Утверждаю:

Заведующий МАДОУ №52 «Ая ганга»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.З. Цыренжапова

Меню на \_\_\_\_\_19 июля\_\_\_\_\_ 2021г. (Сад 12 часов)

**День 1**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рецептуры | Наименование блюда | Выход блюда,г | Пищевые вещества | Энергетич. ценность, ккал | Витамин С |
| Б | Ж | У |
|  | **Завтрак** |  |
| 88 | Каша манная на молоке | 200 | 6,21 | 7,47 | 25,09 | 192 |  |
| 3 | Батон с маслом  | 30/5 | 2,3 | 4,36 | 14.62 | 145 |  |
| 248 | Какао на молоке | 180 | 1,2 | 1,3 | 13 | 90 |  |
|  | **2ой завтрак** |  |
|  | Яблоко | 100 | 4,35 | 4,8 | 6 | 88,5 |  |
|  | **Обед** |  |
| 81 | Суп гороховый с мясом | 250 | 5,49 | 5,27 | 16,32 | 135 |  |
| 321 | Пюре картофельное | 150 | 3,06 | 4,8 | 20,43 | 138 |  |
| 161 | Биточки из говядины  | 80 | 9,84 | 8,02 | 7,16 | 139,13 |  |
| 228 | Красный соус | 50 | 0,69 | 1,95 | 3,09 | 31 |  |
| 375 | Морс из свежих ягод (облепиха) | 180 | 0,19 | 0,04 | 16,21 | 65,93 | 12,6 |
| 701.1 | Хлеб пшеничный | 50 | 3,8 | 0,45 | 24,85 | 146,54 |  |
|  | **Полдник** |  |
| 251 | Кисломолочный напиток «Йогурт» | 200 | 4,35 | 4,8 | 6 | 88,5 |  |
|  | **Ужин** |  |
| 237 | Пудинг твороженный соСгущ. молоком | 150 | 26,31 | 18,09 | 25,74 | 372 |  |
| 264 | Чай | 180 |  |  |  |  |  |
| ИТОГО за день | 1750 | 67,52 | 65,9 | 189,82 | 1677,779 |  |

Исполнитель: Заместитель по АХЧ Климова А.Б.

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ №52 «Ая ганга»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.З. Цыренжапова

Меню на \_\_\_\_\_\_20 июля\_\_\_\_ 2021г. (сад 12 часов)

**День 2**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рецептуры | Наименование блюда | Выход блюда, г | Пищевые вещества | Энергетич. ценность, ккал | Витамин  С |
| Б | Ж | У |
|  | **Завтрак** |  |
| 168 | Каша ячневая вязкая на молоке | 200 | 4,39 | 4,20 | 28,30 | 169,0 |  |
| 3 | Батон с маслом с сыром | 30/5/10 | 5,06 | 7 | 14.62 | 145 |  |
| 253 | Кофейный напиток с молоком | 180 | 1,3 | 1,3 | 14 | 92 |  |
|  | **2ой завтрак** |  |
|  | Банан | 100 | 1,65 | 0.45 | 34,5 | 133,5 |  |
|  | **Обед** |  |
| 33 | Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной | 250/6 | 4,1 | 7,16 | 20,93 | 145 |  |
| 200 | Капуста тушенная с мясом | 220 | 10,0 | 8,2 | 10,8 | 280 |  |
| 375 | Морс из свежих ягод (клюква) | 180 | 0,19 | 0,04 | 16,21 | 65,93 | 12,6 |
| 701.1 | Хлеб пшеничный | 50 |  3,8 | 0,45 | 24,85 | 146,54 |  |
|  | **Полдник** |  |
|  | Сок фруктовый | 100 |  |  | 11,5 | 92 |  |
|  | **Ужин** |  |
| 191 | Рис отварной  | 150 | 4,63 | 8,4 | 30,72 | 254,4 |  |
| 247 | Рыба тушенная с овощами | 70 | 7,04 | 3,56 | 1,92 | 70 |  |
| 263 | Чай сладкий | 180/12 | 0 | 0 | 11,98 | 43 |  |
| 701.1 | Хлеб пшеничный | 50 |  3,8 | 0,45 | 24,85 | 146,54 |  |
| ИТОГО за день | 1848 | 46,41 | 45,8 | 258,24 | 1924,79 |  |

Исполнитель: Заместитель по АХЧ Климова А.Б.

