ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ФИЛИАЛЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ «ГЛЯДЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА» «ГЛЯДЕНСКИЙ ДЕТСКИЙ САД «КОЛОКОЛЬЧИК»

(КРАСНОЯРСКИЙ КРАЙ, НАЗАРОВСКИЙ РАЙОН, п.ГЛЯДЕНЬ, УЛ. СОВХОЗНАЯ, д.17)

п. Глядень, 2020г

ВВЕДЕНИЕ

Настоящее примерное цикличное десятидневное меню разработано филиалом МБОУ «Гляденская СОШ» «Гляденский детский сад «Колокольчик» расположенного по адресу Красноярский край, Назаровский район, п. Глядень, ул.Совхозная, 17 для детей в возрасте с 1,5 до 7 лет с целью обеспечения в пищевых веществах и энергии с учетом физиологических потребностей и с учетом их возраста.

Нормы физиологических потребностей

в энергии и пищевых веществах для детей возрастных групп

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Показатели (в сутки) | От 1,5 лет до 3 лет | 3-7 лет |
| 1 | Энергия(ккал) | 1400 | 1800 |
| **2** | Белок, г | 42 | 54 |
| 3 | Жиры, г | 47 | 60 |
| 4 | Углеводы, г | 203 | 261 |

При организации питания детей и составления примерного двухнедельного меню учтены рекомендуемые среднесуточные наборы продуктов питания СанПиНа 2.4.1.2660-10 Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях» (Приложение 6, таблица 1), с учетом возраста детей и 12 часовым пребыванием детей в ДОУ.

Рекомендуемые среднесуточные нормы питания в дошкольных организациях

(г, мл, на 1 ребенка)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование пищевого  продукта или группы  пищевых продуктов | Количество продуктов в зависимости от возраста детей | | | |
| в г, мл, брутто2 | | в г, мл, нетто | |
| 1,5-3 года | 3-7 лет | 1,5-3 года | 3-7 лет |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Молоко с м.д.ж. 2,5-3,2%, в  ч. кисломолочные продукты с м.д.ж. 2,5-3,2%3 | 390 | 450 | 390 | 450 |
| Творог, творожные изделия для детского питания с м.д.ж. не более 9% и кислотностью не более 150°Т | 30 | 40 | 30 | 40 |
| Сметана с м.д.ж. не более 15% | 9 | 11 | 9 | 11 |
| Сыр неострых сортов твердый и мягкий | 4,3 | 6,4 | 4 | 6 |
| Мясо (говядина 1 кат. бескостная/говядина 1 кат. на костях) | 55/68 | 60,5/75 | 50 | 55 |
| Птица (куры 1 кат  потр./цыплята-бройлеры 1 кат  потр./индейка 1 кат  потр.) | 23/23/22 | 27/27/26 | 20 | 24 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Рыба (филе), в т.ч. филе слабо или малосоленое4 | 37 | 39 | 32 | 37 |
| Колбасные изделия для питания дошкольников | 5 | 7 | 4,9 | 6.9 |
| Яйцо куриное диетическое | 0,5 шт. | 0,6 шт. | 20 | 24 |
| Картофель: с 01.09 по 31.10 | 160 | 187 | 120 | 140 |
| с 31.10 по 31.12 | 172 | 200 | 120 | 140 |
| с 31.12 по 28.02 | 185 | 215 | 120 | 140 |
| с 29.02 по 01.09 | 200 | 234 | 120 | 140 |
| Овощи, зелень | 256 | 325 | 205 | 260 |
| Фрукты (плоды) свежие | 108 | 114 | 95 | 100 |
| Фрукты (плоды) сухие | 9 | 11 | 9 | 11 |
| Соки фруктовые (овощные) | 100 | 100 | 100 | 100 |
| Напитки |  |  |  |  |
| витаминизированные (готовый напиток) | - | 50 | - | 50 |
| Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | 40 | 50 | 40 | 50 |
| Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | 70 | 100 | 70 | 100 |
| Крупы (злаки), бобовые | 30 | 43 | 30 | 43 |
| Макаронные изделия группы А | 8 | 12 | 8 | 12 |
| Мука пшеничная хлебопекарная | 25 | 29 | 25 | 29 |
| Мука картофельная (крахмал) | 3 | 3 | 3 | 3 |
| Масло коровье сладкосливочное | 22 | 26 | 22 | 26 |
| Масло растительное | 9 | 11 | 9 | 11 |
| Кондитерские изделия | 7 | 20 | 7 | 20 |
| Чай, включая фиточай | 0.5 | 0,6 | 0,5 | 0,6 |
| Какао-порошок | 0.5 | 0,6 | 0,5 | 0,6 |
| Кофейный напиток |  |  |  |  |
| злаковый (суррогатный), в | 1.0 | 1,2 | 1,0 | 1,2 |
| т.ч. из цикория |  |  |  |  |
| Дрожжи хлебопекарные | 0.4 | 0.5 | 0.4 | 0,5 |
| Сахар | 37 | 47 | 37 | 47 |
| Соль пищевая поваренная | 4 | 6 | 4 | 6 |

Отклонения от расчетных суточной калорийности и содержания основных пищевых веществ (белков, жиров и углеводов) и калорийности не превышают ± 10%, микронутриентов ±15%.

Режим питания детей по отдельным приемам пищи, с 12 часовым пребыванием детей в дошкольном учреждении соответствует требованиям санитарных норм и правил.

**Приложение№1**

Режим питания в ДО утверждён приказом по МБОУ № от

Подготовительная к школе группа

(Холодный период года)

|  |  |
| --- | --- |
| Время приема пищи | Приемы пищи |
| 8.30-8.50 | Завтрак |
| 10.50-11.00 | второй завтрак |
| 12.50-13.10 | Обед |
| 15.30-15.40 | полдник |
| 17.30-18.00 | Ужин |

Старшая группа

(холодный период года)

|  |  |
| --- | --- |
| Время приема пищи | Приемы пищи |
| 8.25-8.45 | Завтрак |
| 10.35-10.45 | второй завтрак |
| 12.45-13.00 | Обед |
| 15.20-15.30 | полдник |
| 17.30-18.00 | Ужин |

Средняя группа

(холодный период года)

|  |  |
| --- | --- |
| Время приема пищи | Приемы пищи |
| 8.25-8.45 | Завтрак |
| 9.55-10.10 | второй завтрак |
| 12.15-12.30 | Обед |
| 15.25-15.35 | полдник |
| 17.30-18.00 | Ужин |

2 младшая группа

(холодный период года)

|  |  |
| --- | --- |
| Время приема пищи | Приемы пищи |
| 8.30-8.44 | Завтрак |
| 10.00-10.10 | второй завтрак |
| 12.10-12.30 | Обед |
| 15.30-18.40 | полдник |
| 17.30-18.00 | Ужин |

**Приложение№2**

Подготовительная к школе группа

(теплый период года)

|  |  |
| --- | --- |
| Время приема пищи | Приемы пищи |
| 8.30-8.45 | Завтрак |
| 9.30-9.40 | второй завтрак |
| 12.50-13.10 | Обед |
| 15.45-16.00 | полдник |
| 17.30-18.00 | Ужин |

Старшая группа

(теплый период года)

|  |  |
| --- | --- |
| Время приема пищи | Приемы пищи |
| 8.30-8.50 | Завтрак |
| 9.30-9.40 | второй завтрак |
| 12.50-13.10 | Обед |
| 15.45.16.00 | полдник |
| 17.30-18.00 | Ужин |

Средняя группа

(теплый период года)

|  |  |
| --- | --- |
| Время приема пищи | Приемы пищи |
| 8.30-8.45 | Завтрак |
| 9.30-9.40 | второй завтрак |
| 12.15-12.30 | Обед |
| 15.30.15.50 | полдник |
| 17.30-18.00 | Ужин |

Вторая младшая группа

(теплый период года)

|  |  |
| --- | --- |
| Время приема пищи | Приемы пищи |
| 8.30-8.45 | Завтрак |
| 9.30-9.40 | второй завтрак |
| 12.15-12.30 | Обед |
| 15.30.15.50 | полдник |
| 17.30-18.00 | Ужин |

\*При 12-часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и «уплотненного» полдника с включением блюд ужина.

В промежутке между завтраком и обедом организован дополнительный прием пищи - второй завтрак, включающий сок, а также включает свежие фрукты.

Примерное цикличное меню рассчитано на 2 недели, с учетом рекомендуемых среднесуточных норм питания в ДО для двух возрастных категорий: для детей с 1,5 до 3-х лет и для детей от 3 до 7 лет, (Приложение 6, СанПиН 2.4.1.2660-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях»).

Примерная форма примерного меню приведена в соответствии с требованиями приложения 9 СанПиНа 2.4.1.2660-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях».

Примерное меню содержит информацию о количественном составе основных пищевых веществ и энергии по каждому блюду, приему пищи, за каждый день и в целом за его реализации. Приведены ссылки на рецептуры используемых блюд и кулинарных изделий в соответствии со сборниками рецептур.

Ежедневно в меню включены: молоко, кисломолочные напитки, сметана, мясо, картофель, овощи, фрукты, соки, хлеб, крупы, сливочное и растительное масло, сахар, соль. Остальные продукты (творог, рыба, сыр, яйцо и другие) 2-3 раза в неделю.

В течение двух недель ребенок при подсчете норм продуктов питания ребенок получает все продукты в полном объеме в соответствии с установленными нормами согласно приложения 6 СанПиНа 2.4.1.2660-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях». (допускаются отклонения от рекомендуемых норм питания +-5%)

При отсутствии каких-либо продуктов в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания разрешается проводить их замену на равноценные по составу продукты в соответствии с таблицей замены продуктов (Приложения 10, СанПиНа 2.4.1.2660-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях»).

Таблица замены продуктов по белкам и углеводам

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование продуктов | Количество (нетто, г) | Химический состав | | | | Добавить к суточному рациону или исключить | | |
| Белки,г | Жиры, г | Углеводы, г | |
|  | Замена хлеба (по белкам и углеводам) | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | 100 | 7,6 | 0,9 | 49,7 | |  | | |
| Хлеб ржаной простой | 150 | 8,3 | 1,5 | 48,1 | |  | | |
| Мука пшеничная 1 сорт | 70 | 7,4 | 0,8 | 48,2 | |  | | |
| Макароны, вермишель | 70 | 7,5 | 0,9 | 48,7 | |  | | |
| Крупа манная | 70 | 7,9 | 0,5 | 50,1 | |  | | |
| Замена картофеля (по углеводам) | | | | | | | | |
| Картофель | 100 | 2,0 | 0,4 | 17,3 | |  | | |
| Свекла | 190 | 2,9 | - | 17,3 | |  | | |
| Морковь | 240 | 3,1 | 0,2 | 17,0 | |  | | |
| Капуста белокочанная | 370 | 6,7 | 0,4 | 17,4 | |  | | |
| Макароны, вермишель | 25 | 2,7 | 0,3 | 17,4 | |  | | |
| Крупа манная | 25 | 2,8 | 0,2 | 17,9 | |  | | |
| Хлеб пшеничный | 35 | 2,7 | 0,3 | 17,4 | |  | | |
| Хлеб ржаной простой | 55 | 3,1 | 0,6 | 17,6 | |  | | |
| Замена свежих яблок (по углеводам) | | | | | | | | |
| Яблоки свежие | 100 | 0,4 | - | 9,8 | |  | | |
| Яблоки сушеные | 15 | 0,5 | - | 9,7 | |  | | |
| Курага (без косточек) | 15 | 0,8 | - | 8,3 | |  | | |
| Чернослив | 15 | 0,3 | - | 8,7 | |  | | |
| Замена молока (по белку) | | | | | | | | |
| Молоко | 100 | 2,8 | 3,2 | 4,7 | |  | | |
| Творог полужирный | 20 | 3,3 | 1,8 | 0,3 | |  | | |
| Творог жирный | 20 | 2,8 | 3,6 | 0,6 | |  | | |
| Сыр | 10 | 2,7 | 2,7 | - | |  | | |
| Говядина (1 кат.) | 15 | 2,8 | 2,1 | - | |  | | |
| Говядина (2 кат.) | 15 | 3,0 | 1,2 | - | |  | | |
| Рыба (филе трески) | 20 | 3,2 | 0,1 | - | |  | | |
| Замена мяса (по белку) | | | | | | | | |
| Говядина (1 кат.) | 100 | 18,6 | 14,0 |  | |  | | |
| Говядина (2 кат.) | 90 | 18,0 | 7,5 |  | | Масло +6 г | | |
| Творог полужирный | 110 | 18,3 | 9,9 |  | | Масло +4 г | | |
| Творог жирный | 130 | 18,2 | 23,4 | 3,7 | | Масло -9 г | | |
| Рыба (филе трески) | 120 | 19,2 | 0,7 | - | | Масло +13 г | | |
| Яйцо | 145 | 18,4 | 16.7 | 1,0 | |  | | |
| Замена рыбы (по белку) | | | | | | | | |
| Рыба (филе трески) | 100 | 16,0 | 0,6 | 1,3 | | |  | |
| Говядина 1 кат. | 85 | 15,8 | 11,9 | - | | | Масло -11 г | |
| Говядина 2 кат. | 80 | 16.0 | 6,6 | - | | | Масло -6 г | |
| Творог полужирный | 100 | 16.7 | 9,0 | 1,3 | | | Масло -8 г | |
| Творог жирный | 115 | 16.1 | 20,7 | 3,3 | | | Масло -20 г | |
| Яйцо | 125 | 15.9 | 14,4 | 0,9 | | | Масло -13г | |
| Наименование продуктов | Количество (нетто, г) | Химический состав | | | | | Добавить к суточному рациону или исключить |
| Белки, г | Жиры,  г | | Углеводыг | |
| Замена творога | | | | | | | |
| Творог полужирный | 100 | 16,7 | 9.0 | 1.3 | |  | |
| Говядина 1 кат. | 90 | 16,7 | 12.6 | - | | Масло – З г. | |
| Говядина 2 кат. | 85 | 17,0 | 7,5 | - | |  | |
| Рыба (филе трески) | 100 | 16,0 | 0,6 | - | | Масло + 9 г | |
| Яйцо | 130 | 16,5 | 15,0 | 0,9 | | Масло – 5 г | |
| Замена яйца (по белку) | | | | | | | |
| Яйцо 1 шт. | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | |  | |
| Творог полужирный | 30 | 5,0 | 2,7 | 0,4 | |  | |
| Творог жирный | 35 | 4,9 | 6,3 | 1,0 | |  | |
| Сыр | 20 | 5,4 | 5,5 | - | |  | |
| Говядина 1 кат. | 30 | 5,6 | 4,2 | - | |  | |
| Говядина 2 кат. | 25 | 5,0 | 2,1 | - | |  | |
| Рыба (филе трески) | 35 | 5,6 | 0,7 | - | |  | |

