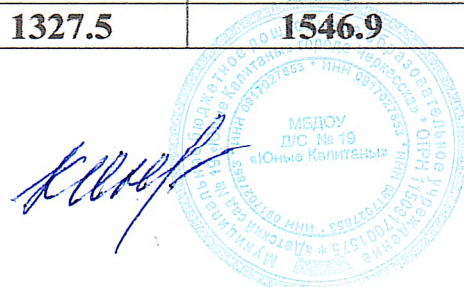


Меню МБДОУ № 19 «Юные капитаны»

1 неделя	№ рецептур	Наименование блюд	Вес блюда	Энергетическая ценность
1 день	121	Икра кабачковая	75	89,3
Завтрак	306	Яйцо вареное	40	63,0
	542	Чай с сахаром	200	26,8
	114	Хлеб пшеничный	30	70,5
	487	Масло сливочное	5	37,4
	106	Сыр порциями	10,1	37,7
		Итого за завтрак	167.6	321.7
2-ой завтрак	537	Сок фруктовый	150	69,0
Обед				
	38	Кукуруза консервир.	100	33.0
	152	Суп картофельный с вермищелью	200	89,0
	412	Рагу из птицы	200	347,2
	526	Компот из св.яблок	180	44,9
	115	Хлеб ржаной	38	66,1
	114	Хлеб пшеничный	15	35,3
		Итого за обед	653	615
Ужин				
	71	Каша пшенная молочная	200	213
	54-72гн	Кофейный напиток с молоком	180	71,1
	592	Гребешок с повидлом из дрожжевого теста	60	257,0
		Итого за полдник	356	541,1
		Итого за день	1327.5	1546.9

Заведующий МБДОУ - Коркмазова И.Х.



Меню МБДОУ № 19 «Юные капитаны»

1 неделя	№ рецептур	Наименование блюд	Вес блюда	Энергетическая ценность
2 день	266	Каша молочная «Дружба»	200	226,2
Завтрак	121	Какао с молоком	180	100,4
	487	Масло сливочное	5	37,4
	114	Хлеб пшеничный	30	70,5
		Итого за завтрак	315,3	434,5
2-ой завтрак	100	Яблоки	112	47,0
Обед				
	30	Салат из свеклы с сыром	60	88,8
	146	Суп картофельный с горохом и гренками	215	86,4
	161к	Котлета из говядины	70	200,2
	297	Макароны отварные	130	145,6
	9/10 т.н.	Кисель из сух-ов	180	103,5
	115	Хлеб ржаной	38	66,1
	114	Хлеб пшеничный	15,0	35,3
		Итого за обед	451,1	762,5
Ужин	258	Шницель рыбный натуральный	80	109,7
	434	Картофельное пюре	130	107,9
	609	Печенье	30	125,1
	505	Чай с лимоном	200	27,9
	114	Хлеб пшеничный	20	47,0
		Итого за полдник	460	417,6
		Итого за день	1237,8	1661,3

Заведующий МБДОУ – Коркмазова Индира Х.



Меню МБДОУ № 19 «Юные капитаны»

1 неделя	№ рецептур	Наименование блюд	Вес блюда	Энергетическая ценность
День 3	170	Суп молочный с гречневой крупой	200	131,8
Завтрак	542гн	Чай с сахаром	200	26,8
	114	Хлеб пшеничный	30	70,5
	487	Масло сливочное	5	37,4
		Итого за завтрак	242	266,5
2-ой завтрак	118	Бананы	130	96,0
Обед	10	Салат из зелен.горошка.консерв.	60	50,0
	5к	Борщ с капустой белокачанной и картофелем	210	134,0
	375	Плов из отварной говядины	200	352
	6/10 т.н.	Компот из сухофруктов	180	83,9
	115	Хлеб ржаной	38	66,1
	114	Хлеб пшеничный	15	35,3
	703	Итого за обед	570	721,3
Ужин	326	Сырники из творога	130	358
	490	Сгущенное молоко	30	98,4
	535	Снежок	200	358
		Итого за полдник	385	556
		Итого за день	1327,60	1640,2

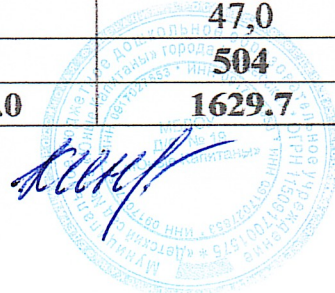
Заведующий МБДОУ – Коркмазова Индира Х.