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ №52 «Ая ганга

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.З. Цыренжапова

Меню на \_\_\_\_21 июля\_\_\_\_\_\_\_ 2021г. (Сад)

**День 3**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рецептуры | Наименование блюда | Выход блюда, г | Пищевые вещества | Энергетич. ценность, ккал | Витамин  С |
| Б | Ж | У |
|  | **Завтрак** |  |
| 84 | Каша «Дружба» на молоке  | 200 | 6,21 | 7,73 | 27,71 | 201 |  |
| 3 | Батон с маслом с сыром | 30/5/10 | 5,06 | 7 | 14.62 | 145 |  |
| 200 | Чай с лимоном | 180/12/5 | 0,04 | 0 | 12,13 | 47 |  |
|  | **2ой завтрак** |  |
|  | Груша «Конференция» | 100 | 0,54 | 0,13 | 24,15 | 100,5 |  |
|  | **Обед** |  |
| 12 | Кукуруза консервированная | 55 | 1,73 | 3,71 | 4,82 | 59,58 |  |
| 67 |  Щи из свежей капусты со сметаной и мясом | 250 | 1,74 | 4,88 | 9,21 | 85 |  |
| 317 | Лапша отварная | 150 | 5,50 | 4,57 | 26,44 | 168 |  |
| 37 | Котлета мясная | 65 | 7,41 | 9,56 | 0,78 | 130,28 |  |
| 228 | Красный соус | 50 | 0,69 | 1,95 | 3,09 | 31 |  |
| 375 | Морс из свежих ягод (брусника) | 180 | 0,19 | 0,04 | 16,21 | 65,93 | 12,6 |
| 701.1 | Хлеб пшеничный | 50 |  3,8 | 0,45 | 24,85 | 146,54 |  |
|  | **Полдник** |  |
| 251 | Кисломолочный напиток «Снежок» | 200 | 4,35 | 4,8 | 6 | 88,5 |  |
|  | **Ужин** |  |
| 588 | Пирожок с ливером | 100 | 9,8 | 8,3 | 34,4 | 244 |  |
| 263 | Чай сладкий | 180/12 | 0 | 0 | 11,98 | 43 |  |
| ИТОГО за день | 1734 | 47,06 | 53,12 | 227,89 | 1647,33 |  |

Исполнитель: Заместитель по АХЧ Климова А.Б

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ №52 «Ая ганга»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.З. Цыренжапова

Меню на \_\_\_\_\_22 июля\_\_\_\_\_\_\_ 2021г. (Сад 12 часов)

