



Утверждаю
Директор ООО "Комбинат общественного питания"
Козырева О.Ю.
01.09.2025 год

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: Полевской ДОУ 3-7 л 205.00 руб

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша гречневая вязкая молочная с	180	8,39	7	40,11	260,6	845
	Чай с молоком	180	1,23	1	14,4	79,2	854
	Бутерброд с сыром	35	4,89	4	12	103,5	810
	Итого за Завтрак	395	14,51	12	66,51	443,3	
Обед	Суп-пюре из гороха	180	5,55	2	16,26	102	1 049
	Гренки из пшеничного хлеба	10	1,3		7,81	40	943
	Котлета Домашняя	70	10,89	9	11,19	217	661
	Соус сметанный	15	0,26	2	1,01	15,5	600
	Макаронные изделия отварные с	100	4,23	3	25,25	145,6	516
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31		21,92	91,5	928
	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	2,14	1	8,7	54,8	897,01
	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8	1 148
Полдник	Итого за Обед	595	26,38	18	101,84	718,2	
	Молоко кипяченое	180	5,22	6	8,46	108	920
	Коржик молочный	40	2,64	5	26,4	158,9	806,01
Ужин	Итого за Полдник	220	7,86	11	34,86	266,9	
	Котлета картофельная с морковью	140	4,01	6	23,95	164,2	1 173
	Соус молочный (для подачи к блюду)	15	0,32	1	1,07	13,7	905
	Чай с сахаром	180			14,4	57,5	1 188
	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8	1 148
Итого за Ужин	Итого за Ужин	355	6,03	8	49,12	287,2	
	Итого за день	1 565	54,78	49	252,33	1715,6	

Рацион: Полевской ДОУ 3-7 л 205.00 руб

Неделя: 1

День: вторник

(лист 2)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая с	180	6,47	7	28,61	218,3	883
	Чай с лимоном	180	0,08		13,64	71,8	483
	Бутерброд с маслом сливочным	35	1,84	11	9,52	161	808
	Итого за Завтрак	395	8,39	18	51,77	451,1	
Обед	Суп-лапша на курином бульоне	180	3,95	4	11,02	99	1 015
	Биточек рыбный	70	9,28	7	11,12	140,9	1 107
	Соус томатный	15	0,09		0,87	8,3	1 126
	Рис припущенный	100	2,4	4	24,7	146,9	512
	Напиток из плодов шиповника	180	0,61		24,86	115,8	705
	Хлеб пшеничный 1с обогащенный	20	2,14	1	8,7	54,8	897,01
	Хлеб ржаной	20	1,7	1	9,7	51,8	1 148
	Итого за Обед	585	20,17	17	90,97	617,5	
Полдник	Молоко кипяченое	150	4,35	5	7,05	90	920
	Манник	40	2,56	3	24,12	134,3	1 182
	Итого за Полдник	190	6,91	8	31,17	224,3	
Ужин	Салат из моркови с изюмом и	40	0,51	2	5,8	47,8	1 163,01
	Сырники_@	55	3,85	3	8,39	82,9	1 066,01
	Соус сладкий из повидла	15	0,02		5,01	19,6	903
	Чай с сахаром	180			14,4	57,5	1 188
	Хлеб пшеничный	20	2,14	1	10,7	56,8	897
	Итого за Ужин	310	6,52	6	44,3	264,6	
Итого за день	Итого за день	1 480	41,99	49	218,21	1557,5	