При отсутствии свежих овощей и фруктов следует включать в меню соки, свежезамороженные овощи и фрукты.

На основании утвержденного примерного меню ежедневно должно составляться меню-требование установленного образца, с указанием выхода блюд для детей разного возраста.

На каждое блюдо разработана технологическая карта в соответствии с требованиями санитарных норм и правил. (Приложение 11, СанПиНа 2.4.1.2660-10 «Санитарно- эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях»).

Объем порций варьируется в зависимости от возраста детей.

Примерные возрастные объемы порций для детей

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование блюд | Вес (масса) в граммах | |
| от 1,5 до 3-х лет | от 3-х до 7-ми лет |
| 1 | 2 | 3 |
| Завтрак | | |
| Каша, овощное блюдо | 120-200 | 200-250 |
| Яичное блюдо | 40-80 | 80-100 |
| Творожное блюдо | 70-120 | 120-150 |
| мясное, рыбное блюдо | 50-70 | 70-80 |
| Салат овощной | 30-45 | 60 |
| Напиток (какао, чай, молоко и т.п.) | 150-180 | 180-200 |
| Обед | | |
| Салат, закуска | 30-45 | 60 |
| Первое блюдо | 150-200 | 250 |
| Блюдо из мяса, рыбы, птицы | 50-70 | 70-80 |
| Гарнир | 100-150 | 150-180 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Третье блюдо (напиток) | 150-180 | 180-200 |
| Полдник | | |
| Кефир, молоко | 150-180 | 180-200 |
| Булочка, выпечка (печенье, вафли) | 50-70 | 70-80 |
| Блюдо из творога, круп, овощей | 80-150 | 150-180 |
| Свежие фрукты | 40-75 | 75-100 |
| Ужин | | |
| Овощное блюдо, каша | 120-200 | 200-250 |
| творожное блюдо | 70-120 | 120-150 |
| Напиток | 150-180 | 180-200 |
| Свежие фрукты | 40-75 | 75-100 |
| Хлеб на весь день: |  |  |
| пшеничный | 50-70 | 110 |
| ржаной | 20-30 | 60 |

В целях профилактики недостаточности микронутриентов (витаминов и минеральных веществ) в питании детей круглогодично должны быть включены пищевые продукты, обогащенные микронутриентами, в том числе быстрорастворимые (инстантные) витаминизированные напитки. При этом должна обязательно проводиться количественная оценка содержания витаминов в суточном рационе питания.

В ДО должна проводится круглогодичная искусственная С-витаминизация готовых блюд (из расчета для детей 1,5-3 лет - 35 мг, для детей 3-7 лет - 50,0 мг на порцию) или их обогащение витаминно-минеральными комплексами, специально предназначенными для этой цели (в соответствии с инструкцией и удостоверением о государственной регистрации) из расчета 50-75 % от суточной потребности в витаминах в одной порции напитка, либо использование поливитаминных препаратов специального назначения (детских), в соответствии с инструкцией по применению. Препараты витаминов должны добавлять в третье блюдо (компот, кисель и т.п.) после его охлаждения до температуры 15°С (для компота) и 35°С (для киселя) непосредственно перед реализацией. Витаминизированные блюда не подогревают.

Необходимые расчеты и оценку использованного на одного ребенка среднесуточного набора пищевых продуктов должны проводить 1 раз в десять дней.

Подсчет энергетической ценности полученного рациона питания и содержания в нем основных пищевых веществ (белков, жиров и углеводов) должны проводиться ежемесячно.

Для обеспечения преемственности питания родителей необходимо информировать об ассортименте питания ребенка, вывешивая ежедневное меню.

Выдача готовой пищи разрешается только после проведения приемочного контроля бракеражной комиссией в составе повара, представителя администрации ДО, медицинского работника.

Результаты контроля должны регистрироваться в специальном журнале бракеража готовой кулинарной продукции.

Масса порционных блюд должна соответствовать выходу блюда, указанному в меню. При нарушении технологии приготовления пищи, а также в случае неготовности, блюдо допускают к выдаче только после устранения выявленных кулинарных недостатков.

Непосредственно после приготовления пищи должна отбираться суточная проба готовой продукции. Суточная проба отбирается в объеме: порционные блюда - в полном объеме; холодные закуски, первые блюда, гарниры, третьи и прочие блюда - не менее 100 г. Пробу отбирают стерильными или прокипяченными ложками в стерильную или прокипяченную стеклянную посуду с плотно закрывающимися крышками (гарниры и салаты - в отдельную посуду) и сохраняют в течение не менее 48 часов при 1емпературе +2-+6°С в отдельном холодильнике или в специально отведенном месте в холодильнике для молочных продуктов, гастрономии. Посуду с пробами маркируют с указанием приема пищи и датой отбора. Контроль за правильностью отбора и хранения суточной пробы должен осуществлять ответственное лицо, прошедшее инструктаж.

Меню разработано на основании следующих нормативных документов:

* СанПиН 2.4.1.2660-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях».
* Химический состав российских продуктов: Справочник / Под ред. Член-корр. МАИ, проф. И. М. Скурихина и академика РАМН, проф. В. А. Тутельяна. - М.: ДеЛи принт, 2002 г.
* «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений» в 2-х частях - под ред. доц. Коровка JI. С., доц. Добросердова И. И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004 г.

- Сборник технических нормативов- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников / Под ред. М. П. Могильного. - М.:ДеЛи принт, 2005.

* MP 2.3.1.2432-08 «Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации»

Технологические карты приготовления блюд к разработанному примерному цикличному меню для организации питания детей для филиала МБОУ «Гляденская СОШ» «Гляденский детский сад «Колокольчик», расположенного по адресу Красноярский край, Назаровский район, п.Глядень, ул.Совхозная, 1 7 указаны в приложении 1.

