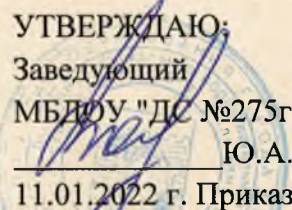


Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
" Детский сад № 275 г. Челябинска"  
454052, г. Челябинск, ул. Черкасская, 10а. Тел.:(8-351) 721-52-02, e-mail: ds275chel@mail.ru

---

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий  
МБДОУ "ДС №275г.Челябинска"  
Ю.А.Васнева  
11.01.2022 г. Приказ № 21



**ДВАДЦАТИДНЕВНОЕ  
МЕНЮ  
РАСКЛАДКА**  
возрастная категория: ясли  
**МБДОУ "ДС № 275 г. Челябинска"**

Утверждаю:  
Заведующая

Васнева Ю.А

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Ясли МБДОУ "ДС № 275 г. Челябинска"

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	**Каша пшеничная молочная жидкая	154	6,21	6,16	16,66	146,88	РТ910/3
	**Кофейный напиток с молоком	150	4,01	4,16	12,25	102,50	РТ253/3
	**Батон нарезной с повидлом	46	2,31	0,87	25,82	120,37	Т348/3
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>350</b>	<b>13</b>	<b>11</b>	<b>55</b>	<b>370</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	**Сок	100	0,30	0,10	15,20	62,90	НРТ41/3
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>15</b>	<b>63</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	**Салат "ЛИСИЧКА" из белокочанной капусты с морковью	40	0,73	3,04	4,07	46,52	ТК4/3
	**Рассольник ленинградский со сметаной	150	1,90	4,61	12,35	98,46	РТ330/3
	**Котлета "Затейники" из свинины	60	9,32	4,35	4,99	96,47	Р282/3
	**Капуста тушеная с яблоком	110	2,31	3,36	7,34	68,88	РТ200/3
	**Компот из смеси сухофруктов	150	0,34		5,00	21,39	РТ241/3
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>550</b>	<b>17</b>	<b>16</b>	<b>50</b>	<b>410</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	**Шанежка с картофелем	30	2,99	1,96	18,24	102,50	НРТ29/3
	**Напиток "ЛИМОННЫЙ"	150	0,14		5,44	22,30	ТК282/0
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>180</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>24</b>	<b>125</b>	
<b>УЖИН</b>							
	**Запеканка из творога	110	15,77	7,83	7,35	162,89	Р1170/3
	**Чай ПРИНЦЕССА	150			5,01	20,02	РТ263/3
	**Яблоко	114	0,46		11,17	46,51	РТ336/3
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>394</b>	<b>18</b>	<b>8</b>	<b>33</b>	<b>276</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>	<b>1574</b>	<b>51</b>	<b>37</b>	<b>177</b>	<b>1243</b>	

Страница 1

ЗАВЕДУЮЩИЙ МЕДОУ  
ДС № 275 г. ЧЕЛЯБИНСКА  
Ю. А. ВАСНЕВА



Утверждаю:  
Заведующая

Васнева Ю.А

**Менюготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Ясли МБДОУ "ДС № 275 г. Челябинска"

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	**Каша ячневая молочная	134	4,91	5,43	15,81	131,73	РТ990/3
	**Какао со сгущенным молоком	150	4,95	5,42	16,40	134,13	РТ248/3
	**Батон с маслом с сыром	44	4,90	5,98	15,84	136,78	РТ337/3
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>328</b>	<b>15</b>	<b>17</b>	<b>48</b>	<b>403</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	**Кефир	100	2,90	3,20	8,50	74,40	РТ251/3
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>9</b>	<b>74</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	**Салат из соленого огурца с репчатым луком	40	0,36	2,01	1,10	23,94	Егоро/3
	**Борщ со сметаной	150	2,16	5,57	11,74	105,81	РТ270/3
	Гуляш из курицы	50	11,51	13,10	3,65	178,48	231/1
	**Макаронные изделия отварные с овощами	110	3,24	2,82	19,54	116,47	РТ194/3
	**Компот из свежих яблок	150	0,12		7,93	32,20	РТ240/3
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>540</b>	<b>20</b>	<b>24</b>	<b>60</b>	<b>535</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	**Шарлотка с яблоками	50	3,12	3,18	15,27	102,18	НРТ77/3
	**Чай ПРИНЦЕССА	150			5,01	20,02	РТ263/3
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>200</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>20</b>	<b>122</b>	
<b>УЖИН</b>							
	**Суфле из рыбы "Золотая рыбка"	80	15,64	3,88	3,39	110,89	РТ359/3
	*!Картофельное пюре	110	2,67	2,33	18,68	106,37	РТ206/3
	*!Чай с лимоном	150	0,05		7,16	28,78	РТ374/3
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>360</b>	<b>20</b>	<b>6</b>	<b>39</b>	<b>293</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ</b>	<b>1528</b>	<b>60</b>	<b>54</b>	<b>176</b>	<b>1427</b>	

Страница 2

Заведующий МБДОУ  
ДС № 275 г. Челябинска  
Ю.А. Васнева

Утверждаю:  
Заведующая

Васнева Ю.А

### Меню приготавливаемых блюд


Возрастная категория: Ясли МБДОУ "ДС № 275 г. Челябинска"

