

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ рп Корфовский
МБДОУ р.п. Корфовский
Кузьмина Н. В.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (---)

Тех. карта	Наименование блюда	Общий 3-7 лет				
		Пищевые вещества				
		Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
1 день						
Завтрак						
№94	Суп молочный с овсяными хлопьями «Геркулес»	180	5,00	6,57	14,20	125,11
№395	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80
№53-19з-2020.	Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,05	8,25	0,08	74,80
РК522-54-23гн	Кофейный напиток с молоком	170	1,37	1,89	11,80	65,90
Итого за Завтрак:			9,42	17,87	46,64	370,61
Обед						
№16	Салат из соленых огурцов с луком	50	0,56	3,06	1,56	35,65
№83/121	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	5,94	2,64	13,31	100,79
РК522-54-2м	Гуляш из говядины	80	13,52	3,12	3,03	94,19
РК05-377.	Картофельное пюре	130	2,68	4,72	18,87	127,72
№376	Компот из смеси сухофруктов	180	0,41	0,00	20,60	84,00
№12	Хлеб ржаной	50	4,25	1,65	21,25	129,50

№13	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00
Итого за Обед:			30,53	15,59	97,94	665,85
Полдник						
№401/4	Ряженка	100	2,90	2,50	4,20	54,00
№212	Лапшевник с творогом	150	15,80	3,31	32,31	223,70
Итого за Полдник:			18,70	5,81	36,51	277,70
Итого за день:			58,65	39,27	181,09	1314,15
2 день						
Завтрак						
PK522-54-16к	Каша "Дружба" молочная жидкая (пшено, рис)	150	3,96	6,50	19,77	147,12
№395	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80
№53-19з-2020.	Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,05	8,25	0,08	74,80
PK522-54-6о	Яйцо отварное	50	6,35	5,75	0,35	78,50
PK522-54-4гн	Чай с молоком и сахаром	150	2,26	2,65	11,93	74,34
Итого за Завтрак:			15,62	24,31	52,69	479,55
Обед						
PK510-428	Салат из свеклы с черносливом	50	0,77	2,62	8,39	60,13
PK522-54-3с	Рассольник "Ленинградский"	180	4,94	7,19	12,22	132,98
PK522-54-10м	Капуста тушёная с мясом	150	19,01	8,86	11,35	201,51
№372я	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	13,51	57,32

№13	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00
№12	Хлеб ржаной	50	4,25	1,65	21,25	129,50
Итого за Обед:			32,27	20,86	86,04	675,44
Полдник						
PK522-289.	Ватрушка с повидлом	50	3,31	1,69	35,84	168,72
№401	Кефир	100	2,90	2,50	4,00	53,00
№368	Яблоки (чищенные)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого за Полдник:			6,61	4,59	49,64	268,72
Итого за день:			54,50	49,76	188,37	1423,71
3 день						
Завтрак						
№395	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80
№53-19з-2020.	Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,05	8,25	0,08	74,80
PK522-54-1з	Сыр полутвердый (порциями)	15	3,66	4,43	0,00	54,60
PK522-54-18к	Суп молочный с рисовой крупой	150	3,68	5,00	12,88	102,54
№397	Какао с молоком	180	3,10	3,45	14,50	94,28
Итого за Завтрак:			13,49	22,29	48,02	431,03
Обед						
PK504-62	Борщ мясной с капустой и картофелем	200	5,00	6,70	12,22	130,72
PK05-348.	Тефтели мясные тушёные	60	8,25	10,27	7,03	151,25

PK05-377.	Картофельное пюре	110	2,40	3,95	16,15	110,04
№7	Салат из моркови и чернослива	40	0,45	0,04	4,39	20,11
№372/2	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,90	78,64
№356	Соус сметанный с томатом и луком	30	0,57	1,96	2,54	28,49
PK522-54-6г	Рис отварной	130	3,24	5,25	34,04	196,39
PK522-54-2хн	Компот из кураги	150	1,44	0,08	29,12	124,61
№12	Хлеб ржаной	50	4,25	1,65	21,25	129,50
№13	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00
Итого за Обед:			28,92	30,46	164,96	1063,75
Полдник						
PK520-560/627	Ватрушка с творогом	60	12,61	3,72	49,05	275,42
PK522-403С	Яблоки печёные	85	0,35	0,35	24,34	104,04
PK05-469.	Молоко кипячёное	200	5,80	7,00	9,60	108,00
Итого за Полдник:			18,76	11,07	82,99	487,46
Итого за день:			61,17	63,82	295,97	1982,24
4 день						
Завтрак						
№155	Каша "Дружба" молочная жидкая (пшено, рис)	200	5,28	8,67	26,36	196,16
№395	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80
№53-19з-2020.	Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,05	8,25	0,08	74,80