Расчёт продуктов (в граммах), на одну порцию, на одного ребёнка

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| День 1 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №  ТК | Наименование блюда | | Хлеб пшеничный  или хлеб зерновой | | Хлеб ржаной (ржано пшеничный) | | Мука пшеничная хлебопекарная | | Мука картофельная (крахмал) | | Крупа ( злаки) бобовые | | Макаронные изделия группы А | | Картофель ⃰ | | Овощи, зелень ⃰ | | Соки фруктовые (овощные) | | Напитки витаминизированные (готовый напиток) | | Фрукты (плоды) свежие | | Фрукты (плоды) сухие | | Кондитерские изделия | | Сахар | | Масло коровье сладкосливочное | | Масло растительное | | Яйцо куриное диетическое | | Молоко, кисломолочные продукты | | Творог, творожные изделия | | Колбасные изделия | | Мясо ⃰ | | Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.) | | Рыба ⃰ | | Сметана | | | Сыр | | Чай | | Кофейный напиток | | Какао-порошок | | Соль | | Дрожжи хлебопекарные |
| 1 | 2 | | 3 | | 4 | | 5 | | 6 | | 7 | | 8 | | 9 | | 10 | | 11 | | 12 | | 13 | | 14 | | 15 | | 16 | | 17 | | 18 | | 19 | | 20 | | 21 | | 22 | | 23 | | 24 | | 25 | | | 26 | | 27 | | 28 | | 29 | | 30 | | 31 | | 32 |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 65 | Каша гречневач рассыпчатая | |  | |  | |  | |  | | 49 | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 5 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 13 | Чай с сахаром | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 12 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | | 0,65 | |  | |  | |  |  |
| 16 | Бутерброд с маслом | | 30 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 6 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | Итого | | 30 | | 0 | | 0 | | 0 | | 49 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 12 | | 11 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0,65 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
| 2 завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ГП | | Сок фруктовый (овощной) | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 100 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | |  | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 100 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 88 | | Икра кабачковая (промышленного производства) | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 60 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 3 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 41 | | Суп картофельный с мясными фрикадельками | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 86 | | 17 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 2 | | 2 | | 3 | |  | |  | |  | | 40 | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 19 | | Жаркое по-домашнему | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 120 | | 55 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 5 | |  | |  | |  | |  | |  | | 97 | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 20 | | Кисель | |  | |  | |  | | 7,5 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 2 | |  | |  | | 18 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | | 40 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | |  | | 50 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | | 40 | | 50 | | 0 | | 7,5 | | 0 | | 0 | | 206 | | 132 | | 0 | | 0 | | 2 | | 0 | | 0 | | 18 | | 7 | | 5 | | 3 | | 0 | | 0 | | 0 | | 137 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 21 | | Кисломолочный продукт | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 164 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 72 | | «Гребешок» из дрожжевого теста | |  | |  | | 45 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 16,3 | | 4 | | 2 | | 1 | | 3 | | 18 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | 1 |
|  | | Итого | | 0 | | 0 | | 45 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 16,3 | | 4 | | 2 | | 1 | | 3 | | 182 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | 1 |
| Ужин | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 58 | | Рыба, тушеная с овощами | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 31 | |  | |  | |  | |  | |  | | 1,5 | |  | | 5 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 55 | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 17 | | Салат картофельный с зеленым горошком | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 40 | | 18 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 3 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | | 30 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 2 | | Кофейный напиток с молоком | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 12 | |  | |  | |  | | 100 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | | 2,4 | |  | |  |  |
| ГП | | Яблоко | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 120 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | | 30 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 40 | | 49 | | 0 | | 0 | | 120 | | 0 | | 0 | | 13,5 | | 0 | | 8 | | 0 | | 100 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 55 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 2,4 | | 0 | | 0 | 0 |
|  | | Норма соли пищевой поваренной на весь день | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | 6 |  |
|  | | Итого за день | | 100 | | 50 | | 45 | | 7,5 | | 49 | | 0 | | 246 | | 181 | | 100 | | 0 | | 122 | | 0 | | 16,3 | | 47,5 | | 20 | | 14 | | 6 | | 282 | | 0 | | 0 | | 137 | | 0 | | 55 | | | 0 | | 0 | | 0,65 | | 2,4 | | 0 | | 6 | 1 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| День 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №  ТК | Наименование блюда | | Хлеб пшеничный  или хлеб зерновой | | Хлеб ржаной (ржано пшеничный) | | Мука пшеничная хлебопекарная | | Мука картофельная (крахмал) | | Крупа ( злаки) бобовые | | Макаронные изделия группы А | | Картофель ⃰ | | Овощи, зелень ⃰ | | Соки фруктовые (овощные) | | Напитки витаминизированные (готовый напиток) | | Фрукты (плоды) свежие | | Фрукты (плоды) сухие | | Кондитерские изделия | | Сахар | | Масло коровье сладкосливочное | | Масло растительное | | Яйцо куриное диетическое | | Молоко, кисломолочные продукты | | Творог, творожные изделия | | Колбасные изделия | | Мясо ⃰ | | Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.) | | Рыба ⃰ | | Сметана | | | Сыр | | Чай | | Кофейный напиток | | Какао-порошок | | Соль | | Дрожжи хлебопекарные |
| 1 | 2 | | 3 | | 4 | | 5 | | 6 | | 7 | | 8 | | 9 | | 10 | | 11 | | 12 | | 13 | | 14 | | 15 | | 16 | | 17 | | 18 | | 19 | | 20 | | 21 | | 22 | | 23 | | 24 | | 25 | | | 26 | | 27 | | 28 | | 29 | | 30 | | 31 | | 32 |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 84 | Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными «Геркулес» | |  | |  | |  | |  | | 20 | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 4 | | 4 | |  | |  | | 150 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 15 | Какао с молоком | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 12 | |  | |  | |  | | 100 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | | 1,2 | |  |  |
| 16 | Бутерброд с маслом | | 30 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 6 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | Итого | | 30 | | 0 | | 0 | | 0 | | 20 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 16 | | 10 | | 0 | | 0 | | 250 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 1,2 | | 0 | 0 |
| 2 завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ГП | | Сок фруктовый (овощной) | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 100 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | |  | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 100 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 24 | | Салат из зеленого горошка (кукурузы) с луком репчатым | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 58 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 3 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 97 | | Свекольник, с мясом и со сметаной | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 43 | | 93 | |  | |  | |  | |  | |  | | 1,25 | | 2 | | 2 | |  | |  | |  | |  | | 16 | |  | |  | | | 7 | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 95 | | Плов с птицей | |  | |  | |  | |  | | 53 | |  | |  | | 24 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 2,5 | | 2,5 | |  | |  | |  | |  | |  | | 141 | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 9 | | Компот из сухофруктов | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 26 | |  | | 15 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | | 40 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | |  | | 50 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | | 40 | | 50 | | 0 | | 0 | | 53 | | 0 | | 43 | | 175 | | 0 | | 0 | | 0 | | 26 | | 0 | | 16,25 | | 4,5 | | 7,5 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 16 | | 141 | | 0 | | | 7 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 21 | | Кисломолочный продукт | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 164 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники) | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 30 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 30 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 164 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
| Ужин | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 49 | | Сырники с морковью с молоком сгущенным | |  | |  | | 18 | |  | | 3 | |  | |  | | 33 | |  | |  | |  | |  | |  | | 12 | | 7 | |  | | 6 | | 20 | | 106 | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 76 | | Чай с молоком | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 12 | |  | |  | |  | | 50 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | | 0,65 | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Груша | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 120 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | | 0 | | 0 | | 18 | | 0 | | 3 | | 0 | | 0 | | 33 | | 0 | | 0 | | 120 | | 0 | | 0 | | 24 | | 7 | | 0 | | 6 | | 70 | | 106 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0,65 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
|  | | Норма соли пищевой поваренной на весь день | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | 6 |  |
|  | | Итого за день | | 70 | | 50 | | 18 | | 0 | | 76 | | 0 | | 43 | | 208 | | 100 | | 0 | | 120 | | 26 | | 30 | | 56,25 | | 21,5 | | 7,5 | | 6 | | 484 | | 106 | | 0 | | 16 | | 141 | | 0 | | | 7 | | 0 | | 0,65 | | 0 | | 1,2 | | 6 | 0 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| День 3 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №  ТК | Наименование блюда | | Хлеб пшеничный  или хлеб зерновой | | Хлеб ржаной (ржано пшеничный) | | Мука пшеничная хлебопекарная | | Мука картофельная (крахмал) | | Крупа ( злаки) бобовые | | Макаронные изделия группы А | | Картофель ⃰ | | Овощи, зелень ⃰ | | Соки фруктовые (овощные) | | Напитки витаминизированные (готовый напиток) | | Фрукты (плоды) свежие | | Фрукты (плоды) сухие | | Кондитерские изделия | | Сахар | | Масло коровье сладкосливочное | | Масло растительное | | Яйцо куриное диетическое | | Молоко, кисломолочные продукты | | Творог, творожные изделия | | Колбасные изделия | | Мясо ⃰ | | Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.) | | Рыба ⃰ | | Сметана | | | Сыр | | Чай | | Кофейный напиток | | Какао-порошок | | Соль | | Дрожжи хлебопекарные |
| 1 | 2 | | 3 | | 4 | | 5 | | 6 | | 7 | | 8 | | 9 | | 10 | | 11 | | 12 | | 13 | | 14 | | 15 | | 16 | | 17 | | 18 | | 19 | | 20 | | 21 | | 22 | | 23 | | 24 | | 25 | | | 26 | | 27 | | 28 | | 29 | | 30 | | 31 | | 32 |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 68 | Каша вязкая пшеничная молочная | |  | |  | |  | |  | | 20 | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 4 | | 4 | |  | |  | | 150 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 2 | Кофейный напиток с молоком | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 12 | |  | |  | |  | | 100 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | | 2,4 | |  | |  |  |
| 3 | Бутерброд с маслом и сыром | | 30 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 6 | | | | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | | 12 | |  | |  | |  | |  |  |
|  | Итого | | 30 | | 0 | | 0 | | 0 | | 20 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 16 | | 10 | | 0 | | 0 | | 250 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 12 | | 0 | | 2,4 | | 0 | | 0 | 0 |
| 2 завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ГП | | Сок фруктовый (овощной) | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 100 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | |  | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 100 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 75 | | Салат из свеклы с сыром | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 55 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 3 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | | 4,7 | |  | |  | |  | |  |  |
| 47 | | Суп картофельный с бобовыми,  с мясом | |  | |  | |  | |  | | 21 | |  | | 50 | | 28 | |  | |  | |  | |  | |  | | 0 | | 2 | | 2 | |  | |  | |  | |  | | 0 | | 37 | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 26 | | Колбасные изделия отварные | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 71 | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 91 | | Картофельное пюре | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 77 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 3 | |  | |  | | 14 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 27 | | Капуста тушеная | |  | |  | | 1 | |  | |  | |  | |  | | 110 | |  | |  | |  | |  | |  | | 3 | | 4 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 87 | | Напиток витаминизированный «Валетек» | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 240 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | | 40 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | |  | | 50 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | | 40 | | 50 | | 1 | | 0 | | 21 | | 0 | | 127 | | 193 | | 0 | | 240 | | 0 | | 26 | | 0 | | 3 | | 9 | | 5 | | 0 | | 14 | | 0 | | 71 | | 0 | | 37 | | 0 | | | 0 | | 4,7 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 21 | | Кисломолочный продукт | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 164 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 43 | | Пирожок печеный из дрожжевого теста с овощным фаршем | |  | |  | | 36 | |  | |  | |  | |  | | 33,7 | |  | |  | |  | |  | |  | | 2 | | 4 | | 2,4 | | 6 | | 9 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | 1 |
|  | | Итого | | 0 | | 0 | | 36 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 33,7 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 2 | | 4 | | 2,4 | | 6 | | 173 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | 1 |
| Ужин | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 67 | | Суп-уха | |  | |  | |  | |  | | 6 | |  | | 75 | | 20 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 2 | | 2 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 40 | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 13 | | Чай с сахаром | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 12 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | | 0,65 | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | | 30 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Батон | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 120 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | | 30 | | 0 | | 0 | | 0 | | 6 | | 0 | | 75 | | 20 | | 0 | | 0 | | 120 | | 0 | | 0 | | 12 | | 2 | | 2 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 40 | | | 0 | | 0 | | 0,65 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
|  | | Норма соли пищевой поваренной на весь день | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | 6 |  |
|  | | Итого за день | | 100 | | 50 | | 37 | | 0 | | 47 | | 0 | | 202 | | 246,7 | | 100 | | 240 | | 120 | | 0 | | 0 | | 33 | | 25 | | 9,4 | | 6 | | 437 | | 0 | | 71 | | 0 | | 37 | | 40 | | | 0 | | 16,7 | | 0,65 | | 2,4 | | 0 | | 6 | 1 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| День 4 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №  ТК | Наименование блюда | | Хлеб пшеничный  или хлеб зерновой | | Хлеб ржаной (ржано пшеничный) | | Мука пшеничная хлебопекарная | | Мука картофельная (крахмал) | | Крупа ( злаки) бобовые | | Макаронные изделия группы А | | Картофель ⃰ | | Овощи, зелень ⃰ | | Соки фруктовые (овощные) | | Напитки витаминизированные (готовый напиток) | | Фрукты (плоды) свежие | | Фрукты (плоды) сухие | | Кондитерские изделия | | Сахар | | Масло коровье сладкосливочное | | Масло растительное | | Яйцо куриное диетическое | | Молоко, кисломолочные продукты | | Творог, творожные изделия | | Колбасные изделия | | Мясо ⃰ | | Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.) | | Рыба ⃰ | | Сметана | | | Сыр | | Чай | | Кофейный напиток | | Какао-порошок | | Соль | | Дрожжи хлебопекарные |
| 1 | 2 | | 3 | | 4 | | 5 | | 6 | | 7 | | 8 | | 9 | | 10 | | 11 | | 12 | | 13 | | 14 | | 15 | | 16 | | 17 | | 18 | | 19 | | 20 | | 21 | | 22 | | 23 | | 24 | | 25 | | | 26 | | 27 | | 28 | | 29 | | 30 | | 31 | | 32 |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 32 | Каша вязкая манная молочная | |  | |  | |  | |  | | 20 | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 4 | | 4 | |  | |  | | 150 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 15 | Какао с молоком | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 12 | |  | |  | |  | | 100 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | | 1,2 | |  |  |
| 16 | Бутерброд с маслом | | 30 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 6 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | Итого | | 30 | | 0 | | 0 | | 0 | | 20 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 16 | | 10 | | 0 | | 0 | | 250 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 1,2 | | 0 | 0 |
| 2 завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ГП | | Сок фруктовый (овощной) | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 100 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | |  | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 100 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 82 | | Салат из моркови с чесноком | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 58,3 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 3 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 5 | | Борщ с капустой свежей, с мясом и со сметаной | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 20 | | 83 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 2 | | 2 | |  | |  | |  | |  | | 16 | |  | |  | | | 7 | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 35 | | Гуляш | |  | |  | | 2 | |  | |  | |  | |  | | 15 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 5 | |  | |  | |  | |  | | 83 | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 30 | | Макаронные изделия отварные с овощами | |  | |  | |  | |  | |  | | 44 | |  | | 42 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 6 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 20 | | Кисель | |  | |  | |  | | 7,5 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 2 | |  | |  | | 18 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | | 40 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | |  | | 50 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | | 40 | | 50 | | 2 | | 7,5 | | 0 | | 44 | | 20 | | 198,3 | | 0 | | 0 | | 2 | | 0 | | 0 | | 18 | | 8 | | 10 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 99 | | 0 | | 0 | | | 7 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 21 | | Кисломолочный продукт | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 164 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 28 | | Булочка творожная с изюмом | |  | |  | | 40 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 8,5 | |  | | 7 | | 2 | | 1 | | 3 | | 12 | | 12,5 | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | 1,8 |