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	**Каша манная молочная жидкая	154	5,36	6,16	18,75	151,80	РТ900/3
	**Кофейный напиток с молоком	150	4,01	4,16	12,25	102,50	РТ253/3
	*!*Батон с маслом	34	2,30	3,33	15,49	101,13	РТ387/3
	**Яйцо отварное	20	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>358</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>47</b>	<b>418</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	Снежок	100	2,70	2,50	10,80	76,50	347/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>11</b>	<b>77</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	**Суп овощной с фасолью и сметаной	150	1,94	2,79	7,49	62,90	P3970/3
	**Биточки "ГУСАРИКИ" из свинины	60	12,42	5,38	3,95	114,02	РТ161/3
	**Картофельное пюре	110	2,83	3,54	18,94	118,94	РТ206/3
	**Компот из свежих яблок	150	0,12		7,93	32,20	РТ240/3
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>510</b>	<b>20</b>	<b>12</b>	<b>54</b>	<b>406</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	**Напиток "ЛИМОННЫЙ"	150	0,14		5,44	22,30	TK282/0
	Вафли	15	0,48	0,42	12,17	54,36	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>165</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>18</b>	<b>77</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Салат из свеклы и яблок	45	0,47	2,03	3,76	35,15	326/1
	*!*Рагу из овощей	120	1,37	5,04	8,20	83,56	РТ770/3
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	**Сок	150	0,45	0,15	22,80	94,35	НРТ41/3
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>335</b>	<b>4</b>	<b>7</b>	<b>45</b>	<b>260</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ</b>	<b>1468</b>	<b>44</b>	<b>41</b>	<b>174</b>	<b>1237</b>	

Страница 3

Заведующий МБДОУ  
ДС № 275 г. Челябинска  
Ю. А. Васнева



Утверждаю:  
Заведующая

Васнева Ю.А

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБДОУ "ДС № 275 г. Челябинска"

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	**Каша гречневая рассыпчатая на молоке	154	6,09	5,88	19,03	153,30	РТ86/3
	**Кофейный напиток с молоком	150	4,01	4,16	12,25	102,50	РТ253/3
	*!*Батон с маслом	34	2,30	3,33	15,49	101,13	РТ387/3
	**Яйцо отварное	10	1,27	1,15	0,07	15,71	327/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>348</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>47</b>	<b>373</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	**Сок	100	0,30	0,10	15,20	62,90	НРТ41/3
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>15</b>	<b>63</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Салат из свежей белокачанной капусты	40	0,65	3,04	1,69	36,65	333/1
	**Щи с капустой, картофелем и сметаной	150	1,84	2,58	10,07	70,90	РТ560/3
	**Плов "ВОСТОРГ" из отварной свинины	170	17,00	8,97	20,27	229,83	Т1630/3
	**Компот из смеси сухофруктов	150	0,34		5,00	21,39	РТ241/3
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>550</b>	<b>22</b>	<b>15</b>	<b>53</b>	<b>437</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	**Чай ПРИНЦЕССА	150			5,01	20,02	РТ263/3
	Вафли	15	0,48	0,42	12,17	54,36	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>165</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>17</b>	<b>74</b>	
<b>УЖИН</b>							
	**Запеканка из творога	110	17,87	8,33	7,65	176,99	Р1170/3
	*!*Чай с лимоном	150	0,05		5,16	20,80	РТ374/3
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>290</b>	<b>20</b>	<b>9</b>	<b>28</b>	<b>268</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ</b>	<b>1453</b>	<b>57</b>	<b>39</b>	<b>160</b>	<b>1215</b>	

Страница 4

ЗАВЕДУЮЩАЯ  
ДС № 275 г. Челябинска  
Ю. А. Васнева



Утверждаю:  
Заведующая

Васнева Ю.А

### Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБДОУ "ДС № 275 г. Челябинска"

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	**Каша кукурузная молочная жидкая	154	4,30	4,55	21,33	143,37	РТ91/3
	**Какао со сгущенным молоком	150	4,95	5,42	16,40	134,13	РТ248/3
	**Батон с маслом с сыром	44	4,90	5,98	15,84	136,78	РТ337/3
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>348</b>	<b>14</b>	<b>16</b>	<b>54</b>	<b>414</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	**Кефир	100	2,90	3,20	8,50	74,40	РТ251/3
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>9</b>	<b>74</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Салат из репчатого лука	20	0,24	1,53	1,39	20,32	325/1
	**Суп полевой со сметаной	150	1,85	4,28	12,07	93,96	РТ370/3
	**Пюре из гороха с пассерованным луком	110	8,39	2,06	21,19	136,88	ТК390/0
	Курица порционная	60	16,20	18,38	0,09	230,51	236/1
	**Напиток из шиповника	150	0,34		9,82	40,64	РТ256/3
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>530</b>	<b>29</b>	<b>27</b>	<b>61</b>	<b>600</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Печенье	15	1,13	1,77	11,24	65,37	
	**Сок	150	0,30	0,10	15,20	62,90	НРТ41/3
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>165</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>26</b>	<b>128</b>	
<b>УЖИН</b>							
	.Морковная запеканка	170	6,36	7,24	30,93	214,33	69*/1
	**Чай ПРИНЦЕССА	150			5,01	20,02	РТ263/3
	**Пирожок с яблоком	30	4,68	3,28	31,25	173,20	НРТ43/3
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>370</b>	<b>13</b>	<b>11</b>	<b>77</b>	<b>454</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ</b>	<b>1513</b>	<b>61</b>	<b>58</b>	<b>226</b>	<b>1672</b>	