Меню МБДОУ № 19 «Юные капитаны»

1 неделя	№ рецептур	Наименование блюд	Вес блюда	Энергетическая ценность
4день	75	Каша молочная манная	200	219,3
Завтрак	5423гн	Кофейный напиток с молоком	180	71,1
	487	Масло сливочное	5	37,4
	114	Хлеб пшеничный	30	70,5
		Итого за завтрак	339	398,3
2-ой завтрак	537	Сок натуральный	150	69,0
Обед				
	57	Салат из свеклы с чесноком	60	78,6
	139	Рассольник ленинградский	215	127,8
	488	Сметана	10	16,2
	2,2	Сардельки мясные припущенные	70	160,0
	434	Картофельное пюре	130	107,9
	463	Соус томатный с овощами	30	21,5
	526	Компот из свежих яблок	180	44,9
	115	Хлеб ржаной	38	66,1
	114	Хлеб пшеничный	15	35,3
		Итого за обед	611	658,3
Ужин	121	Икра кабачковая	75	89,3
	307	Омлет натуральный	90	115,2
	589	Сдоба обыкновенная	60	187,0
	534	Молоко	200	106
	114	Хлеб пшеничный	20	47,0
		Итого за полдник	408	504
		Итого за день	1509,0	1629,7

Заведующий МБДОУ – Коркмазова. И .Х



1 неделя	№ рецептур	Наименование блюд	Вес блюда	Энергетическая ценность
5 день	69	Каша овсяная из геркулеса	200	217,2
Завтрак	5421гн	Какао с молоком	180	100,4
	487	Масло сливочное	5	37,4
	114	Хлеб пшеничный	30	70,5
	106	Сыр порциями	11,0	37,7
		Итого за завтрак	329	463,2
2-ой завтрак	118	Яблоки	112,0	47,0
Обед				
	149	Суп картофельный с клецками	220	157,8
	395	Тефтели из говядины с рисом(ежики)	100	226,2
	428	Капуста свежая тушеная	130	82,0
	6/10т.н.	Компот из сухофруктов	180	83,9
	115	Хлеб ржаной	38	66,1
		Итого за обед	462	651
Ужин	351	Биточки рыбные	80	90,4
	434	Картофельное пюре	130	107,9
	609	Печенье (пряники)	30	164,7
	54-2н	Чай с сахаром	200	26,8
	114	Хлеб пшеничный	20	47,0
		Итого за полдник	377.3	458.3
		Итого за день	1281.50	1616.8

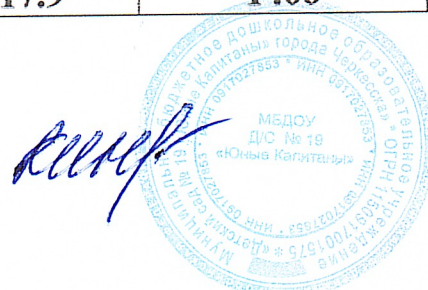
Заведующий МБДОУ – Коркмазова Индира Х.



Меню МБДОУ № 19 «Юные капитаны»

2 неделя	№ рецептур	Наименование блюд	Вес блюда	Энергетическая ценность
6 день	121	Икра кабачковая	60	71,4
Завтрак	130	Омлет натуральный	130	166,4
	487	Масло сливочное	5	37,4
	114	Хлеб пшеничный	30	70,5
	542гн	Чай с сахаром	200	26,8
		Итого за завтрак	228	360
2-ой завтрак	150	Сок фруктовый	150	69
Обед				
	80м	Суп картофельный с рисом	200	147,2
	417	Котлеты припущенные из птицы	80	150,9
	№9 1987	Свекла тушеная	130	112,4
	9/10 т.н.	Кисель из сух-ов	180	103,5
	115	Хлеб ржаной	38	66,1
	114	Хлеб пшеничный	15	35,3
		Итого за обед	583	615,4
Ужин				
	170	Суп молочный гречневый	200	131,8
	184	Плюшка новомосковская	60	159
	54	Кофейный напиток с молоком	180	71,1
		Итого за полдник	355	361,9
		Итого за день	1317,9	1406

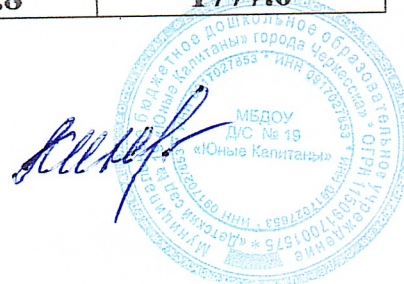
Заведующий МБДОУ – Коркмазова И, Х.