|  | | Итого | | 0 | | 0 | | 40 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 8,5 | | 0 | | 7 | | 2 | | 1 | | 3 | | 176 | | 12,5 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | 1,8 |
| Ужин | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 74 | | Омлет с зелёным горошком | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 28 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 6 | |  | | 60 | | 52 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 76 | | Чай с молоком | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 12 | |  | |  | |  | | 50 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | | 0,65 | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | | 30 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Яблоко | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 120 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | | 30 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 28 | | 0 | | 0 | | 120 | | 0 | | 0 | | 12 | | 6 | | 0 | | 60 | | 102 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0,65 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
|  | | Норма соли пищевой поваренной на весь день | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | 6 |  |
|  | | Итого за день | | 100 | | 50 | | 42 | | 7,5 | | 20 | | 44 | | 20 | | 226,3 | | 100 | | 0 | | 122 | | 8,5 | | 0 | | 53 | | 26 | | 11 | | 63 | | 528 | | 12,5 | | 0 | | 99 | | 0 | | 0 | | | 7 | | 0 | | 0,65 | | 0 | | 1,2 | | 6 | 1,8 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| День 5 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №  ТК | Наименование блюда | | Хлеб пшеничный  или хлеб зерновой | | Хлеб ржаной (ржано пшеничный) | | Мука пшеничная хлебопекарная | | Мука картофельная (крахмал) | | Крупа ( злаки) бобовые | | Макаронные изделия группы А | | Картофель ⃰ | | Овощи, зелень ⃰ | | Соки фруктовые (овощные) | | Напитки витаминизированные (готовый напиток) | | Фрукты (плоды) свежие | | Фрукты (плоды) сухие | | Кондитерские изделия | | Сахар | | Масло коровье сладкосливочное | | Масло растительное | | Яйцо куриное диетическое | | Молоко, кисломолочные продукты | | Творог, творожные изделия | | Колбасные изделия | | Мясо ⃰ | | Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.) | | Рыба ⃰ | | Сметана | | | Сыр | | Чай | | Кофейный напиток | | Какао-порошок | | Соль | | Дрожжи хлебопекарные |
| 1 | 2 | | 3 | | 4 | | 5 | | 6 | | 7 | | 8 | | 9 | | 10 | | 11 | | 12 | | 13 | | 14 | | 15 | | 16 | | 17 | | 18 | | 19 | | 20 | | 21 | | 22 | | 23 | | 24 | | 25 | | | 26 | | 27 | | 28 | | 29 | | 30 | | 31 | | 32 |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 39 | Суп молочный с макаронными изделиями | |  | |  | |  | |  | |  | | 16 | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 2 | | 1 | |  | |  | | 154 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 2 | Кофейный напиток с молоком | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 12 | |  | |  | |  | | 100 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | | 2,4 | |  | |  |  |
| 3 | Бутерброд с маслом и сыром | | 30 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 6 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | | 12 | |  | |  | |  | |  |  |
|  | Итого | | 30 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 16 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 14 | | 7 | | 0 | | 0 | | 254 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 12 | | 0 | | 2,4 | | 0 | | 0 | 0 |
| 2 завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ГП | | Сок фруктовый (овощной) | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 100 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | |  | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 100 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 83 | | Салат из моркови с зеленым горошком | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 58 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 3 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 46 | | Суп «Харчо» с мясом и со сметаной | |  | |  | |  | |  | | 6 | |  | | 75 | | 31,5 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 2 | | 2 | |  | |  | |  | |  | | 16 | |  | |  | | | 7 | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 64 | | Тефтели из говядины | |  | |  | | 4 | |  | | 6 | |  | |  | | 18 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 6 | | 3 | |  | |  | |  | | 45 | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 7 | | Соус красный основной | |  | |  | | 3 | |  | |  | |  | |  | | 15 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 2 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 66 | | Свекла тушеная | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 179 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 9 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | | 20 | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 80 | | Напиток из шиповника | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 20 | |  | | 13 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | | 50 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | |  | | 50 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | | 50 | | 50 | | 7 | | 0 | | 12 | | 0 | | 75 | | 301,5 | | 0 | | 0 | | 0 | | 20 | | 0 | | 13 | | 13 | | 11 | | 3 | | 0 | | 0 | | 0 | | 61 | | 0 | | 0 | | | 27 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 21 | | Кисломолочный продукт | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 164 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники) | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 30 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 30 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 164 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
| Ужин | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 44 | | Рыба  по-польски | |  | |  | | 2 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 4 | | 16 | | 11 | |  | |  | |  | |  | | 67 | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 8 | | Картофельное пюре | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 128 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 5 | |  | |  | | 24 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 31 | | Чай с лимоном | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 6 | |  | |  | | 12 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | | 0,65 | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | | 30 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Груша | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 120 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | | 30 | | 0 | | 2 | | 0 | | 0 | | 0 | | 128 | | 0 | | 0 | | 0 | | 126 | | 0 | | 0 | | 12 | | 5 | | 4 | | 16 | | 35 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 67 | | | 0 | | 0 | | 0,65 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
|  | | Норма соли пищевой поваренной на весь день | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | 6 |  |
|  | | Итого за день | | 110 | | 50 | | 9 | | 0 | | 12 | | 16 | | 203 | | 301,5 | | 100 | | 0 | | 126 | | 20 | | 30 | | 39 | | 25 | | 15 | | 19 | | 453 | | 0 | | 0 | | 61 | | 0 | | 67 | | | 27 | | 12 | | 0,65 | | 2,4 | | 0 | | 6 | 0 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| День 6 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №  ТК | Наименование блюда | | Хлеб пшеничный  или хлеб зерновой | | Хлеб ржаной (ржано пшеничный) | | Мука пшеничная хлебопекарная | | Мука картофельная (крахмал) | | Крупа ( злаки) бобовые | | Макаронные изделия группы А | | Картофель ⃰ | | Овощи, зелень ⃰ | | Соки фруктовые (овощные) | | Напитки витаминизированные (готовый напиток) | | Фрукты (плоды) свежие | | Фрукты (плоды) сухие | | Кондитерские изделия | | Сахар | | Масло коровье сладкосливочное | | Масло растительное | | Яйцо куриное диетическое | | Молоко, кисломолочные продукты | | Творог, творожные изделия | | Колбасные изделия | | Мясо ⃰ | | Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.) | | Рыба ⃰ | | Сметана | | | Сыр | | Чай | | Кофейный напиток | | Какао-порошок | | Соль | | Дрожжи хлебопекарные |
| 1 | 2 | | 3 | | 4 | | 5 | | 6 | | 7 | | 8 | | 9 | | 10 | | 11 | | 12 | | 13 | | 14 | | 15 | | 16 | | 17 | | 18 | | 19 | | 20 | | 21 | | 22 | | 23 | | 24 | | 25 | | | 26 | | 27 | | 28 | | 29 | | 30 | | 31 | | 32 |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 85 | Макаронные изделия, запеченные с сыром | |  | |  | |  | |  | |  | | 53 | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 6 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | | 12,8 | |  | |  | |  | |  |  |
| 12 | Чай без сахара | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | | 0,65 | |  | |  | |  |  |
| 16 | Бутерброд с маслом | | 30 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 6 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | Конфеты (или пастила, или мармелад, или зефир, или шоколад) | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | 20 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | Итого | | 30 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 53 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 20 | | 0 | | 12 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 12,8 | | 0,65 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
| 2 завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ГП | | Сок фруктовый (овощной) | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 100 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | |  | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 100 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 33 | | Сельдь с луком репчатым | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 10 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 3 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 48 | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 25 | | Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной | |  | |  | |  | |  | | 5 | |  | | 75 | | 35 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 2 | | 2 | |  | |  | |  | |  | | 16 | |  | |  | | | 7 | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 71 | | Голубцы ленивые | |  | |  | |  | |  | | 5 | |  | |  | | 53 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 6 | |  | |  | |  | |  | | 32 | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 7 | | Соус красный основной | |  | |  | | 3 | |  | |  | |  | |  | | 15 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 2 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 8 | | Картофельное пюре | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 128 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 5 | |  | |  | | 24 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 20 | | Кисель | |  | |  | |  | | 7,5 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 2 | |  | |  | | 18 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | | 50 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | |  | | 50 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | | 50 | | 50 | | 3 | | 7,5 | | 10 | | 0 | | 203 | | 113 | | 0 | | 0 | | 2 | | 0 | | 0 | | 18 | | 9 | | 11 | | 0 | | 24 | | 0 | | 0 | | 48 | | 0 | | 48 | | | 7 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 21 | | Кисломолочный продукт | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 164 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники) | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 30 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 30 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 164 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
| Ужин | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 68 | | Запеканка морковная с молоком сгущенным | | 5 | |  | |  | |  | | 20 | |  | |  | | 217 | |  | |  | |  | |  | |  | | 7 | | 11 | |  | | 5 | | 60 | |  | |  | |  | |  | |  | | | 5 | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 86 | | Бутерброд с джемом | | 30 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 8 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 15 | | Какао с молоком | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 12 | |  | |  | |  | | 100 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | | 1,2 | |  |  |
| ГП | | Банан | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 120 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | | 35 | | 0 | | 0 | | 0 | | 20 | | 0 | | 0 | | 217 | | 0 | | 0 | | 120 | | 0 | | 8 | | 19 | | 11 | | 0 | | 5 | | 160 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 5 | | 0 | | 0 | | 0 | | 1,2 | | 0 | 0 |
|  | | Норма соли пищевой поваренной на весь день | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | 6 |  |
|  | | Итого за день | | 115 | | 50 | | 3 | | 7,5 | | 30 | | 53 | | 203 | | 330 | | 100 | | 0 | | 122 | | 0 | | 58 | | 37 | | 32 | | 11 | | 5 | | 348 | | 0 | | 0 | | 48 | | 0 | | 48 | | | 12 | | 12,8 | | 0,65 | | 0 | | 1,2 | | 6 | 0 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| День 7 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №  ТК | Наименование блюда | | Хлеб пшеничный  или хлеб зерновой | | Хлеб ржаной (ржано пшеничный) | | Мука пшеничная хлебопекарная | | Мука картофельная (крахмал) | | Крупа ( злаки) бобовые | | Макаронные изделия группы А | | Картофель ⃰ | | Овощи, зелень ⃰ | | Соки фруктовые (овощные) | | Напитки витаминизированные (готовый напиток) | | Фрукты (плоды) свежие | | Фрукты (плоды) сухие | | Кондитерские изделия | | Сахар | | Масло коровье сладкосливочное | | Масло растительное | | Яйцо куриное диетическое | | Молоко, кисломолочные продукты | | Творог, творожные изделия | | Колбасные изделия | | Мясо ⃰ | | Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.) | | Рыба ⃰ | | Сметана | | | Сыр | | Чай | | Кофейный напиток | | Какао-порошок | | Соль | | Дрожжи хлебопекарные |
| 1 | 2 | | 3 | | 4 | | 5 | | 6 | | 7 | | 8 | | 9 | | 10 | | 11 | | 12 | | 13 | | 14 | | 15 | | 16 | | 17 | | 18 | | 19 | | 20 | | 21 | | 22 | | 23 | | 24 | | 25 | | | 26 | | 27 | | 28 | | 29 | | 30 | | 31 | | 32 |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 50 | Каша вязкая рисовая молочная | |  | |  | |  | |  | | 25 | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 4 | | 4 | |  | |  | | 150 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 2 | Кофейный напиток с молоком | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 12 | |  | |  | |  | | 100 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | | 2,4 | |  | |  |  |
| 3 | Бутерброд с маслом и сыром | | 30 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 6 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | | 12 | |  | |  | |  | |  |  |
|  | Итого | | 30 | | 0 | | 0 | | 0 | | 25 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 16 | | 10 | | 0 | | 0 | | 250 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 12 | | 0 | | 2,4 | | 0 | | 0 | 0 |
| 2 завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ГП | | Сок фруктовый (овощной) | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 100 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | |  | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 100 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | | Салат из свеклы с зеленым горошком | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 58 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 3 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 52 | | Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом птицы | |  | |  | |  | |  | |  | | 10 | | 75 | | 28 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 2 | | 2 | |  | |  | |  | |  | |  | | 37 | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 53 | | Капуста, тушеная с мясом | |  | |  | | 2 | |  | |  | |  | |  | | 222 | |  | |  | |  | |  | |  | | 5 | | 7 | |  | |  | |  | |  | |  | | 111 | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 9 | | Компот из сухофруктов | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 26 | |  | | 15 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | | 50 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | |  | | 50 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | | 50 | | 50 | | 2 | | 0 | | 0 | | 10 | | 75 | | 308 | | 0 | | 0 | | 0 | | 26 | | 0 | | 20 | | 9 | | 5 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 111 | | 37 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 21 | | Кисломолочный продукт | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 164 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 36 | | Сушка на сметане | |  | |  | | 35 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 10 | | 3 | | 0,9 | | 10 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | | 27 | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | | 0 | | 0 | | 35 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 10 | | 3 | | 0,9 | | 10 | | 164 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 27 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
| Ужин | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 61 | | Картофельная запеканка (рулет) с овощами и рыбой | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 165 | | 42 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 6 | | 4 | |  | |  | |  | |  | |  | | 30 | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 89 | | Соус сметанный | |  | |  | | 1 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 1 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | | 5 | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | | 30 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 54 | | Компот из свежих фруктов | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 45 | |  | |  | | 13 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Яблоко | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 120 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | | 30 | | 0 | | 1 | | 0 | | 0 | | 0 | | 165 | | 42 | | 0 | | 0 | | 165 | | 0 | | 0 | | 13 | | 1 | | 6 | | 4 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 30 | | | 5 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