Страница 5

Заведующий МБДОУ  
ДС № 275 г. Челябинска  
Ю. А. Васнева

Утверждаю:

Заведующая

Васнева Ю.А

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБДОУ "ДС № 275 г. Челябинска"

Приложение №8

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Пудинг из творога с рисом	160	20,70	8,59	16,42	225,80	127/1
	**Батон нарезной с повидлом	40	2,29	0,87	21,92	104,67	Т348/3
	**Какао со сгущенным молоком	150	4,95	5,42	16,40	134,13	РТ248/3
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>350</b>	<b>28</b>	<b>15</b>	<b>55</b>	<b>465</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	**Кефир	100	2,90	3,20	8,50	74,40	РТ251/3
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>9</b>	<b>74</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Салат из свёклы с изюмом или черносливом	45	0,68	2,74	6,55	53,48	20/2
	Суп крестьянский с крупой со сметаной	150	1,64	2,90	8,42	66,25	42/1
	**Рагу из овощей	110	1,30	4,41	7,77	75,92	РТ770/3
	**Котлета "Затейники" из свинины	60	9,32	4,35	4,99	96,47	Р282/3
	**Компот из смеси сухофруктов	150	0,34		5,00	21,39	РТ241/3
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>555</b>	<b>16</b>	<b>15</b>	<b>49</b>	<b>391</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	**Напиток из шиповника	150	0,34		9,82	40,64	РТ256/3
	**Пирожок с яблоком	30	4,73	3,26	32,06	176,47	НРТ43/3
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>180</b>	<b>5</b>	<b>3</b>	<b>42</b>	<b>217</b>	
<b>УЖИН</b>							
	**Суфле картофельно-морковное	110	3,40	4,16	15,93	114,63	ТК160/3
	**Котлеты рыбные "Солнышко"	60	11,05	2,25	5,60	86,74	РТ134/3
	*!Чай с лимоном	150	0,05		5,16	20,80	РТ374/3
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>350</b>	<b>17</b>	<b>7</b>	<b>41</b>	<b>292</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>	<b>1535</b>	<b>68</b>	<b>43</b>	<b>195</b>	<b>1440</b>	

Страница 6

Заведующий МБДОУ  
ДС № 275 г. Челябинска  
Ю. А. Васнева

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	**Каша овсяная "Геркулес" жидкая	134	5,40	6,27	16,29	143,20	РТ930/3
	**Кофейный напиток с молоком	150	4,01	4,16	12,25	102,50	РТ253/3
	**Батон с маслом с сыром	44	4,90	5,98	15,84	136,78	РТ337/3
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>328</b>	<b>14</b>	<b>16</b>	<b>44</b>	<b>382</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	Снежок	100	2,70	2,50	10,80	76,50	347/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>11</b>	<b>77</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	**Суп овощной с фасолью и сметаной	150	1,94	2,79	7,49	62,90	Р3970/3
	.Котлета куриная	60	9,67	14,32	7,23	196,40	421*/1
	**Капуста тушеная с яблоком	110	2,31	3,36	7,34	68,88	РТ200/3
	**Сок	150	0,45	0,15	22,80	94,35	НРТ41/3
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>510</b>	<b>17</b>	<b>21</b>	<b>61</b>	<b>500</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	**Чай ПРИНЦЕССА	150			5,01	20,02	РТ263/3
	**Пирожок с яйцом	30	6,18	5,88	22,22	166,45	НРТ29/3
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>180</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>27</b>	<b>186</b>	
<b>УЖИН</b>							
	**Салат Пикантный	40	3,47	4,92	1,18	62,79	НРТ/3
	*!Картофельное пюре	110	2,67	2,33	18,68	106,37	РТ206/3
	**Напиток "ЛИМОННЫЙ"	150	0,14		5,44	22,30	ТК282/0
	**Яблоко	114	0,46		11,17	46,51	РТ336/3
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>434</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>46</b>	<b>285</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ</b>	<b>1552</b>	<b>48</b>	<b>53</b>	<b>190</b>	<b>1431</b>	

ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ  
ДС № 275 г. ЧЕЛЯБИНСКА  
Ю. А. ВАСНЕВА





Утверждаю:  
Заведующая

Васнева Ю.А.