Меню МБДОУ № 19 «Юные капитаны»

2 неделя	№ рецептур	Наименование блюд	Вес блюда	Энергетическая ценность
7 день	70	Каша пшеничная молочная жидкая	200	218,4
Завтрак	121	Какао с молоком	180	100,4
	487	Масло сливочное	5	37,4
	114	Хлеб пшеничный	30	70,5
	106	Сыр порциями	10,1	37,7
		Итого за завтрак	329	461,4
2-ой завтрак	118	Бананы	130	96,0
Обед				
	38	Кукуруза консерв.	60	33,0
	136	Свекольник	200	127,6
	386	Биточки мясные	70	200,2
	243	Каша гречневая рассыпчатая	130	219,3
	453	Соус сметанный с томатом	30	69,1
	6/10	Компот из сухофруктов	180	83,9
	115	Хлеб ржаной	38	66,1
	114	Хлеб пшеничный	15	35,3
		Итого за обед	561	801
Ужин	351	Котлета рыбная	80	90,4
	434	Картофельное пюре	130	107,9
	463	Соус томатный с овощами	30	21,5
	609	Печенье	30	125,1
	505	Чай с сахаром	200	26,8
	114	Хлеб пшеничный	20	47,0
		Итого за полдник	362	418
		Итого за день	1382,8	1777,0

Заведующий МБДОУ – Коркмазова И. Х.



Меню МБДОУ № 19 «Юные капитаны»

2неделя	№ рецептур	Наименование блюд	Вес блюда	Энергетическая ценность
8 день	131	Каша рисовая молочная	200	215,0
Завтрак	54-2гн	Чай с сахаром	200	26,8
	487	Масло сливочное	5	37,4
	114	Хлеб пшеничный	30	70,5
		Итого за завтрак	435	349.7
2-ой завтрак	150	Сок фруктовый	150	69,0
Обед				
	30	Салат из свеклы с чесноком	60,0	78.6
	149	Суп картофельный с горохом	200	86,4
	374	Жаркое по -домашнему	200	306,4
	526	Компот из свежих фруктов	180	44,9
	115	Хлеб ржаной	38	66,1
	114	Хлеб пшеничный	15	35,3
		Итого за обед	584	617.4
Ужин	325	Пудинг творожный запеченый	130	346.5
	490	Сгущенное молоко	30	98,4
	535	Снежок	205,0	100
		Итого за полдник	385	498.7
		Итого за день	1289	1534

Заведующий МБДОУ – Коркмазова И. Х.



Меню МБДОУ № 19 «Юные капитаны»

2 неделя	№ рецептур	Наименование блюд	Вес блюда	Энергетическая ценность
9 день	69	Каша овсяная из геркулеса	200	217,2
Завтрак	54-23гн	Кофейный напиток с молоком	180	71,1
	487	Масло сливочное	5	37,4
	114	Хлеб пшеничный	30	70,5
		Итого за завтрак	292.3	396,2
2-ой завтрак	100	Яблоки	110	47,0
Обед				
	9	Суп картофельный с пшеном	200	92,1
	393	Тефтели из говядины	100	195,1
	428	Капуста свежая тушеная	130	82,0
	9/10 т.н.	Компот из сух-ов	180	83,9
	115	Хлеб ржаной	38	66,1
	114	Хлеб пшеничный	15	35,3
		Итого за обед	480.7	554,5
Ужин	82	Винегрет овощной	50	130.0
	306	Яйцо вареное	40	63,0
	609	Печенье	30	125,1
	505	Чай с сахаром	200	26,8
	114	Хлеб пшеничный	20	47,0
		Итого за полдник	360	496.1
		Итого за день	1068	1378.8

Заведующий МБДОУ – Коркмазова Индира Х.



Меню МБДОУ № 19 «Юные капитаны»

2 неделя	№ рецептур	Наименование блюд	Вес блюда	Энергетическая ценность
10 день	71	Каша пшенная молочная	200	213,0
Завтрак	54-2гн	Чай с сахаром	200	26,8
	487	Масло сливочное	5	37,4
	114	Хлеб пшеничный	30	70,5
	106	Сыр порциями	11,1	37,7
		Итого за завтрак	225.7	385,4
2-ой завтрак	118	Бананы	130	96
Обед			130	21
	5к	Борщ с капустой белокачанной и картофелем	210	134,0
	415	Фрикадельки из кур	80	170,3
	279	Макароны отварные	130	145,6
	463	Соус томатный с овощами	30	21.5
	526	Компот из свежих яблок	180	44,9
	115	Хлеб ржаной	38	66,1
	114	Хлеб пшеничный	15	35,3
		Итого за обед	547.3	87.6
Ужин	335	Оладьи из творога	130	297,7
	490	Сгущенное молоко	30	98,4
	535	Снежок	200	100
		Итого за полдник	424.4	491,1
		Итого за день	1327.40	1571.8

Заведующий МБДОУ – Коркмазова Индира Х.