|  | | Норма соли пищевой поваренной на весь день | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | 6 |  |
|  | | Итого за день | | 110 | | 50 | | 38 | | 0 | | 25 | | 10 | | 240 | | 350 | | 100 | | 0 | | 165 | | 26 | | 0 | | 59 | | 23 | | 11,9 | | 14 | | 414 | | 0 | | 0 | | 111 | | 37 | | 30 | | | 32 | | 12 | | 0 | | 2,4 | | 0 | | 6 | 0 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| День 8 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №  ТК | Наименование блюда | | Хлеб пшеничный  или хлеб зерновой | | Хлеб ржаной (ржано пшеничный) | | Мука пшеничная хлебопекарная | | Мука картофельная (крахмал) | | Крупа ( злаки) бобовые | | Макаронные изделия группы А | | Картофель ⃰ | | Овощи, зелень ⃰ | | Соки фруктовые (овощные) | | Напитки витаминизированные (готовый напиток) | | Фрукты (плоды) свежие | | Фрукты (плоды) сухие | | Кондитерские изделия | | Сахар | | Масло коровье сладкосливочное | | Масло растительное | | Яйцо куриное диетическое | | Молоко, кисломолочные продукты | | Творог, творожные изделия | | Колбасные изделия | | Мясо ⃰ | | Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.) | | Рыба ⃰ | | Сметана | | | Сыр | | Чай | | Кофейный напиток | | Какао-порошок | | Соль | | Дрожжи хлебопекарные |
| 1 | 2 | | 3 | | 4 | | 5 | | 6 | | 7 | | 8 | | 9 | | 10 | | 11 | | 12 | | 13 | | 14 | | 15 | | 16 | | 17 | | 18 | | 19 | | 20 | | 21 | | 22 | | 23 | | 24 | | 25 | | | 26 | | 27 | | 28 | | 29 | | 30 | | 31 | | 32 |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 37 | Омлет натуральный с маслом | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 6 | |  | | 45 | | 65 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 38 | Зелёный горошек или кукуруза консер. отварные | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | | 60 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 15 | Какао с молоком | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 12 | |  | |  | |  | | 100 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | | 1,2 | |  |  |
| 16 | Бутерброд с маслом | | 30 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 6 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | Итого | | 30 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 60 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 12 | | 12 | | 0 | | 45 | | 165 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 1,2 | | 0 | 0 |
| 2 завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ГП | | Сок фруктовый (овощной) | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 100 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | |  | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 100 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 69 | | Овощи натуральные солёные (или свежие) | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 60 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 57 | | Суп картофельный с клёцками, с мясом птицы или суп-лапша с мясом птицы | |  | |  | | 10 | |  | |  | |  | | 44 | | 23 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 4 | | 2 | | 2,5 | | 15 | |  | |  | |  | | 37 | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 29 | | Котлеты, биточки, шницели рыбные | | 19 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 6 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 4 | | 10 | | 11 | |  | |  | |  | |  | | 53 | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 7 | | Соус красный основной | |  | |  | | 3 | |  | |  | |  | |  | | 15 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 2 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 59 | | Рис отварной с овощами | |  | |  | |  | |  | | 45 | |  | |  | | 42 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 6 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 20 | | Кисель | |  | |  | |  | | 7,5 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 2 | |  | |  | | 18 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | | 40 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | |  | | 50 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | | 59 | | 50 | | 13 | | 7,5 | | 45 | | 0 | | 44 | | 146 | | 0 | | 0 | | 2 | | 0 | | 0 | | 18 | | 12 | | 6 | | 12,5 | | 26 | | 0 | | 0 | | 0 | | 37 | | 53 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 21 | | Кисломолочный продукт | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 164 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники) | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 30 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 30 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 164 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
| Ужин | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 92 | | Рагу из овощей | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 50 | | 185 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 4 | | 4 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 76 | | Чай с молоком | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 12 | |  | |  | |  | | 50 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | | 0,65 | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | | 30 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Груша | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 120 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | | 30 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 50 | | 185 | | 0 | | 0 | | 120 | | 0 | | 0 | | 12 | | 4 | | 4 | | 0 | | 50 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0,65 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
|  | | Норма соли пищевой поваренной на весь день | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | 6 |  |
|  | | Итого за день | | 119 | | 50 | | 13 | | 7,5 | | 45 | | 0 | | 94 | | 391 | | 100 | | 0 | | 122 | | 0 | | 30 | | 42 | | 28 | | 10 | | 57,5 | | 405 | | 0 | | 0 | | 0 | | 37 | | 53 | | | 0 | | 0 | | 0,65 | | 0 | | 1,2 | | 6 | 0 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| День 9 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №  ТК | Наименование блюда | | Хлеб пшеничный  или хлеб зерновой | | Хлеб ржаной (ржано пшеничный) | | Мука пшеничная хлебопекарная | | Мука картофельная (крахмал) | | Крупа ( злаки) бобовые | | Макаронные изделия группы А | | Картофель ⃰ | | Овощи, зелень ⃰ | | Соки фруктовые (овощные) | | Напитки витаминизированные (готовый напиток) | | Фрукты (плоды) свежие | | Фрукты (плоды) сухие | | Кондитерские изделия | | Сахар | | Масло коровье сладкосливочное | | Масло растительное | | Яйцо куриное диетическое | | Молоко, кисломолочные продукты | | Творог, творожные изделия | | Колбасные изделия | | Мясо ⃰ | | Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.) | | Рыба ⃰ | | Сметана | | | Сыр | | Чай | | Кофейный напиток | | Какао-порошок | | Соль | | Дрожжи хлебопекарные |
| 1 | 2 | | 3 | | 4 | | 5 | | 6 | | 7 | | 8 | | 9 | | 10 | | 11 | | 12 | | 13 | | 14 | | 15 | | 16 | | 17 | | 18 | | 19 | | 20 | | 21 | | 22 | | 23 | | 24 | | 25 | | | 26 | | 27 | | 28 | | 29 | | 30 | | 31 | | 32 |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 93 | Запеканка из творога с молоком сгущенным | | 5 | |  | | 11 | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 9 | | 5 | |  | | 4 | | 40 | | 132 | |  | |  | |  | |  | | | 5 | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 2 | Кофейный напиток с молоком | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 12 | |  | |  | |  | | 100 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | | 2,4 | |  | |  |  |
| 3 | Бутерброд с маслом и сыром | | 30 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 6 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | | 12 | |  | |  | |  | |  |  |
|  | Итого | | 35 | | 0 | | 11 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 21 | | 11 | | 0 | | 4 | | 140 | | 132 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 5 | | 12 | | 0 | | 2,4 | | 0 | | 0 | 0 |
| 2 завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ГП | | Сок фруктовый (овощной) | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 100 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | |  | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 100 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 81 | | Салат из свеклы с чесноком | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 58,3 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 3 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 34 | | Щи из свежей капусты, с мясом и со сметаной | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 30 | | 81 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 2 | | 2 | |  | |  | |  | |  | | 16 | |  | |  | | | 7 | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 6 | | Котлеты, биточки, шницели из говядины | | 15 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 7 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 5 | | 3,5 | | 14 | |  | |  | | 59 | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 7 | | Соус красный основной | |  | |  | | 3 | |  | |  | |  | |  | | 15 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 2 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 93 | | Горошница | |  | |  | |  | |  | | 72 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 5 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 87 | | Напиток витаминизированный «Валетек» | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 240 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | | 40 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | |  | | 50 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | | 55 | | 50 | | 3 | | 0 | | 72 | | 0 | | 30 | | 161,3 | | 0 | | 240 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 9 | | 10 | | 3,5 | | 14 | | 0 | | 0 | | 75 | | 0 | | 0 | | | 7 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 21 | | Кисломолочный продукт | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 164 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 11 | | Пирог открытый с яблоками | |  | |  | | 39 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 30 | |  | |  | | 8 | | 2 | | 1 | | 3 | | 16 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | 1 |
|  | | Итого | | 0 | | 0 | | 39 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 30 | | 0 | | 0 | | 8 | | 2 | | 1 | | 3 | | 180 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | 1 |
| Ужин | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 45 | | Каша вязкая пшенная молочная | |  | |  | |  | |  | | 25 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 4 | | 4 | |  | |  | | 150 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 16 | | Бутерброд с маслом | | 30 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 6 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 13 | | Чай с сахаром | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 12 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | | 0,65 | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | | 30 | | 0 | | 0 | | 0 | | 25 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 16 | | 10 | | 0 | | 0 | | 150 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0,65 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
|  | | Норма соли пищевой поваренной на весь день | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | 6 |  |
|  | | Итого за день | | 120 | | 50 | | 53 | | 0 | | 97 | | 0 | | 30 | | 161,3 | | 100 | | 240 | | 30 | | 0 | | 0 | | 45 | | 32 | | 11 | | 10,5 | | 484 | | 132 | | 0 | | 75 | | 0 | | 0 | | | 12 | | 12 | | 0,65 | | 2,4 | | 0 | | 6 | 1 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дети 3-7 лет, 12 часовое пребывание | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| День 10 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| №  ТК | Наименование блюда | | Хлеб пшеничный  или хлеб зерновой | | Хлеб ржаной (ржано пшеничный) | | Мука пшеничная хлебопекарная | | Мука картофельная (крахмал) | | Крупа ( злаки) бобовые | | Макаронные изделия группы А | | Картофель ⃰ | | Овощи, зелень ⃰ | | Соки фруктовые (овощные) | | Напитки витаминизированные (готовый напиток) | | Фрукты (плоды) свежие | | Фрукты (плоды) сухие | | Кондитерские изделия | | Сахар | | Масло коровье сладкосливочное | | Масло растительное | | Яйцо куриное диетическое | | Молоко, кисломолочные продукты | | Творог, творожные изделия | | Колбасные изделия | | Мясо ⃰ | | Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.) | | Рыба ⃰ | | Сметана | | | Сыр | | Чай | | Кофейный напиток | | Какао-порошок | | Соль | | Дрожжи хлебопекарные |
| 1 | 2 | | 3 | | 4 | | 5 | | 6 | | 7 | | 8 | | 9 | | 10 | | 11 | | 12 | | 13 | | 14 | | 15 | | 16 | | 17 | | 18 | | 19 | | 20 | | 21 | | 22 | | 23 | | 24 | | 25 | | | 26 | | 27 | | 28 | | 29 | | 30 | | 31 | | 32 |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | Суп молочный с крупой | |  | |  | |  | |  | | 15 | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 4 | | 1 | |  | |  | | 180 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 15 | Какао с молоком | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 12 | |  | |  | |  | | 100 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | | 1,2 | |  |  |
| 16 | Бутерброд с маслом | | 30 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 6 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 63 | Яйцо отварное | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 40 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | Итого | | 30 | | 0 | | 0 | | 0 | | 15 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 16 | | 7 | | 0 | | 40 | | 280 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 1,2 | | 0 | 0 |
| 2 завтрак | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ГП | | Сок фруктовый (овощной) | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 100 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | |  | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 100 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 56 | | Салат из соленых огурцов с луком репчатым | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 58 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 3 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 18 | | Суп крестьянский с мясом и со сметаной | |  | |  | |  | |  | | 10 | |  | | 25 | | 25 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 2,5 | | 2,5 | |  | |  | |  | |  | | 16 | |  | |  | | | 7 | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 40 | | Рыба, тушеная в сметанном соусе | |  | |  | | 2 | |  | |  | |  | |  | | 44 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 2 | | 7 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 96 | | | 8 | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 8 | | Картофельное пюре | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 128 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 5 | |  | |  | | 24 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 9 | | Компот из сухофруктов | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 26 | |  | | 15 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | | 50 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) | |  | | 50 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | | 55 | | 50 | | 2 | | 0 | | 10 | | 0 | | 153 | | 127 | | 0 | | 0 | | 0 | | 26 | | 0 | | 15 | | 9,5 | | 12,5 | | 0 | | 24 | | 0 | | 0 | | 16 | | 0 | | 96 | | | 15 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 21 | | Кисломолочный продукт | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 164 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники) | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 30 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 30 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 164 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
| Ужин | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 55 | | Вареники ленивые с маслом сливочным | |  | |  | | 22 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 14 | | 6 | |  | | 14 | |  | | 149 | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
| 76 | | Чай с молоком | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 12 | |  | |  | |  | | 50 | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | | 0,65 | |  | |  | |  |  |
| ГП | | Апельсин | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 120 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |
|  | | Итого | | 0 | | 0 | | 22 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | 120 | | 0 | | 0 | | 26 | | 6 | | 0 | | 14 | | 50 | | 149 | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 | | | 0 | | 0 | | 0,65 | | 0 | | 0 | | 0 | 0 |
|  | | Норма соли пищевой поваренной на весь день | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | | 6 |  |
|  | | Итого за день | | 80 | | 50 | | 24 | | 0 | | 25 | | 0 | | 153 | | 127 | | 100 | | 0 | | 120 | | 26 | | 30 | | 57 | | 22,5 | | 12,5 | | 54 | | 518 | | 149 | | 0 | | 16 | | 0 | | 96 | | | 15 | | 0 | | 0,65 | | 0 | | 1,2 | | 6 | 0 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Хлеб пшеничный  или хлеб зерновой | Хлеб ржаной (ржано пшеничный) | Мука пшеничная хлебопекарная | Мука картофельная (крахмал) | Крупа ( злаки) бобовые | Макаронные изделия группы А | Картофель ⃰ | Овощи, зелень ⃰ | Соки фруктовые (овощные) | Напитки витаминизированные (готовый напиток) | Фрукты (плоды) свежие | Фрукты (плоды) сухие | Кондитерские изделия | Сахар | Масло коровье сладкосливочное | Масло растительное | Яйцо куриное диетическое | Молоко, кисломолочные продукты | Творог, творожные изделия | Колбасные изделия | Мясо ⃰ | Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.) | Рыба ⃰ | Сметана | Сыр | Чай | | Кофейный напиток | | Какао-порошок | | Соль | | Дрожжи хлебопекарные |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | | 28 | | 29 | | 30 | | 31 |
| Итого за 10 дней | 1024 | 500 | 282 | 30 | 426 | 123 | 1434 | 2523 | 1000 | 480 | 1169 | 106,5 | 194,3 | 468,75 | 255 | 113,3 | 241 | 4353 | 399,5 | 71 | 563 | 252 | 389 | 112 | 65,5 | 5,85 | | 12 | | 6 | | 60 | | 4,8 |
| Среднее значение за 10 дней | 102,4 | 50 | 28,2 | 3 | 42,6 | 12,3 | 143,4 | 252,3 | 100 | 48 | 116,9 | 10,65 | 19,43 | 46,875 | 25,5 | 11,33 | 24,1 | 435,3 | 39,95 | 7,1 | 56,3 | 25,2 | 38,9 | 11,2 | 6,55 | | 0,585 | | 1,2 | | 0,6 | | 6 | 0,48 |
| Норма продуктов питания согласно санитарным нормам и правилам | 100 | 50 | 29 | 3 | 43 | 12 | 140 | 260 | 100 | 50 | 114 | 11 | 20 | 47 | 26 | 11 | 24 | 450 | 40 | 7 | 55 | 24 | 37 | 11 | 6,4 | | 0,6 | | 1,2 | | 0,6 | | 6 | 0,5 |
| Процент удовлетворения от норм питания | 102,40 | 100,00 | 97,24 | 100,00 | 99,07 | 102,50 | 102,43 | 97,03 | 100,00 | 96,00 | 102,54 | 96,82 | 97,15 | 99,73 | 98,08 | 103,00 | 100,42 | 96,73 | 99,88 | 101,43 | 102,36 | 105,00 | 105,14 | 101,82 | 102,34 | | 97,50 | | 100,00 | | 100,00 | | 100,00 | 96,00 |
| Процент отклонения от норм питания | 2,40 | 0,00 | -2,76 | 0,00 | -0,93 | 2,50 | 2,43 | -2,97 | 0,00 | -4,00 | 2,54 | -3,18 | -2,85 | -0,27 | -1,92 | 3,00 | 0,42 | -3,27 | -0,12 | 1,43 | 2,36 | 5,00 | 5,14 | 1,82 | 2,34 | | -2,50 | | 0,00 | | 0.00 | | 0,00 | -4,00 |