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Ясли МБДОУ "ДС № 275 г. Челябинска"

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	**Каша рисовая молочная жидкая	154	5,07	6,19	19,48	153,87	РТ980/3
	**Батон с маслом с сыром	44	4,90	5,98	15,84	136,78	РТ337/3
	**Кофейный напиток с молоком	150	4,01	4,16	12,25	102,50	РТ253/3
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>348</b>	<b>14</b>	<b>16</b>	<b>48</b>	<b>393</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	**Кефир	100	2,90	3,20	8,50	74,40	РТ251/3
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>9</b>	<b>74</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	**Салат "ЛИСИЧКА" из белокочанной капусты с морковью	40	0,73	3,04	4,07	46,52	ТК4/3
	**Суп картофельный с клецками	150	2,77	2,03	16,64	95,88	РТ370/3
	**Плов "ВОСТОРГ" из отварной свинины	170	17,00	8,97	20,27	229,83	Т1630/3
	**Компот из свежих яблок	150	0,12		7,93	32,20	РТ240/3
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>550</b>	<b>23</b>	<b>15</b>	<b>65</b>	<b>482</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Печенье	15	1,13	1,77	11,24	65,37	
	**Сок	150	0,45	0,15	22,80	94,35	НРТ41/3
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>165</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>34</b>	<b>160</b>	
<b>УЖИН</b>							
	**Хлебцы рыбные	60	14,91	3,49	2,76	102,01	ТР100/3
	**Розовое пюре	110	2,08	3,63	12,63	91,39	РТ207/3
	**Напиток "ЛИМОННЫЙ"	150	0,14		5,44	22,30	ТК282/0
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>350</b>	<b>19</b>	<b>7</b>	<b>36</b>	<b>286</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ</b>	<b>1513</b>	<b>61</b>	<b>43</b>	<b>191</b>	<b>1396</b>	

Страница 8

ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ  
ДС № 275 г. ЧЕЛЯБИНСКА  
Ю. А. ВАСНЕВА



Утверждаю:  
Заведующая

Васнева Ю.А

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Ясли МБДОУ "ДС № 275 г. Челябинска"

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	**Каша манная молочная жидкая	154	5,36	6,16	18,75	151,80	РТ900/3
	**Кофейный напиток с молоком	150	4,01	4,16	12,25	102,50	РТ253/3
	**Батон нарезной с повидлом	40	2,29	0,87	21,92	104,67	Т348/3
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>344</b>	<b>12</b>	<b>11</b>	<b>53</b>	<b>359</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	Снежок	100	2,70	2,50	10,80	76,50	347/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>11</b>	<b>77</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	.Кукуруза сладкая	45	0,99	0,18	5,04	25,74	Н2*/1
	**Свекольник со сметаной	150	2,21	3,60	13,65	95,89	РТ340/3
	**Гуляш "ОБЖОРКА" из свинины	60	12,16	5,97	1,75	109,31	НРТ15/3
	**Макаронные изделия отварные с овощами	110	3,24	2,82	19,54	116,47	РТ194/3
	**Компот из смеси сухофруктов	150	0,34		5,00	21,39	РТ241/3
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>555</b>	<b>21</b>	<b>13</b>	<b>61</b>	<b>447</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	**Чай ПРИНЦЕССА	150			5,01	20,02	РТ263/3
	**Шарлотка с яблоками	30	1,89	1,92	9,19	61,52	НРТ77/3
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>180</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>14</b>	<b>82</b>	
<b>УЖИН</b>							
	**Запеканка из творога	110	15,77	7,83	7,35	162,89	Р1170/3
	**Кисель молочный "Гуси лебеди"	150	3,08	3,36	13,15	95,13	ТК32/0
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>285</b>	<b>21</b>	<b>11</b>	<b>33</b>	<b>317</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ</b>	<b>1464</b>	<b>58</b>	<b>40</b>	<b>172</b>	<b>1280</b>	

Страница 9

Заведующий МБДОУ  
ДС № 275 г. Челябинска  
Ю.А. Васнева

Утверждаю:  
Заведующая

Васнева Ю.А


**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Ясли МБДОУ "ДС № 275 г. Челябинска"

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	**Каша молочная "Дружба"	154	5,66	6,44	22,21	169,38	РТ840/3
	**Какао со сгущенным молоком	150	4,95	5,42	16,40	134,13	РТ248/3
	**Яйцо отварное	10	1,27	1,15	0,07	15,71	327/1
	*!*Батон с маслом	34	2,30	3,33	15,49	101,13	РТ387/3
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>348</b>	<b>14</b>	<b>16</b>	<b>54</b>	<b>420</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	**Сок	100	0,30	0,10	15,20	62,90	НРТ41/3
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>15</b>	<b>63</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	.Салат Витаминный	45	0,52	5,03	4,56	65,49	2/1
	**Суп "ХАРЧО"	150	1,55	1,65	11,90	68,63	РТ371/3
	Суфле из кур	60	21,89	24,07	2,62	314,60	183/1
	**Картофель отварной	110	2,24	2,29	17,98	101,45	-
	**Компот из свежих яблок	150	0,12		7,93	32,20	РТ240/3
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>555</b>	<b>29</b>	<b>34</b>	<b>61</b>	<b>660</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	**Булочка "Дорожная"	30	2,34	2,70	16,50	99,65	Р275/3
	**Чай с молоком	150	3,19	3,52	10,18	85,14	РТ261/3
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>180</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>27</b>	<b>185</b>	
<b>УЖИН</b>							
	**Котлеты картофельные	110	4,37	6,93	24,25	176,73	Т65/3
	**Чай с лимоном	150	0,05		5,16	20,80	РТ374/3
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>290</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>44</b>	<b>268</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ</b>	<b>1473</b>	<b>55</b>	<b>63</b>	<b>201</b>	<b>1596</b>	