PK522-54-1з	Сыр полутвердый (порциями)	15	3,66	4,43	0,00	54,60
PK522-496	Какао с молоком	200	3,68	3,06	20,46	125,02
Итого за Завтрак:			15,67	25,57	67,46	555,38
Обед						
№86/118	Суп-лапша домашняя с курицей	180	7,72	10,05	9,65	159,26
PK522-54-9м	Жаркое по-домашнему	180	26,60	8,84	21,67	272,13
№35	Салат из свеклы с яблоком	40	0,48	2,41	4,42	43,22
№241	Компот из смеси сухофруктов	200	0,57	0,00	29,72	121,10
№13	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00
№12	Хлеб ржаной	50	4,25	1,65	21,25	129,50
Итого за Обед:			42,78	23,34	106,03	819,21
Полдник						
PK522-54-2т	Запеканка из творога с морковью	70	8,95	4,67	15,47	141,08
PK05-460/456м.	Чай с молоком и сахаром	200	3,01	3,53	15,91	99,12
Итого за Полдник:			11,96	8,20	31,38	240,20
Итого за день:			70,41	57,11	204,86	1614,78
5 день						
Завтрак						
PK510-94/1	Суп молочный с пшеном	180	5,17	5,31	15,84	132,59
№395	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80

№53-19з-2020.	Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,05	8,25	0,08	74,80
PK522-54-1з	Сыр полутвердый (порциями)	15	3,66	4,43	0,00	54,60
PK522-496	Какао с молоком	200	3,68	3,06	20,46	125,02
Итого за Завтрак:			15,56	22,21	56,94	491,81
Завтрак второй						
№14/200	Сок из фруктов и (или) овощей	200	0,20	0,20	23,20	94,00
Итого за Завтрак второй:			0,20	0,20	23,20	94,00
Обед						
№92	Щи из квашеной капусты с картофелем на воде	200	1,32	4,12	6,88	69,64
№54-11м-2020	Плов из говядины	200	22,80	23,90	33,64	433,50
PK522-54-16з	Винегрет	40	0,55	2,47	3,20	37,82
№241	Компот из смеси сухофруктов	200	0,57	0,00	29,72	121,10
№13	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00
№12	Хлеб ржаной	50	4,25	1,65	21,25	129,50
Итого за Обед:			32,65	32,54	114,01	885,56
Полдник						
№1	Вафли (готовое изделие)	50	3,95	7,05	16,45	145,50
№385	Яблоки печёные	80	0,32	0,32	22,91	97,92
PK05-469.	Молоко кипячёное	200	5,80	7,00	9,60	108,00
Итого за Полдник:			10,07	14,37	48,96	351,42
Итого за день:			58,49	69,32	243,11	1822,79

6 день						
Завтрак						
№18	Каша манная молочная вязкая	200	6,63	7,02	39,74	243,00
№395	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80
№53-19з-2020.	Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,05	8,25	0,08	74,80
PK522-54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,18	0,04	11,34	47,76
Итого за Завтрак:			9,86	16,47	71,72	470,36
Завтрак второй						
№14/200	Сок из фруктов и (или) овощей	200	0,20	0,20	23,20	94,00
Итого за Завтрак второй:			0,20	0,20	23,20	94,00
Обед						
PK522-54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	110	6,40	4,85	28,93	184,65
№36	Салат из свеклы с солеными огурцами	50	0,76	3,10	3,41	44,65
PK510-87.	Суп картофельный с рисом и рыбными консервами	220	7,80	7,66	13,16	153,08
PK522-54-2м	Гуляш из говядины	80	13,52	3,12	3,03	94,19
№241	Компот из смеси сухофруктов	200	0,57	0,00	29,72	121,10
№13	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00
№12	Хлеб ржаной	50	4,25	1,65	21,25	129,50
Итого за Обед:			36,47	20,78	118,82	821,17
Полдник						

№1	Печенье	20	1,48	1,88	14,62	81,40
№465 (50/50)	Кофейный напиток с молоком	200	1,61	2,23	13,89	77,53
Итого за Полдник:			3,09	4,11	28,51	158,93
Итого за день:			49,62	41,55	242,25	1544,46
7 день						
Завтрак						
№94	Суп молочный с рисовой крупой	180	4,42	6,00	15,45	123,05
№395	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80
№53-19з- 2020.	Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,05	8,25	0,08	74,80
PK522- 54-1з	Сыр полутвердый (порциями)	15	3,66	4,43	0,00	54,60
№465 (50/50)	Кофейный напиток с молоком	200	1,61	2,23	13,89	77,53
Итого за Завтрак:			12,74	22,07	49,98	434,78
Завтрак второй						
№401/4	Ряженка	150	4,35	3,75	6,30	81,00
Итого за Завтрак второй:			4,35	3,75	6,30	81,00
Обед						
PK02-114	Рассольник "Ленинградский" с говядиной	200	1,96	4,94	13,70	107,10
№255/2	Котлеты или биточки рыбные запеченные из минтая	60	8,44	3,51	5,82	87,61
PK522- 429	Картофельное пюре	200	4,36	7,18	29,36	200,08
№20	Салат из белокочанной капусты с	50	0,77	2,58	4,69	44,88