Примечание: ⃰ согласно приложения 6 СанПиНа 2.4.1.2660-10 при формировании меню ведется подсчет норм нетто сырья продуктов питания – картофеля, овощей, мяса, птицы, рыбы.

1 – согласно требований приложения 6 СанПиНа 2.4.1.2660-10 допустимы отклонения от рекомендуемых норм питания + - 5%.

При составлении меню-требования следует учитывать нормы продуктов брутто сырья согласно технологическим картам!!!

День: понедельник

Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  TK | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины  (мг) | | | Минеральные в-ва | |
| Б | Ж | У | В1 | в2 | С | Са | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | и | 12 |
| Завтрак | | | | | | | | | | | |
| 65 | Каша гречневая рассыпчатая | ISO | 6,07 | 5,74 | 29,86 | 197,00 | 0,04 | 0,02 | 0,00 | 10,19 | 0,50 |
| 13 | Чай с сахаром | 180/12 | 0,00 | 0,00 | 11,98 | 43,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,35 | 0,06 |
| 16 | Бутерброд с маслом | 30/6 | 2,31 | 5,19 | 14,63 | 116,00 | 0,03 | 0,02 | 0,00 | 6,72 | 0,34 |
|  | Итого |  | 8,38 | 10,93 | 56,47 | 356,00 | 0,07 | 0,04 | 0,00 | 17,26 | 0,90 |
| 2 завтрак | | | | | | | | | | | |
| ГП | Сок фруктовый (овощной) | 100 | 0,20 | 0,10 | 10,10 | 46,00 | 0,01 | 0,01 | 2,00 | 7,00 | 0,20 |
|  | Итого |  | 0,20 | 0,10 | 10,10 | 46,00 | 0,01 | 0,01 | 2,00 | 7,00 | 0,20 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 88 | Икра кабачковая (промышленного производства) | 60 | 0,72 | 2,82 | 4,62 | 46,80 | 0,02 | 0,02 | 5,76 | 19,20 | 0,48 |
| 41 | Суп картофельный с мясными фрикадельками | 215/35 | 6,50 | 5,30 | 14,52 | 191,00 | 0,14 | 0,08 | 10,52 | 31,07 | 1,60 |
| 19 | Жаркое по-домашнему | 220 | 9,13 | 11,78 | 18,21 | 205,30 | 0,14 | 0,02 | 10,11 | 74,35 | 1,20 |
| 20 | Кисель | 200 | 0,00 | 0,00 | 18,00 | 60,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,48 | 0,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | 40 | 3,20 | 0,40 | 19,28 | 94,40 | 0,06 | 0,02 | 0,00 | 9,60 | 0,80 |
| ГП | Хлеб ржаной (ржано- пшеничный) | 50 | 2,80 | 0,60 | 24,70 | 116,00 | 0,06 | 0,02 | 0,00 | 12,00 | 1,60 |
|  | Итого |  | 22,35 | 20,90 | 99,33 | 713,50 | 0,42 | 0,16 | 26,39 | 146,70 | 5,68 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | | |
| 21 | Кисломолочный продукт | 160 | 4,64 | 5,12 | 6,40 | 94,40 | 0,04 | 0,28 | | 1,12 | 192,00 | | 0,16 | |
| 72 | "Гребешок" из дрожжевого теста | 70 | 5,30 | 4,75 | 29,50 | 183,30 | 0,11 | 0,04 | | 0,26 | 37,99 | | 0,87 | |
|  | Итого |  | 9,94 | 9,87 | 35,90 | 277,70 | 0,15 | 0,32 | | 1,38 | 229,99 | | 1,03 | |
| Ужин2 | | | | | | | | | | | | | | |
| 58 | Рыба, тушеная с овощами | 90 | 8,62 | 4,47 | 38,98 | 91,13 | 0,07 | | 0,09 | 3,57 | | 33,85 | | 0,70 |
| 17 | Салат картофельный с зеленым горошком | 60 | 1,22 | 3,18 | 7,90 | 66,00 | 0,06 | | 0,05 | 9,80 | | 8,48 | | 0,49 |
| ГП | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | 30 | 2,40 | 0,30 | 14,46 | 70,80 | 0,05 | | 0,02 | 0,00 | | 7,20 | | 0,60 |
| 2 | Кофейный напиток с молоком | 180 | 1,50 | 1,50 | 12,50 | 58,00 | 0,02 | | 0,01 | 0,65 | | 102,00 | | 0,03 |
| ГП | Яблоко[[1]](#footnote-1) (можно фрукты выдавать детям на второй завтрак) | 120 | 0,43 | 0,43 | 10,34 | 49,64 | 0,03 | | 0,02 | 10,56 | | 16,90 | | 2,32 |
|  | Итого |  | 14,17 | 9,88 | 84,18 | 335,57 | 0,23 | | 0,19 | 24,58 | | 168,43 | | 4,14 |
|  |  |  | Б | Ж | У | Эн/ц | в, | | в2 | С | | Са | | Fe |
|  | Итого за день |  | 55,04 | 51,68 | 285,98 | 1728,77 | 0,88 | | 0,72 | 54,35 | | 569,38 | | 11,95 |
|  | Суточная потребность |  | 54,00 | 60,00 | 261,00 | 1800,00 | 0,90 | | 1,00 | 50,00 | | 900,00 | | 10,00 |
|  | Процент удовлетворения суточной потребности |  | 101,93 | 86,13 | 109,57 | 96,04 | 97,78 | | 72,00 | 108,70 | | 63,26 | | 119,50 |

Примечание: ГП - готовый продукт.

1. - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов. При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.
2. - согласно тербований п 16.4 СанПиНа 2.4.1.2660-10 при 12 часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 6 гр.

День: вторник

Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7лет, 12 часовое пребывание

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины | | (мг) | Минеральные в-ва | |
| JfsTK | Б | Ж | У | в, | В2 | С | Са | Ге |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
|  |  |  |  |  | Завтрак | |  |  |  |  |  |
| 84 | Каша вязкая молочная с хлопьями овсяными "Геркулес" | 200 | 6,36 | 9,34 | 20,88 | 191,00 | 0,13 | 0,10 | 1,95 | 189,05 | 0,82 |
| 15 | Какао с молоком | ISO | 1,50 | 1,60 | 12,10 | 60,00 | 0,02 | 0,01 | 0,65 | 100,00 | 0,02 |
| 16 | Бутерброд с маслом | 30/6 | 2,31 | 5,19 | 14,63 | 116,00 | 0,03 | 0,02 | 0,00 | 6,72 | 0,34 |
|  | Итого |  | 10,17 | 16,13 | 47,61 | 367,00 | 0,18 | 0,13 | 2,60 | 295,77 | 1,18 |
| 2 завтрак | | | | | | | | | | | |
| ГП | Сок фруктовый (овощной) | 100 | 0,20 | 0,10 | 10,10 | 46,00 | 0,01 | 0,01 | 2,00 | 7,00 | 0,20 |
|  | Итого |  | 0,20 | 0,10 | 10,10 | 46,00 | 0,01 | 0,01 | 2,00 | 7,00 | 0,20 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 24 | Салат из зеленого горошка (кукурузы) с луком репчатым | 60 | 1,46 | 3,08 | 4,29 | 50,00 | 0,05 | 0,03 | 5,80 | 13,80 | 0,43 |
| 97 | Свекольник, с мясом и со сметаной | 250/10/6 | 4,22 | 6,50 | 13,77 | 145,00 | 0,09 | 0,06 | 9,95 | 47,51 | 1,64 |
| 95 | Плов с птицей | 80 | 8,20 | 6,32 | 3,23 | 107,00 | 0,02 | 0,01 | 1,81 | 18,62 | 0,72 |
| 9 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,55 | 0,00 | 26,12 | 107,00 | 0,00 | 0,00 | 0,50 | 55,80 | 0,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | 40 | 3,20 | 0,40 | 19,28 | 94,40 | 0,06 | 0,02 | 0,00 | 9,60 | 0,80 |
| ГП | Хлеб ржаной (ржано- пшеничный) | 50 | 2,80 | 0,60 | 24,70 | 116,00 | 0,06 | 0,02 | 0,00 | 12,00 | 1,60 |
|  | Итого |  | 20,43 | 16,90 | 91,39 | 619,40 | 0,28 | 0,14 | 18,06 | 157,33 | 5,19 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| 21 | Кисломолочный продукт | 160 | 4,64 | 5,12 | 6,40 | 94,40 | 0,04 | 0,28 | 1,12 | 192,00 | 0,16 |
| ГП | Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники) | 30 | 0,90 | 1,20 | 21,00 | 87,18 | 0,02 | 0,01 | 0,00 | 3,60 | 0,24 |
|  | Итого |  | 5,54 | 6,32 | 27,40 | 181,58 | 0,06 | 0,29 | 1,12 | 195,60 | 0,40 |
| Ужин2 | | | | | | | | | | | |
| 49 | Сырники с морковью с молоком сгущенным | 150/20 | 15,49 | 19,27 | 50,62 | 409,26 | 0,13 | 0,01 | 1,13 | 377,00 | 1,41 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 76 | Чай с молоком | 180/12 | 0,80 | 1,00 | 13,50 | 56,00 | 0,02 | 0,07 | 0,65 | 60,35 | 0,09 |
| ГП | Груша' (можно фрукты выдавать детям на второй завтрак) | 120 | 0,44 | 0,33 | 11,13 | 50,76 | 0,02 | 0,03 | 5,40 | 20,52 | 2,49 |
|  | Итого |  | 16,73 | 20,60 | 75,25 | 516,02 | 0,17 | 0,11 | 7,18 | 457,87 | 3,99 |
|  |  |  | Б | Ж | У | Эн/ц | В1 | в2 | С | Са | Fe |
|  | Итого за день |  | 53,07 | 60,05 | 251,75 | 1730,00 | 0,70 | 0,68 | 30,96 | 1113,57 | 10,96 |
|  | Суточная потребность |  | 54,00 | 60,00 | 261,00 | 1800,00 | 0,90 | 1,00 | 50,00 | 900,00 | 10,00 |
|  | Процент удовлетворения суточной потребности |  | 98,28 | 100,08 | 96,46 | 96,11 | 77,78 | 68,00 | 61,92 | 123,73 | 109,60 |

Примечание: ГП - готовый продукт.