Страница 10

ЗАВЕДУЮЩАЯ МБДОУ  
ДС № 275 г. ЧЕЛЯБИНСКА  
Ю. А. ВАСНЕВА



Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 1</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	**Каша пшеничная молочная жидкая	154	5,11	5,10	20,23	147,10	РТ96/3
	**Какао со сгущенным молоком	150	4,95	5,42	16,40	134,13	РТ248/3
	**Батон нарезной с повидлом	46	2,31	0,87	25,82	120,37	Т348/3
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>350</b>	<b>12</b>	<b>11</b>	<b>62</b>	<b>402</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	**Сок	100	0,30	0,10	15,20	62,90	НРТ41/3
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>15</b>	<b>63</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	.Салат из белокочанной капусты	40	0,65	4,04	1,69	45,64	333/1
	**Борщ Сибирский	150	0,97	2,61	6,77	54,45	НРТ13/3
	**Гуляш "ОБЖОРКА" из свинины	60	12,16	5,97	1,75	109,31	НРТ15/3
	**Макаронные изделия отварные с овощами	110	3,24	2,82	19,54	116,47	РТ194/3
	**Компот из смеси сухофруктов	150	0,34		5,00	21,39	РТ241/3
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>550</b>	<b>20</b>	<b>16</b>	<b>51</b>	<b>425</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	**Кисель молочный "Гуси лебеди"	150	3,08	3,36	16,14	107,11	ТК32/0
	**Пирожок с яйцом	30	3,78	3,56	13,68	101,79	НРТ29/3
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>180</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>30</b>	<b>209</b>	
<b>УЖИН</b>							
	*!*Рагу из овощей	120	1,37	5,04	8,20	83,56	РТ770/3
	**Чай ПРИНЦЕССА	150			5,01	20,02	РТ263/3
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>300</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>28</b>	<b>174</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>	<b>1480</b>	<b>43</b>	<b>40</b>	<b>186</b>	<b>1272</b>	

ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ  
ДС № 275 г. ЧЕЛЯБИНСКА  
Ю. А. ВАСНЕВА



Утверждаю:  
Заведующая

Васнева Ю.А

**Менюготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Ясли МБДОУ "ДС № 275 г. Челябинска"

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 2</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	**Каша кукурузная молочная жидкая	154	4,30	4,55	21,33	143,37	РТ91/3
	**Кофейный напиток с молоком	150	4,01	4,16	12,25	102,50	РТ253/3
	*!!*Батон с маслом	34	2,30	3,33	15,49	101,13	РТ387/3
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>338</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>49</b>	<b>347</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	**Кефир	100	2,90	3,20	8,50	74,40	РТ251/3
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>9</b>	<b>74</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	.Салат из свежей моркови	40	0,46	4,04	3,42	51,75	9/1
	**Суп "Гороховый"	150	3,72	1,68	14,21	86,75	РТ36/3
	**Фрикадельки "МАЛЕНЬКИЕ ЧЕРЕПАШКИ" мясные в соусе	60	13,81	7,83	7,50	155,74	НРТ30/3
	**Картофельное пюре	110	2,83	3,54	18,94	118,94	РТ206/3
	**Компот из свежих яблок	150	0,12		7,93	32,20	РТ240/3
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>550</b>	<b>23</b>	<b>18</b>	<b>68</b>	<b>523</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	**Чай ПРИНЦЕССА	150			5,01	20,02	РТ263/3
	Печенье	15	1,13	1,77	11,24	65,37	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>165</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>16</b>	<b>85</b>	
<b>УЖИН</b>							
	**Запеканка из творога	110	15,77	7,83	7,35	162,89	Р1170/3
	**Напиток "ЛИМОННЫЙ"	150	0,14		5,44	22,30	ТК282/0
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>280</b>	<b>17</b>	<b>8</b>	<b>23</b>	<b>232</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ</b>	<b>1433</b>	<b>55</b>	<b>43</b>	<b>164</b>	<b>1262</b>	