**День 4**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рецептуры | Наименование блюда | Выход блюда, г | Пищевые вещества | Энергетич. ценность, ккал | Витамин С |
| Б | Ж | У |
|  | **Завтрак** |  |
| 43 | Суп молочный с рисом | 200 | 5,76 | 6,63 | 18,28 | 156 |  |
| 3 | Батон с маслом  | 30/5 | 2,3 | 4,36 | 14.62 | 145 |  |
| 263 | Чай сладкий | 180/12 | 0 | 0 | 11,98 | 43 |  |
|  | **2ой завтрак** |  |
|  | Сок фруктовый | 100 |  |  | 11,5 | 92 |  |
|  | **Обед** |  |
| 20 | Огурец соленный | 20 |  |  |  |  |  |
| 126 | Суп Домашний с макаронными изделиями на мясном бульоне  | 250 | 4,15 | 6,04 | 19,67 | 144 |  |
| 124 | Перловка отварная | 150 | 2,8 | 2,93 | 17,93 | 111,33 |  |
| 151 | Голубцы ленивые  | 70/30 | 6,2 | 9,51 | 5,81 | 124,63 |  |
| 354 | Сметанный соус | 50 | 1,41 | 5.0 | 5,87 | 74,1 |  |
| 376 | Компот из изюма и кураги | 200 | 0,44 | 0,02 | 27,76 | 113 | Аскорбин.кислота |
| 701  | Хлеб пшеничный | 50 |  3,8 | 0,45 | 24,85 | 146,54 |  |
|  | **Полдник** |  |
| 251 | Кисломолочный напиток «Йогурт» | 200 | 4,35 | 2.5 | 6 | 88,5 |  |
|  | **Ужин** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| 274 | Булочка обсыпная | 140 | 5,25 | 11,37 | 29,07 | 182,3 |  |
| 264 | Чай без сахара | 180 |  |  |  |  |  |
|  | Конфета  | 20 | 2,7 | 4,3 | 82,3 | 364 |  |
| ИТОГО за день | 1772 | 38,05 | 51,57 | 200,31 | 1435,58 |  |

Исполнитель: Заместитель по АХЧ Климова А.Б.

 Утверждаю:

Заведующий МАДОУ №52 «Ая ганга»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.З. Цыренжапова

Меню на \_\_\_\_\_23 июля\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2021г. (Сад 12 часов)

**День 5**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рецептуры | Наименование блюда | Выход блюда, г | Пищевые вещества | Энергетич. ценность, ккал | Витамин  С |
| Б | Ж | У |
|  | **Завтрак** |  |
| 96 | Каша вязкая пшенная на молоке  | 200 | 7,01 | 8,09 | 28,39 | 213 |  |
| 3 | Батон с маслом и сыром | 30/5/14 | 5,06 | 7 | 14,62 | 145 |  |
| 263 | Чай сладкий | 180/12 |  |  | 11,98 | 43 |  |
|  | **2ой завтрак** |  |
|  | Сок фруктовый | 100 |  |  | 11,5 | 92 |  |
|  | **Обед** |  |
| 57 | Борщ со сметаной на мясном бульоне | 200 | 1,73 | 4,9 | 12,2 | 100 |  |
| 313 | Гречка отварная рассыпчатая | 150 | 8,59 | 6,09 | 38,64 | 243 |  |
| 152 | Гуляш из говядины | 80 | 6 | 7,6 | 2,47 | 164,8 |  |
| 228 | Соус красный | 50 | 0,69 | 1,95 | 3,09 | 31 |  |
| 241 | Компот из сухофруктов | 180 | 0,44 | 0,02 | 27,76 | 113 | Аскорбинкислота |
|  | Хлеб пшеничный | 50 |  3,8 | 0,45 | 24,85 | 146,54 |  |
|  | **Полдник** |  |
| 251 | Кисломолочный напиток «Йогурт» | 200 | 4,35 | 4,8 | 6 | 88,5 |  |
|  | **Ужин** |  |
| 209 | Яйцо отварное | 1шт | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 |  |
| 1 | Хлеб с маслом  | 30/5 | 2,3 | 4,36 | 14,62 | 108 |  |
| 264 | Чай без сахара | 180 |  |  |  |  |  |
|  | Вафля | 20 | 7 | 20 | 66 | 470 |  |
| ИТОГО за день | 1598 | 47,04 | 49,86 | 208,4 | 1593,84 |  |
| ИТОГО за неделю | 8702 | 246,08 | 266,25 | 1084,66 | 8279,31 |  |
| Среднее значение за период |  | 49,21 | 53,25 | 216,93 | 1655,86 |  |

Исполнитель: Заместитель по АХЧ Климова А.Б.