1 - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов. При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

2 - согласно тербований п 16.4 СанПиНа 2.4.1.2660-10 при 12 часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина. Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 6 гр.

День: среда

Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| М ТК | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины | | (мг) | Минеральные в-ва | |
| Б | Ж | У | В1 | в 2 | С | Са | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| Завтрак | | | | | | | | | | | |
| 68 | Каша вязкая пшеничная молочная | 200 | 6,48 | 8,36 | 24,40 | 196,00 | 0,11 | 0,10 | 1,95 | 186,67 | 0,98 |
| 2 | Кофейный напиток с молоком | 180 | 1,50 | 1,50 | 12,50 | 58,00 | 0,02 | 0,01 | 0,65 | 102,00 | 0,03 |
| 3 | Бутерброд с маслом и сыром | 30/6/11 | 4,84 | 8,38 | 14,63 | 156,00 | 0,03 | 0,02 | 0,18 | 116,72 | 0,46 |
|  | Итого |  | 12,82 | 18,24 | 51,53 | 410,00 | 0,16 | 0,13 | 2,78 | 405,39 | 1,47 |
| 2 завтрак | | | | | | | | | | | |
| ГП | Сок фруктовый (овощной) | 100 | 0,20 | 0,10 | 10,10 | 46,00 | 0,01 | 0,01 | 2,00 | 7,00 | 0,20 |
|  | Итого |  | 0,20 | 0,10 | 10,10 | 46,00 | 0,01 | 0,01 | 2,00 | 7,00 | 0,20 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 75 | Салат из свеклы с сыром | 60 | 1,68 | 3,49 | 4,43 | 57,33 | 0,01 | 0,00 | 4,43 | 57,21 | 0,77 |
| 47 | Суп картофельный с бобовыми, с мясом птицы | 250/15 | 6,50 | 5,20 | 22,09 | 150,00 | 0,21 | 0,08 | 6,10 | 35,89 | 1,30 |
| 26 | Колбасные изделия отварные | 70 | 7,98 | 10,30 | 0,84 | 140,30 | 0,03 | 0,06 | 0,00 | 18,20 | 1,10 |
| 91 | Картофельное пюре | 90 | 1,83 | 3,14 | 10,84 | 85,20 | 0,08 | 0,06 | 10,77 | 27,71 | 0,64 |
| 27 | Капуста тушеная | 90 | 1,80 | 2,74 | 5,41 | 61,40 | 0,03 | 0,03 | 15,40 | 51,43 | 0,69 |
| 87 | Напиток  витаминизированный "Валетек" | 240 | 0,00 | 0,00 | 23,28 | 90,00 | 0,37 | 0,41 | 24,00 | 0,00 | 0,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | 40 | 3,20 | 0,40 | 19,28 | 94,40 | 0,06 | 0,02 | 0,00 | 9,60 | 0,80 |
| ГП | Хлеб ржаной (ржано- пшеничный) | 50 | 2,80 | 0,60 | 24,70 | 116,00 | 0,06 | 0,02 | 0,00 | 12,00 | 1,60 |
|  | Итого |  | 25,79 | 25,87 | 110,87 | 794,63 | 0,85 | 0,68 | 60,70 | 212,04 | 6,90 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| 21 | Кисломолочный продукт | 160 | 4,64 | 5,12 | 6,40 | 94,40 | 0,04 | 0,28 | 1,12 | 192,00 | 0,16 |
| 43 | Пирожок печеный из дрожжевого теста с овощным фаршем | 70 | 5,09 | 5,49 | 28,31 | 185,00 | 0,08 | 0,07 | 10,30 | 35,25 | 0,78 |
|  | Итого |  | 9,73 | 10,61 | 34,71 | 279,40 | 0,12 | 0,35 | 11,42 | 227,25 | 0,94 |
| Ужин2 | | | | | | | | | | | |
| 67 | Суп-уха \* | 250 | 5,30 | 6,50 | 25,30 | 150,30 | 0,14 | 0,080 | 12,05 | 26,62 | 1,20 |
| 13 | Чай с сахаром | 180/12 | 0,00 | 0,00 | 11,98 | 43,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,35 | 0,06 |
| ГП | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | 30 | 2,40 | 0,30 | 14,46 | 70,80 | 0,05 | 0,02 | 0,00 | 7,20 | 0,60 |
| ГП | Банан1 (можно фрукты выдавать детям на второй завтрак) | 120 | 1,09 | 0,37 | 15,12 | 69,12 | 0,02 | 0,05 | 7,20 | 5,76 | 0,42 |
|  | Итого |  | 8,79 | 7,17 | 66,86 | 333,22 | 0,21 | 0,15 | 19,25 | 39,93 | 2,28 |
|  |  |  | Б | Ж | У | Эн/ц | В1 | в2 | С | Са | Fe |
|  | Итого за день |  | 57,33 | 61,99 | 274,07 | 1863,25 | 1,35 | 1,32 | 96,15 | 891,61 | 11,79 |
|  | Суточная потребность |  | 54,00 | 60,00 | 261,00 | 1800,00 | 0,90 | 1,00 | 50,00 | 900,00 | 10,00 |
|  | Процент удовлетворения суточной потребности |  | 106,17 | 103,32 | 105,01 | 103,51 | 150,00 | 132,00 | 192,30 | 99,07 | 117,90 |

Примечание: ГП - готовый продукт.

1 - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов. При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

2- согласно тербований п 16.4 СанПиНа 2.4.1.2660-10 при 12 часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина. Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 6 гр.

День: четверг

Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7лет, 12 часовое пребывание

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №ТК | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины | | (мг) | Минеральные в-ва | |
| Б | Ж | У | в, | В2 | С | Са | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| Завтрак | | | | | | | | | | | |
| 32 | Каша вязкая манная молочная | 200 | 6,22 | 8,30 | 24,36 | 196,00 | 0,08 | 0,10 | 1,95 | 182,71 | 0,31 |
| 15 | Какао с молоком | 180 | 1,50 | 1,60 | 12,10 | 60,00 | 0,02 | 0,01 | 0,65 | 100,00 | 0,02 |
| 16 | Бутерброд с маслом | 30/6 | 2,31 | 5,19 | 14,63 | 116,00 | 0,03 | 0,02 | 0,00 | 6,72 | 0,34 |
|  | Итого |  | 10,03 | 15,09 | 51,09 | 372,00 | 0,13 | 0,13 | 2,60 | 289,43 | 0,67 |
| 2 завтрак | | | | | | | | | | | |
| ГП | Сок фруктовый (овощной) | 100 | 0,20 | 0,10 | 10,10 | 46,00 | 0,01 | 0,01 | 2,00 | 7,00 | 0,20 |
|  | Итого |  | 0,20 | 0,10 | 10,10 | 46,00 | 0,01 | 0,01 | 2,00 | 7,00 | 0,20 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 82 | Салат из моркови с чесноком | 60 | 0,77 | 3,06 | 4,20 | 47,00 | 0,030 | 0,02 | 2,93 | 29,76 | 0,41 |
| 5 | Борщ с капустой свежей, с мясом и со сметаной | 250/10/6 | 3,52 | 5,98 | 9,78 | 117,00 | 0,05 | 0,03 | 9,74 | 43,14 | 1,09 |
| 35 | Гуляш | 50/50 | 7,50 | 9,50 | 3,09 | 206,00 | 0,05 | 0,03 | 1,00 | 4,74 | 0,23 |
| 30 | Макаронные изделия отварные с овощами | 150 | 4,35 | 6,30 | 30,83 | 205,95 | 0,06 | 0,02 | 3,56 | 15,75 | 0,99 |
| 20 | Кисель | 200 | 0,00 | 0,00 | 18,00 | 60,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,48 | 0,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | 40 | 3,20 | 0,40 | 19,28 | 94,40 | 0,06 | 0,02 | 0,00 | 9,60 | 0,80 |
| ГП | Хлеб ржаной (ржано- пшеничный) | 50 | 2,80 | 0,60 | 24,70 | 116,00 | 0,06 | 0,02 | 0,00 | 12,00 | 1,60 |
|  | Итого |  | 22,14 | 25,84 | 109,88 | 846,35 | 0,31 | 0,14 | 17,23 | 115,47 | 5,12 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| 21 | Кисломолочный продукт | 160 | 4,64 | 5,12 | 6,40 | 94,40 | 0,04 0,28 | | 1,12 | 192,00 | 0,16 |
| 28 | Булочка творожная с изюмом | 70 | 6,48 | 4,96 | 39,39 | 168,30 | 0,08 0,07 | | 0,22 | 47,72 | 0,87 |
|  | Итого |  | 11,12 | 10,08 | 45,79 | 262,70 | 0,12 1 0,35 | | 1,34 | 239,72 | 1,03 |
| Ужин2 | | | | | | | | | | | |
| 74 | Омлет с зеленым горошком | 140 | 9,20 | 12,18 | 5,19 | 165,00 | 0,08 | 0,06 | 3,53 | 104,30 | 1,64 |
| 76 | Чай с молоком | 180/12 | 0,80 | 1,00 | 13,50 | 56,00 | 0,02 | 0,07 | 0,65 | 60,35 | 0,09 |
| ГП | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | 30 | 2,40 | 0,30 | 14,46 | 70,80 | 0,05 | 0,02 | 0,00 | 7,20 | 0,60 |
| ГП | Яблоко1 (можно фрукты выдавать детям на второй завтрак) | 120 | 0,43 | 0,43 | 10,34 | 49,64 | 0,03 | 0,02 | 10,56 | 16,90 | 2,32 |
|  | Итого |  | 12,83 | 13,91 | 43,49 | 341,44 | 0,18 | 0,17 | 14,74 | 188,75 | 4,65 |
|  |  |  | Б | Ж | У | Эн/ц | В1 | В2 | С | Са | Fe |
|  | Итого за день |  | 56,32 | 65,02 | 260,35 | 1868,49 | 0,75 | 0,80 | 37,91 | 840,37 | 11,67 |
|  | Суточная потребность |  | 54,00 | 60,00 | 261,00 | 1800,00 | 0,90 | 1,00 | 50,00 | 900,00 | 10,00 |
|  | Процент удовлетворения (уточной потребности |  | 104,30 | 108,37 | 99,75 | 103,81 | 83,33 | 80,00 | 75,82 | 93,37 | 116,70 |

Примечание: ГП-готовый продукт.

1 - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов. При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

2- согласно тербований п 16.4 СанПиНа 2.4.1.2660-10 при 12 часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина. Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 6 гр.