Страница 12

ЗАВЕДУЮЩАЯ МБДОУ  
ДС № 275 г. ЧЕЛЯБИНСКА  
Ю. А. Васнева

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 3</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	**Каша молочная "Дружба"	154	5,66	6,44	22,21	169,38	РТ840/3
	**Молоко кипяченое (НАП)	150	4,35	4,80	7,05	88,80	РТ255/3
	**Батон с маслом с сыром	44	4,90	5,98	15,84	136,78	РТ337/3
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>348</b>	<b>15</b>	<b>17</b>	<b>45</b>	<b>395</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	**Сок	100	0,30	0,10	15,20	62,90	НРТ41/3
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>15</b>	<b>63</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	**Свекольная икра	40	0,80	2,06	4,66	40,34	(Н4)Р/3
	**Щи по уральски с геркулесом	150	1,72	2,30	7,82	58,83	РТ559/3
	Гуляш из курицы	50	11,51	13,10	3,65	178,48	231/1
	**Каша перловая рассыпчатая с овощами	110	3,60	2,27	25,36	136,23	НРТ17/3
	**Компот из смеси сухофруктов	150	0,34		5,00	21,39	РТ241/3
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>540</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>62</b>	<b>513</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	*!Чай с лимоном	150	0,05		7,16	28,78	РТ374/3
	**Булочка "Розовая"	30	2,62	1,00	16,90	87,09	T272/3
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>180</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>24</b>	<b>116</b>	
<b>УЖИН</b>							
	*!Картофельная запеканка	110	4,78	4,59	18,12	132,87	ТК165/3
	Оладьи из печени по-кунцевски	100	18,43	8,37	17,18	217,73	357/4
	**Соус томатный	10	0,28	0,33	1,29	9,17	РТ228/3
	**Чай ПРИНЦЕССА	150			5,01	20,02	РТ263/3
	**Яблоко	114	0,46		11,17	46,51	РТ336/3
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>504</b>	<b>25</b>	<b>13</b>	<b>63</b>	<b>473</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ</b>	<b>1672</b>	<b>64</b>	<b>52</b>	<b>209</b>	<b>1560</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 4</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Омлет натуральный	130	8,78	9,75	2,35	132,23	110/1
	**Салат из зеленого горошка "УДИВИТЕЛЬНЫЙ"	40	1,15	2,70	2,41	38,49	РТ332/3
	**Какао со сгущенным молоком	150	4,95	5,42	16,40	134,13	РТ248/3
	**Батон нарезной с повидлом	46	2,31	0,87	25,82	120,37	Т348/3
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>366</b>	<b>17</b>	<b>19</b>	<b>47</b>	<b>425</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	**Кефир	100	2,90	3,20	8,50	74,40	РТ251/3
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>9</b>	<b>74</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Огурец соленый порционный	45	0,36		0,77	4,50	330/1
	**Свекольник со сметаной	150	2,21	3,60	13,65	95,89	РТ340/3
	Курица порционная	60	16,20	18,38	0,09	230,51	236/1
	**Овощи тушеные	110	1,99	3,14	7,78	67,34	РТ393/3
	**Компот из свежих яблок	150	0,12		7,93	32,20	РТ240/3
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>555</b>	<b>23</b>	<b>26</b>	<b>46</b>	<b>508</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	**Шанежка с картофелем	30	2,99	1,96	18,24	102,50	НРТ29/3
	**Сок	150	0,45	0,15	22,80	94,35	НРТ41/3
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>180</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>41</b>	<b>197</b>	
<b>УЖИН</b>							
	**Рыба тушеная в томате с овощами	150	15,70	4,96	9,64	145,94	РТ406/3
	**Чай ПРИНЦЕССА	150			5,01	20,02	РТ263/3
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>320</b>	<b>17</b>	<b>5</b>	<b>24</b>	<b>213</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ</b>	<b>1521</b>	<b>64</b>	<b>55</b>	<b>167</b>	<b>1418</b>	

Утверждаю:  
Заведующая

Васнева Ю.А

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБДОУ "ДС № 275 г. Челябинска"

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 5</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	**Каша "Здоровье"	154	5,77	6,44	19,27	158,08	РТ390/3
	**Кофейный напиток с молоком	150	4,01	4,16	12,25	102,50	РТ253/3
	**Багет с маслом с сыром	44	4,90	5,98	15,84	136,78	РТ337/3
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>348</b>	<b>15</b>	<b>17</b>	<b>47</b>	<b>397</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	**Сок	100	0,30	0,10	15,20	62,90	НРТ41/3
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>15</b>	<b>63</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Салат из моркови и яблок	45	0,41	2,03	3,22	32,76	10/1
	**Суп-лапша домашняя	150	3,57	3,84	21,50	134,83	РТ470/3
	Котлеты, биточки, шницели кринные	60	9,47	11,85	6,17	169,09	178/1
	**Рагу из овощей	110	1,86	7,60	9,40	113,37	РТ770/3
	**Компот из смеси сухофруктов	150	0,34		5,00	21,39	РТ241/3
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>555</b>	<b>18</b>	<b>26</b>	<b>61</b>	<b>549</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	**Чай с молоком	150	3,19	3,52	10,18	85,14	РТ261/3
	Вафли	15	0,48	0,42	12,17	54,36	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>165</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>22</b>	<b>140</b>	
<b>УЖИН</b>							
	*!*Лакомка из творога 120	120	22,77	10,64	19,21	263,63	РТ345/3
	**Напиток "ЛИМОННЫЙ"	150	0,14		5,44	22,30	ТК282/0
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>285</b>	<b>24</b>	<b>11</b>	<b>32</b>	<b>321</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ</b>	<b>1453</b>	<b>61</b>	<b>57</b>	<b>178</b>	<b>1470</b>	

Страница 15

Заведующая МБДОУ  
ДС № 275 г. Челябинска  
Ю. А. Васнева



Утверждаю:

Заведующая

Васнева Ю.А

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБДОУ "ДС № 275 г. Челябинска"