 Утверждаю:

Заведующий МАДОУ №52 «Ая ганга»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.З. Цыренжапова

Меню на \_\_\_\_26 июля\_\_\_\_\_\_\_2021г. (Сад)

**День 6**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рецептуры | Наименование блюда | Выход блюда, г | Пищевые вещества | Энергетич. ценность, ккал | Витамин  С |
| Б | Ж | У |
|  | **Завтрак** |  |
| 177 | Каша вязкая рисовая на молоке  | 200 | 10,06 | 11,34 | 41,26 | 307 |  |
| 3 | Батон с маслом  | 30/5 | 5,06 | 7 | 14,62 | 145 |  |
| 253 | Кофейный напиток с молоком | 180 | 1,3 | 1,3 | 14 | 92 |  |
|  | **2ой завтрак** |  |
|  | Яблоко | 100 | 0,39 | 0,25 | 17,11 | 78 |  |
|  | **Обед** |  |
| 81 | Суп гороховый с мясом | 250 | 5,49 | 5,27 | 16,32 | 135 |  |
| 313 | Гречка отварная рассыпчатая | 150 | 8,59 | 6,09 | 38,64 | 243 |  |
| 161 | Биточки из говядины  | 80 | 9,84 | 8,02 | 7,16 | 139,13 |  |
| 228 | Красный соус | 50 | 0,69 | 1,95 | 3,09 | 31 |  |
| 241 | Компот из сухофруктов | 180 | 0,44 | 0,02 | 27,76 | 113 | Аскорбинкислота |
| 701 | Хлеб пшеничный | 50 |  3,8 | 0,45 | 24,85 | 146,54 |  |
|  | **Полдник** |  |
|  | Сок фруктовый | 100 |  |  | 11,5 | 92 |  |
|  | **Ужин** |  |
| 206 | Макароны отварные с сыром | 200 | 11,17 | 10,28 | 31,78 | 264 |  |
| 264 | Чай без сахара | 180 |  |  |  |  |  |
|  | Конфета  | 20 | 2,7 | 4,3 | 82,3 | 364 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 50 |  3,8 | 0,45 | 24,85 | 146,54 |  |
| ИТОГО за день | 2020 | 53,63 | 61,63 | 325,53 | 2179,65 |  |

Исполнитель: Заместитель по АХЧ Климова А.Б

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ №52 «Ая ганга»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.З. Цыренжапова

Меню на \_\_\_\_27 июля\_\_\_\_\_\_\_ 2021г. (Сад)

**День 7**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рецептуры | Наименование блюда | Выход блюда, г | Пищевые вещества | Энергетич. ценность, ккал | Витамин С |
| Б | Ж | У |
|  | **Завтрак** |  |
| 4 | Каша кукурузная на молоке  | 200 | 6,97 | 8,13 | 37,44 | 265,6 |  |
| 3 | Батон с маслом и сыром | 30/5/14 | 5,06 | 7 | 14,62 | 145 |  |
| 200 | Чай с лимоном | 180/12/5 | 0,04 | 0 | 12,13 | 47 |  |
|  | **2ой завтрак** |  |
|  | Банан | 100 | 1,65 | 0,45 | 34.5 | 133,5 |  |
|  | **Обед** |  |
| 77 | Суп картофельный с мясом | 250 | 1,87 | 2,26 | 13,30 | 81 |  |
| 191 | Рис отварной с овощами | 150 | 4,63 | 8,4 | 30,72 | 254,4 |  |
| 288 | Фрикадельки мясные  | 80 | 9,84 | 8,02 | 7,16 | 139,13 |  |
| 376 | Компот из изюма и кураги | 180 | 0,44 | 0,02 | 27,76 | 113 | Аскорбинкислота |
| 228 | Красный соус | 50 | 0,69 | 1,95 | 3,09 | 31 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 50 |  3,8 | 0,45 | 24,85 | 146,54 |  |
|  | **Полдник** |  |
| 251 | Кисломолочный напиток «Йогурт» | 200 | 4,35 | 2,5 | 6 | 88,5 |  |
|  | **Ужин** |  |
| 289314 | Ватрушка с творогом | 100 | 10,48 | 10,9 | 33,11 | 287,3 |  |
| 263 | Чай сладкий | 180/12 | 0 | 0 | 11,98 | 43 |  |
| ИТОГО за день | 1698 | 49,82 | 50,08 | 256,66 | 1774,97 |  |

Исполнитель: Заместитель по АХЧ Климова А.Б.

