 г.)

"УТВЕРЖДАЮ"
МКДОУ города Нижнего Новгорода ДС
№15 "Колокольчик"
Кольник О.
М.П. 1 июля 2023 г.
Подпись

Дни: 5
Дня: 1
Сезон: Лето-осень-ясли
Возрастная категория: Дети-ясли

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., №рец
				белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
	Завтрак												
34	Чай с молоком+	5,25	155	1,653	1,653	12,813	72,747	0,01	0,062	0,372	58,125	0,92	0001 (№ 394)
268	Бутерброды с маслом+	7,65	10/30	2,45	10,55	14,62	150	0,05	0,03		9,3	0,62	0001 (№ 1)
7.1	Каша пшеничная молочная+	7,18	155	8,887	4,237	39,37	234,98	0,145	0,186	0,723	144,098	2,056	0001 (№ 185)
	Итого:	20,08	350	12,99	16,44	66,803	457,727	0,205	0,278	1,095	211,523	3,596	
	Завтрак 2ой												
0.31	Черешня+		100	0,825	0,3	7,95	36,21	0,007	0,007	11,25	24,75	1,35	
	Итого:		100	0,825	0,3	7,95	36,21	0,007	0,007	11,25	24,75	1,35	
	Обед												
123.3	Компот из замороженных плодов (ягод)+	3,89	130	0,433	0,087	18,46	72,28	0,009	0,009	42,9	4,472	0,615	0001 (№ 375)
0,09	Хлеб ржаной+	1,56	40	2,64	0,48	13,68	35	0,07	0,03		14	1,56	0000
267.1	Жаркое по-домашнему из говядины+	35,51	150	11,2	19,15	16,98	250	0,19		23,1	31,88	3,73	0001 (№ 276)
231	Суп с рыбными консервами+	12,41	130	4,472	4,368	7,453	86,97	0,052	0,075	4,741	23,556	0,659	0001 (№ 87)
	Итого:	53,37	450	18,745	24,085	56,573	444,25	0,321	0,114	70,741	73,908	6,564	
	Полдник												
281.1	Ряженка+	12	150	4,35	3,75	6,3	76	0,03	0,02	0,45	186	0,15	0001 (№ 401)
303	Запеканка с картофелем+	7,86	50	3,214	3,257	25,086	157,214	0,061	0,061	3,382	99,295	0,614	0003 (№ 303)
	Итого:	19,86	200	7,564	7,007	31,386	233,214	0,091	0,081	3,832	285,295	0,764	
	Ужин												
0.1	Хлеб пшеничный+	1,44	30	2,64	0,48	13,68	70,8	0,07	0,03		14	1,56	0000
0.44	Огурец свежий+	22,73	200	0,6		27,587	107,227	0,04	0,013	4	35,987	0,8	0000
146.1	Запеканка из творога+	34,63	120	15,672	16,428	29,244	321,288	0,066	0,266	0,199	146,136	1,152	0001 (№ 235)
182.3	Бутерброд сладкий+	9,5	50	3,6	4,25	27,75	164	0,088	0,19	0,5	153,5	0,1	0000
	Итого:	68,3	400	22,512	21,158	98,261	663,315	0,264	0,5	4,699	349,623	3,612	
	Итого за день:	161,61	1 500	62,637	68,99	260,973	1 834,716	0,888	0,98	91,617	945,099	15,886	

Стоимость рациона руб
Стоимость по плану 161,61 руб.
Стоимость за 10 166,96 руб.

Шеф-повар / Коржова Ю. А.

Мед работник / Мелюхина Е. В.

Бухгалтер / Орлова О. В.

0000 - Производственного производства
0001 - «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях»(под. ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, изд. 2011 г., Москва, Дели принт)
0003 - Технологическая карта