Приложение №8

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 1</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	**Каша рисовая молочная жидкая	154	5,07	6,19	19,48	153,87	РТ980/3
	**Какао со сгущеным молоком	150	4,95	5,42	16,40	134,13	РТ248/3
	**Яйцо отварное	10	1,27	1,15	0,07	15,71	327/1
	*!*Батон с маслом	34	2,30	3,33	15,49	101,13	РТ387/3
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>348</b>	<b>14</b>	<b>16</b>	<b>51</b>	<b>405</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	Снежок	100	2,70	2,50	10,80	76,50	347/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>11</b>	<b>77</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Салат из свеклы отварной	100	1,44	6,09	8,45	94,37	26/4
	**Щи с капустой, картофелем и сметаной	150	1,84	2,58	10,07	70,90	РТ560/3
	**Гуляш "ОБЖОРКА" из свинины	60	12,16	5,97	1,75	109,31	НРТ15/3
	**Картофельное пюре	110	2,83	3,54	18,94	118,94	РТ206/3
	**Компот из смеси сухофруктов	150	0,34		5,00	21,39	РТ241/3
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>610</b>	<b>21</b>	<b>19</b>	<b>60</b>	<b>493</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	**Ватрушка с повидлом	30	1,92	0,92	17,80	87,11	НРТ28/3
	**Напиток из шиповника	150	0,34		9,82	40,64	РТ256/3
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>180</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>28</b>	<b>128</b>	
<b>УЖИН</b>							
	**Суфле из рыбы "Золотая рыбка"	80	15,64	3,88	3,39	110,89	РТ359/3
	**Овощное пюре	110	2,63	1,78	13,12	79,05	РТ213/3
	**Чай ГРИНЦЕССА	150			5,01	20,02	РТ263/3
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>370</b>	<b>21</b>	<b>6</b>	<b>36</b>	<b>280</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>	<b>1608</b>	<b>60</b>	<b>44</b>	<b>186</b>	<b>1382</b>	

Страница 16

Заведующий МБДОУ  
ДС № 275 г. Челябинска  
Ю. А. Васнева

Утверждаю:

Заведующая

Васнева Ю.А

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБДОУ "ДС № 275 г. Челябинска"

Приложение №8

к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 2</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	**Каша гречневая рассыпчатая на молоке	154	6,09	5,88	19,03	153,30	РТ86/3
	**Кофейный напиток с молоком	150	4,01	4,16	12,25	102,50	РТ253/3
	**Яйцо отварное	10	1,27	1,15	0,07	15,71	327/1
	*!!*Бэтон с маслом	34	2,30	3,33	15,49	101,13	РТ387/3
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>348</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>47</b>	<b>373</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	**Сок	100	0,30	0,10	15,20	62,90	НРТ41/3
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>15</b>	<b>63</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	.Кукуруза сладкая	45	0,99	0,18	5,04	25,74	Н2*/1
	**Свекольник со сметаной	150	2,21	3,60	13,65	95,89	РТ340/3
	**Макаронные изделия отварные с овощами	110	3,24	2,82	19,54	116,47	РТ194/3
	Курица порционная	60	16,20	18,38	0,09	230,51	236/1
	**Компот из свежих яблок	150	0,12		7,93	32,20	РТ240/3
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>555</b>	<b>25</b>	<b>25</b>	<b>62</b>	<b>579</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	**Напиток "ЛИМОННЫЙ"	150	0,14		5,44	22,30	ТК282/0
	Булочка "Обыкновенная"	30	2,45	0,33	17,10	81,17	272/1
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>180</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>23</b>	<b>103</b>	
<b>УЖИН</b>							
	**Запеканка капустная	120	4,74	3,98	13,28	107,82	РТ61/3
	**Ссус томатный	20	0,55	0,69	2,62	18,88	РТ228/3
	**Чай ПРИНЦЕССА	150			5,01	20,02	РТ263/3
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	**Яблоко	114	0,46		11,17	46,51	РТ336/3
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>424</b>	<b>7</b>	<b>5</b>	<b>42</b>	<b>240</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ</b>	<b>1607</b>	<b>49</b>	<b>45</b>	<b>189</b>	<b>1358</b>	

Страница 17

ЗАВЕДУЮЩАЯ МБДОУ  
ДС № 275 г. ЧЕЛЯБИНСКА  
Ю. А. ВАСНЕВА



Утверждаю:  
Заведующая

Васнева Ю.А

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Ясли МБДОУ "ДС № 275 г. Челябинска"

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 3</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	**Каша манная молочная жидкая	154	5,36	6,16	18,75	151,80	РТ900/3
	**Какао со сгущенным молоком	150	4,95	5,42	16,40	134,13	РТ248/3
	**Батон нарезной с повидлом	46	2,31	0,87	25,82	120,37	Т348/3
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>350</b>	<b>13</b>	<b>12</b>	<b>61</b>	<b>406</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	**Кефир	100	2,90	3,20	8,50	74,40	РТ251/3
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>9</b>	<b>74</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	**Салат из зеленого горошка "УДИВИТЕЛЬНЫЙ"	40	1,15	2,70	2,41	38,49	РТ332/3
	**Рассольник домашний со сметаной	150	1,51	4,11	9,17	79,68	РТ32/3
	.Суфле из кур	60	22,66	23,49	2,37	311,48	183*/1
	**Сложный гарнир	110	3,20	3,67	13,86	101,30	РТ395/3
	**Компот из смеси сухофруктов	150	0,34		5,00	21,39	РТ241/3
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>550</b>	<b>31</b>	<b>34</b>	<b>49</b>	<b>630</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	**Чай ПРИНЦЕССА	150			5,01	20,02	РТ263/3
	**Шанежка с картофелем	30	2,99	1,96	18,24	102,50	НРТ29/3
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>180</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>23</b>	<b>123</b>	
<b>УЖИН</b>							
	**Рыба, запеченая в омлете	70	12,33	5,27	1,86	104,24	РТ138/3
	**Овощи тушеные	110	1,99	3,14	7,78	67,34	РТ393/3
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	**Чай с лимоном	150	0,05		7,16	28,78	РТ374/3
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>350</b>	<b>16</b>	<b>9</b>	<b>27</b>	<b>247</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ</b>	<b>1530</b>	<b>66</b>	<b>61</b>	<b>168</b>	<b>1481</b>	