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ №52 «Ая ганга»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.З. Цыренжапова

Меню на \_\_\_\_\_\_28 июля\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2021г. (Сад)

 **День 8**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рецептуры | Наименование блюда | Выход блюда, г | Пищевые вещества | Энергетич. ценность, ккал | Витамин С |
| Б | Ж | У |
|  | **Завтрак** |  |
| 93 | Суп молочный с лапшой  | 200 | 7,18 | 6,5 | 23,54 | 181 |  |
| 3 | Батон с маслом и сыром | 30/5/14 | 5,06 | 7 | 14,62 | 145 |  |
| 263 | Чай сладкий | 180/12 |  |  | 11,98 | 43 |  |
|  | **2ой завтрак** |  |
|  | Груша «Конференция» | 100 | 0,54 | 0,13 | 24,15 | 100,5 |  |
|  | **Обед** |  |
| 24 | Сельдь с луком | 40 | 5,3 | 6,5 | 0,91 | 116 |  |
| 37 | Суп Крестьянский с крупой с мясом | 250 | 2,31 | 7,73 | 15,42 | 140,58 |  |
| 321 | Пюре картофельное | 150 | 3,06 | 4,8 | 20,43 | 138 |  |
| 174 | Тефтеля из говядины | 70 | 8,98 | 9,49 | 7,31 | 150,5 |  |
| 228 | Соус красный | 50 | 0,69 | 1,95 | 3,09 | 31 |  |
| 241 | Компот из сухофруктов | 180 | 0,44 | 0,02 | 27,76 | 113 | Аскорбинкислота |
| 701 | Хлеб пшеничный | 50 |  3,8 | 0,45 | 24,85 | 146,54 |  |
|  | **Полдник** |  |
| 251 | Кисломолочный напиток «Снежок» | 200 | 4,35 | 2,5 | 6 | 88,5 |  |
|  | **Ужин** |  |
| 448 | Пирожок с яйцом с рисом | 100 | 6,25 | 14,09 | 2,29 | 172,89 |  |
| 128 | Компот из яблок | 180 | 3,88 | 3,88 | 8,93 | 34,69 |  |
| ИТОГО за день | 1711 | 51,84 | 58,11 | 191,28 | 1689,31 |  |

Исполнитель: Заместитель по АХЧ Климова А.Б.

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ №52 «Ая ганга»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.З. Цыренжапова

Меню на \_\_\_\_\_\_29 июля\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2021г. (Сад)