	морковью					
№378	Кисель из ягод	180	0,18	0,09	15,82	66,52
№13	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00
№12	Хлеб ржаной	50	4,25	1,65	21,25	129,50
Итого за Обед:			23,12	20,35	109,96	729,70
Полдник						
№117	Запеканка из творога	150	30,66	9,40	25,14	313,49
PK05-460/456м.	Чай с молоком и сахаром	200	3,01	3,53	15,91	99,12
Итого за Полдник:			33,67	12,93	41,05	412,61
Итого за день:			73,88	59,10	207,29	1658,09
8 день						
Завтрак						
№94	Суп молочный с ячневой крупой	180	4,98	7,40	8,01	92,52
№395	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80
№53-19з-2020.	Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,05	8,25	0,08	74,80
PK522-496	Какао с молоком	200	3,68	3,06	20,46	125,02
Итого за Завтрак:			11,71	19,87	49,11	397,14
Обед						
№73	Суп картофельный с рыбой	200	7,12	2,40	11,12	94,68
PK522-373	Голубцы ленивые с говядиной	200	17,82	17,80	14,36	284,12
№318	Картофель отварной	155	4,04	6,58	32,66	206,36

№65	Салат картофельный с зеленым горошком, луком и яйцом	60	1,83	6,88	6,35	95,33
№13	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00
№12	Хлеб ржаной	50	4,25	1,65	21,25	129,50
№638	Компот из изюма	200	0,74	0,16	42,74	170,22
Итого за Обед:			38,96	35,87	147,80	1074,21
Полдник						
PK522-289.	Ватрушка с повидлом	60	3,97	2,02	43,01	202,46
№385	Яблоки печёные	80	0,32	0,32	22,91	97,92
PK05-469.	Молоко кипячёное	200	5,80	7,00	9,60	108,00
Итого за Полдник:			10,09	9,35	75,52	408,38
Итого за день:			60,76	65,09	272,43	1879,72
9 день						
Завтрак						
№94	Суп молочный с овсяными хлопьями «Геркулес»	200	5,54	5,88	15,78	139,00
№395	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80
№53-19з-2020.	Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,05	8,25	0,08	74,80
№465 (50/50)	Кофейный напиток с молоком	200	1,61	2,23	13,89	77,53
Итого за Завтрак:			10,20	17,52	50,31	396,13
Обед						
PK510-56	Щи из свежей капусты с картофелем	200	4,44	7,32	7,80	114,02

№355	Запеканка из печени с рисом	180	24,14	10,12	26,83	296,36
№241	Компот из смеси сухофруктов	200	0,57	0,00	29,72	121,10
PK522-7	Салат из моркови	50	0,62	0,05	5,80	26,77
№13	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00
№12	Хлеб ржаной	50	4,25	1,65	21,25	129,50
Итого за Обед:			37,19	19,54	110,72	781,75
Полдник						
№238	Запеканка из творога с морковью	100	12,79	6,95	22,11	201,54
PK522-54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,18	0,04	11,34	47,76
Итого за Полдник:			12,97	6,98	33,45	249,30
Итого за день:			60,36	44,05	194,48	1427,18
10 день						
Завтрак						
№94	Суп молочный с гречневой крупой	180	5,48	6,37	15,68	131,44
№395	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80
№53-19з-2020.	Масло сливочное 82,5% (порции)	10	0,05	8,25	0,08	74,80
№465 (50/50)	Кофейный напиток с молоком	200	1,61	2,23	13,89	77,53
Итого за Завтрак:			10,14	18,01	50,21	388,57
Обед						
№74 Кур	Суп "Крестьянский" с мясом	200	10,70	14,63	13,60	227,24
№299	Котлета из говядины	60	11,69	12,66	11,86	204,53
№323	Гороховое пюре	130	14,97	4,34	31,30	224,27

№35	Салат из свеклы с яблоком	40	0,48	2,41	4,42	43,22
№55	Компот из смеси сухофруктов (курага, чернослив)	180	1,01	0,14	28,12	125,98
№13	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00
№12	Хлеб ржаной	50	4,25	1,65	21,25	129,50
Итого за Обед:			46,27	36,23	129,87	1048,74
Полдник						
№231	Сырники	100	18,06	5,49	22,50	212,50
РК05-469.	Молоко кипячёное	200	5,80	7,00	9,60	108,00
Итого за Полдник:			23,86	12,49	32,10	320,50
Итого за день:			80,26	66,73	212,18	1757,81
Среднее значение за день:			62,81	55,58	224,20	1642,49

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 324178268299309921576629244695660457501990498126

Владелец Кузьмина Наталья Владимировна

Действителен с 17.01.2023 по 17.01.2024