Страница 18

Заведующий МБДОУ  
ДС № 275 г. Челябинска  
Ю. А. Васнева

Утверждаю:  
Заведующая

Васнева Ю.А

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Ясли МБДОУ "ДС № 275 г. Челябинска"

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 4</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	*!*Лакомка из творога 120	120	22,77	10,64	19,21	263,63	РТ345/3
	**Кофейный напиток с молоком	150	4,01	4,16	12,25	102,50	РТ253/3
	*!!*Батон с маслом	34	2,30	3,33	15,49	101,13	РТ387/3
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>304</b>	<b>29</b>	<b>18</b>	<b>47</b>	<b>467</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	**Сок	100	0,30	0,10	15,20	62,90	НРТ41/3
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>15</b>	<b>63</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Салат из свёклы с солёными огурцами*	45	0,57	2,03	3,05	32,77	21/2
	**Суп полевой со сметаной	150	1,85	4,28	12,07	93,96	РТ370/3
	**Азу по-татарски со свининой	170	17,86	8,04	21,04	227,99	НРТ36/3
	**Компот из свежих яблок	150	0,12		7,93	32,20	РТ240/3
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>555</b>	<b>23</b>	<b>15</b>	<b>60</b>	<b>465</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	**Молоко кипяченое (НАП)	150	4,35	4,80	7,05	88,80	РТ255/3
	Булочка "Российская"	30	2,36	3,25	16,83	106,02	276/1
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>180</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>24</b>	<b>195</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Рагу из овощей	150	2,52	7,18	14,60	132,95	77/1
	Печень говяжья по-строгановски	100	23,01	13,26	8,08	243,55	356/4
	**Напиток "ЛИМОННЫЙ"	150	0,14		5,44	22,30	ТК282/0
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>430</b>	<b>28</b>	<b>21</b>	<b>43</b>	<b>469</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ</b>	<b>1569</b>	<b>87</b>	<b>62</b>	<b>189</b>	<b>1659</b>	

Страница 19

Заведующий МБДОУ  
ДС № 275 г. Челябинска  
Ю. А. Васнева

Утверждаю:  
Заведующая

Васнева Ю.А

Меню приготавливаемых блюд  
Возрастная категория: Ясли МБДОУ "ДС № 275 г. Челябинска"

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 5</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	**Каша молочная "Дружба"	134	4,98	5,61	19,70	149,11	РТ840/3
	**Кофейный напиток с молоком	150	4,01	4,16	12,25	102,50	РТ253/3
	.Батон с маслом	34	3,05	3,62	20,63	127,30	387*/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>318</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>53</b>	<b>379</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	**Сок	100	0,30	0,10	15,20	62,90	НРТ41/3
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>15</b>	<b>63</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Салат из свежей белокачанной капусты	40	0,65	3,04	1,69	36,65	333/1
	**Суп "ХАРЧО"	150	1,55	1,65	11,90	68,63	РТ371/3
	Котлеты, биточки, шницели кринные	50	7,98	9,98	5,08	142,02	178/1
	**Макаронные изделия отварные с овощами	110	3,24	2,82	19,54	116,47	РТ194/3
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	
	**Компот из смеси сухофруктов	150	0,34		5,00	21,39	РТ241/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>540</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	<b>59</b>	<b>463</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Печенье	20	1,50	2,36	14,98	87,16	
	**Чай ПРИНЦЕССА	150			5,01	20,02	РТ263/3
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>170</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>20</b>	<b>107</b>	
<b>УЖИН</b>							
	*!Картофельная запеканка	130	5,65	5,38	21,42	156,71	ТК165/3
	**Яблоко	95	0,38		9,31	38,76	РТ336/3
	**Чай с лимоном	150	0,05		5,16	20,80	РТ374/3
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>405</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>51</b>	<b>287</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1533</b>	<b>38</b>	<b>39</b>	<b>198</b>	<b>1299</b>	
	<b>ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД</b>	<b>30479</b>	<b>1151</b>	<b>969</b>	<b>3696</b>	<b>28098</b>	
	<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД</b>	<b>1524</b>	<b>58</b>	<b>48</b>	<b>185</b>	<b>1405</b>	
	<b>Содержание БЖУ в % от калорийности</b>		<b>16</b>	<b>31</b>	<b>53</b>		

Перечень технологических сборников, используемых при составлении данного меню:

- 0
- 1 Министерство образования и науки Челябинской области "Организация питания детей в дошкольном образовательном учреждении" 2005г. под редакцией В.В. Садырина, составитель Г.Н. Павлюкова;
- 2 Акт контрольной проработки № XXXX Детский Сад № XXXX г. Челябинск.
- 3 Российской Академии Медицинских Наук Научно-Исследовательский Институт питания РАМН В.А Тутельян составитель Федоренко О.В

Заведующий МБДОУ  
ДС № 275 г. Челябинска  
Ю.А. Васнева

- 4 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.