 **День 9**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рецептуры | Наименование блюда | Выход блюда, г | Пищевые вещества | Энергетич. ценность, ккал | Витамин С |
| Б | Ж | У |
|  | **Завтрак** |  |
| 93 | Каша вязкая геркулесовая на молоке  | 200 | 6,35 | 8,51 | 21,86 | 187 |  |
| 3 | Батон с маслом  | 30/5 | 2,3 | 4,36 | 14.62 | 145 |  |
| 248 | Какао на молоке | 180 | 1,2 | 1,3 | 13 | 90 |  |
|  | **2ой завтрак** |  |
|  | Сок фруктовый | 100 |  |  | 11,5 | 92 |  |
|  | **Обед** |  |
| 10 | Зеленый горошек | 20 | 1,8 | 3,11 | 3,78 | 50,16 |  |
| 34 | Суп Свекольник со сметаной на мясном бульоне | 250 | 4,22 | 6,5 | 13,77 | 145 |  |
| 124 | Перловка отварная | 150 | 2,8 | 2,93 | 17,93 | 111,33 |  |
| 152 | Гуляш из говядины | 80 | 6 | 7,6 | 2,47 | 164,8 |  |
| 228 | Соус красный | 50 | 0,69 | 1,95 | 3,09 | 31 |  |
| 375 | Морс из свежих ягод (брусника) | 180 | 0,19 | 0,04 | 16,21 | 65,93 | 12,6 |
| 701 | Хлеб пшеничный | 50 |  3,8 | 0,45 | 24,85 | 146,54 |  |
|  | **Полдник** |  |
| 251 | Кисломолочный напиток «Йогурт» | 200 | 4,35 | 2,5 | 6 | 88,5 |  |
|  | **Ужин** |  |
| 294 | Запеканка из печени с рисом | 210 | 12,48 | 5,08 | 13,74 | 150,56 |  |
|  | Сухарик | 20 | 8,5 | 11 | 66 | 440 |  |
| 263 | Чай сладкий | 180/12 |  |  | 11,98 | 43 |  |
| 701 | Хлеб пшеничный | 50 |  3,8 | 0,45 | 24,85 | 146,54 |  |
| ИТОГО за день | 1867 | 59,69 | 56,24 | 271,46 | 2084,77 |  |

Исполнитель: Заместитель по АХЧ Климова А.Б.

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ №52 «Ая ганга»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.З. Цыренжапова

Меню на \_\_\_\_\_\_30 июля\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2021г. (Сад)

**День 10**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рецептуры | Наименование блюда | Выход блюда, г | Пищевые вещества | Энергетич. ценность, ккал | Витамин С |
| Б | Ж | У |
|  | **Завтрак** |  |
| 95 | Каша вязкая гречневая на молоке  | 200 | 6,64 | 7,59 | 28,13 | 204 |  |
| 3 | Батон с маслом и сыром | 30/5/14 | 5,06 | 7 | 14,62 | 145 |  |
| 263 | Чай сладкий | 180/12 |  |  | 11,98 | 43 |  |
|  | **2ой завтрак** |  |
|  | Сок фруктовый | 100 |  |  | 11,5 | 92 |  |
|  | **Обед** |  |
| 53 | Икра кабачковая | 50 |  |  |  |  |  |
| 126 | Суп домашний с лапшой на мясном бульоне | 250 | 4,15 | 6,04 | 19,67 | 144 |  |
| 276 | Жаркое по-домашнему | 200 | 22,02 | 6,79 | 19,95 | 259 |  |
| 375 | Морс из свежих ягод (клюква) | 180 | 0,19 | 0,04 | 16,21 | 65,93 | 12,6 |
|  | Хлеб пшеничный | 50 |  3,8 | 0,45 | 24,85 | 146,54 |  |
|  | **Полдник** |  |
| 251 | Кисломолочный напиток «Снежок» | 200 | 4,35 | 2,5 | 6 | 88,5 |  |
|  | **Ужин** |  |
| 110 | Омлет натуральный | 140 | 9,01 | 12,51 | 2,24 | 156,25 |  |
| 263 | Чай | 180 |  |  |  |  |  |
|  | Печенье | 20 | 7 | 20 | 66 | 470 |  |
|  | Хлеб пшеничный | 50 |  3,8 | 0,45 | 24,85 | 146,54 |  |
| ИТОГО за день | 1771 | 66,74 | 67,57 | 250,44 | 2018,96 |  |
| ИТОГО за неделю | 9067 | 281,72 | 293,63 | 1295,37 | 9747,66 |  |
| Среднее значение за период | 1813,4 | 56,34 | 58,72 | 259,074 | 1949,53 |  |

Исполнитель: Заместитель по АХЧ Климова А.Б