День: пятница

Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| МТК | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины | | (мг) | Минеральные в-ва | |
| Б | Ж | У | В1 | В2 | С | Са | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| Завтрак | | | | | | | | | | | |
| 39 | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 5,85 | 5,81 | 19,99 | 155,00 | 0,08 | 0,14 | 1,00 | 188,00 | 0,36 |
| 2 | Кофейный напиток с молоком | 180 | 1,50 | 1,S0 | 12,50 | 58,00 | 0,02 | 0,01 | 0,65 | 102,00 | 0,03 |
| 3 | Бутерброд с маслом и сыром | 30/6/11 | 4,84 | 8,38 | 14,63 | 156,00 | 0,03 | 0,02 | 0,18 | 116,72 | 0,46 |
|  | Итого |  | 12,19 | 15,69 | 47,12 | 369,00 | 0,13 | 0,17 | 1,83 | 406,72 | 0,85 |
| 2 завтрак | | | | | | | | | | | |
| ГП | Сок фруктовый (овощной) | 100 | 0,20 | 0,10 | 10,10 | 46,00 | 0,01 | 0,01 | 2,00 | 7,00 | 0,20 |
|  | Итого |  | 0,20 | 0,10 | 10,10 | 46,00 | 0,01 | 0,01 | 2,00 | 7,00 | 0,20 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 83 | Салат из моркови с зеленым горошком | 60 | 1,11 | 3,08 | 4,04 | 48,00 | 0,04 | 0,03 | 3,90 | 23,38 | 0,41 |
| 46 | Суп "Харчо" с мясом и со сметаной | 250/10/6 | 4,16 | 5,80 | 19,69 | 143,80 | 0,15 | 0,06 | 7,87 | 26,74 | 1,22 |
| 64 | Тефтели из говядины | 70 | 8,98 | 9,49 | 7,31 | 150,50 | 0,04 | 0,04 | 0,79 | 4,59 | 0,23 |
| 7 | Соус красный основной | 50 | 0,69 | 1,95 | 3,09 | 31,00 | 0,01 | 0,10 | 0,00 | 0,00 | 0,39 |
| 66 | Свекла тушеная | 160 | 3,06 | 11,86 | 15,09 | 184,62 | 0,04 | 0,02 | 14,40 | 79,05 | 2,41 |
| 80 | Напиток из шиповника | 200 | 0,24 | 0,10 | 18,33 | 100,00 | 0,01 | 0,00 | 15,00 | 4,50 | 0,23 |
| ГП | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | 50 | 4,00 | 0,50 | 24,10 | 118,00 | 0,08 | 0,03 | 0,00 | 12,00 | 1,00 |
| ГП | Хлеб ржаной (ржано- пшеничный) | 50 | 2,80 | 0,60 | 24,70 | 116,00 | 0,06 | 0,02 | 0,00 | 12,00 | 1,60 |
|  | Итого |  | 25,04 | 33,38 | 116,35 | 891,92 | 0,43 | 0,30 | 41,96 | 162,26 | 7,49 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| 21 | Кисломолочный продукт | 160 | 4,64 | 5,12 | 6,40 | 94,40 | 0,04 | 0,28 | 1,12 | 192,00 | 0,16 |
| ГП | Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники) | 30 | 0,90 | 1,20 | 21,00 | 87,18 | 0,02 | 0,01 | 0,00 | 3,60 | 0,24 |
|  | Итого |  | 5,54 | 6,32 | 27,40 | 181,58 | 0,06 | 0,29 | 1,12 | 195,60 | 0,40 |
| Ужин2 | | | | | | | | | | | |
| 44 | Рыба по-польски | 80 | 9,50 | 5,30 | 50,48 | 125,00 | 0,08 | 0,090 | 0,31 | 50,74 | 1,10 |
| 8 | Картофельное пюре | 150 | 3,05 | 5,24 | 18,06 | 142,00 | 0,14 | 0,10 | 17,95 | 46,18 | 1,06 |
| 31 | Чай с лимоном | 180/12/5 | 0,04 | 0,00 | 12,13 | 47,00 | 0,00 | 0,00 | 2,00 | 2,35 | 0,09 |
| ГП | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | 30 | 2,40 | 0,30 | 14,46 | 70,80 | 0,05 | 0,02 | 0,00 | 7,20 | 0,60 |
| ГП | Груша1 (можно фрукты выдавать детям на второй завтрак) | 120 | 0,44 | 0,33 | 11,13 | 50,76 | 0,02 | 0,03 | 5,40 | 20,52 | 2,49 |
|  | Итого |  | 15,43 | 11,17 | 106,26 | 435,56 | 0,29 | 0,24 | 25,66 | 126,99 | 5,34 |
|  |  |  | Б | Ж | У | Эн/ц | В1 | В2 | С | Са | Fe |
|  | Итого за день |  | 36,16 | 33,88 | 215,58 | 1148,14 | 0,55 | 0,73 | 30,61 | 748,31 | 8,39 |
|  | Суточная потребность |  | 54,00 | 60,00 | 261,00 | 1800,00 | 0,90 | 1,00 | 50,00 | 900,00 | 10,00 |
|  | Процент удовлетворения суточной потребности |  | 66,96 | 56,47 | 82,60 | 63,79 | 61,11 | 73,00 | 61,22 | 83,15 | 83,90 |

Примечание: ГП - готовый продукт.

1 - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов. При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

2 - согласно тербований п 16.4 СанПиНа 2.4.1.2660-10 при 12 часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина. Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 6 гр.

День: понедельник

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7лет, 12 часовое пребывание

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины | | (мг) | Минеральные в-ва | |
| №ТК | Б | Ж | У | В, | В2 | С | Са | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
|  | \ |  |  |  | Завтрак | |  |  |  |  |  |
| 85 | Макаронные изделия, запеченные с сыром | 150 | 7,88 | 8,83 | 35,88 | 259,00 | 0,07 | 0,02 | 0,19 | 128,17 | 0,96 |
| 12 | Чай без сахара | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,000 | 0,00 | 0,00 | 0,11 | 0,02 |
| 16 | Бутерброд с маслом | 30/6 | 2,31 | 5,19 | 14,63 | 116,00 | 0,03 | 0,02 | 0,00 | 6,72 | 0,34 |
| ГП | Конфеты (или пастила, или мармелад, или зефир, или шоколад) | 15 | 0,60 | 3,95 | 8,90 | 60,30 | 0,01 | 0,01 | 0,00 | 4,00 | 0,04 |
|  | Итого |  | 10,79 | 17,97 | 59,41 | 435,30 | 0,11 | 0,05 | 0,19 | 139,00 | 1,36 |
| 2 завтрак | | | | | | | | | | | |
| ГП | Сок фруктовый (овощной) | 100 | 0,20 | 0,10 | 10,10 | 46,00 | 0,01 | 0,01 | 2,00 | 7,00 | 0,20 |
|  | Итого |  | 0,20 | 0,10 ^ | 10,10 | 46,00 | 0,01 | 0,01 | 2,00 | 7,00 | 0,20 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 33 | Сельдь с луком репчатым | 60 | 8,30 | 7,08 | 0,91 | 101,00 | 0,01 | 0,01 | 1,00 | 41,50 | 0,61 |
| 25 | Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной | 250/10/6 | 4,10 | 7,16 | 20,93 | 145,00 | 0,11 | 0,07 | 8,20 | 29,69 | 1,07 |
| 71 | Голубцы ленивые | 80 | 6,57 | 5,09 | 4,79 | 91,01 | 0,03 | 0,05 | 9,97 | 27,09 | 0,69 |
| 7 | Соус фасный основной | 50 | 0,69 | 1,95 | 3,09 | 31,00 | 0,01 | 0,10 | 0,00 | 0,00 | 0,39 |
| 8 | Картофельное пюре | 150 | 3,05 | 5,24 | 18,06 | 142,00 | 0,14 | 0,10 | 17,95 | 46,18 | 1,06 |
| 20 | Кисель | 200 | 0,00 | 0,00 | 18,00 | 60,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,48 | 0,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | 40 | 3,20 | 0,40 | 19,28 | 94,40 | 0,06 | 0,02 | 0,00 | 9,60 | 0,80 |
| ГП | Хлеб ржаной (ржано- пшеничный) | 50 | 2,80 | 0,60 | 24,70 | 116,00 | 0,06 | 0,02 | 0,00 | 12,00 | 1,60 |
|  | Итого |  | 28,71 | 27,52 | 109,76 | 780,41 | 0,42 | 0,37 | 37,12 | 166,54 | 6,22 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| 21 | Кисломолочный продукт | 160 | 4,64 | 5,12 | 6,40 | 94,40 | 0,04 | 0,28 | 1,12 | 192,00 | 0,16 |
| ГП | Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники) | 30 | 0,90 | 1,20 | 21,00 | 87,18 | 0,02 | 0,01 | 0,00 | 3,60 | 0,24 |
|  | Итого |  | 5,54 | 6,32 | 27,40 | 181,58 | 0,06 | 0,29 | 1,12 | 195,60 | 0,40 |
| Ужин2 | | | | | | | | | | | |
| 68 | Запеканка морковная с молоком сгущенным | 200/25 | 9,16 | 14,08 | 51,15 | 366,62 | 0,16 | 0,03 | 4,62 | 243,32 | 2,04 |
| 86 | Бутерброд с джемом | 30/8 | 2,32 | 0,24 | 20,08 | 92,00 | 0,03 | 0,02 | 0,01 | 6,96 | 0,41 |
| 15 | Какао с молоком | 180 | 1,50 | 1,60 | 12,10 | 60,00 | 0,02 | 0,01 | 0,65 | 100,00 | 0,02 |
| ГП | Банан1 (можно фрукты выдавать детям на второй завтрак) | 120 | 1,09 | 0,37 | 15,12 | 69,12 | 0,02 | 0,05 | 7,20 | 5,76 | 0,42 |
|  | Итого |  | 14,07 | 16,29 | 98,45 | 587,74 | 0,23 | 0,11 | 12,48 | 356,04 | 2,89 |
|  |  |  | Б | Ж | У | Эн/ц | В1 | В2 | С | Са | Fe |
|  | Итого за день |  | 59,31 | 68,20 | 305,12 | 2031,03 | 0,83 | 0,83 | 52,91 | 864,18 | 11,07 |
|  | Суточная потребность |  | 54,00 | 60,00 | 261,00 | 1800,00 | 0,90 | 1,00 | 50,00 | 900,00 | 10,00 |
|  | Процент удовлетворения суточной потребности |  | 109,83 | 113,67 | 116,90 | 112,84 | 92,22 | 83,00 | 105,82 | 96,02 | 110,70 |

Примечание: ГП - готовый продукт.

1 - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов. При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

2- согласно тербований п 16.4 СанПиНа 2.4.1.2660-10 при 12 часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина. Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной- 6 гр.

День: вторник

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7лет, 12 часовое пребывание

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ЖТК | Прием нищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | Минеральные в-ва | |
| Б | Ж | У | В1 | в2 | С | Са | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | и | 12 |
| Завтрак | | | | | | | | | | | |
| 50 | Каша вязкая рисовая молочная | 200 | 5,91 | 8,35 | 28,63 | 212,00 | 0,70 | 0,10 | 1,95 | 180,73 | 0,36 |
| 2 | Кофейный напиток с молоком | 180 | 1,50 | 1,50 | 12,50 | 58,00 | 0,02 | 0,01 | 0,65 | 102,00 | 0,03 |
| 3 | Бутерброд с маслом и сыром | 30/6/11 | 4,84 | 8,38 | 14,63 | 156,00 | 0,03 | 0,02 | 0,18 | 116,72 | 0,46 |
|  | Итого |  | 12,25 | 18,23 | 55,76 | 426,00 | 0,75 | 0,13 | 2,78 | 399,45 | 0,85 |
| 2 завтрак | | | | | | | | | | | |
| ГП | Сок фруктовый (овощной) | 100 | 0,20 | 0,10 | 10,10 | 46,00 | 0,01 | 0,01 | 2,00 | 7,00 | 0,20 |
|  | Итого |  | 0,20 | 0,10 | 10,10 | 46,00 | 0,01 | 0,01 | 2,00 | 7,00 | 0,20 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 4 | Салат из свеклы с зеленым горошком | 60 | 1,19 | 3,08 | 4,72 | 51,00 | 0,03 | 0,02 | 5,80 | 18,06 | 0,67 |
| 52 | Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом птицы | 250/15 | 4,50 | 8,30 | 24,72 | 163,00 | 0,26 | 0,36 | 8,35 | 25,50 | 1,42 |
| 53 | Капуста, тушеная с мясом | 250 | 3,82 | 8,02 | 15,60 | 159,00 | 0,06 | 0,04 | 29,81 | 97,81 | 1,53 |
| 9 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,55 | 0,00 | 26,12 | 107,00 | 0,00 | 0,00 | 0,50 | 55,80 | 0,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | 50 | 4,00 | 0,50 | 24,10 | 118,00 | 0,08 | 0,03 | 0,00 | 12,00 | 1,00 |
| ГП | Хлеб ржаной (ржано- пшеничный) | 50 | 2,80 | 0,60 | 24,70 | 116,00 | 0,06 | 0,02 | 0,00 | 12,00 | 1,60 |
|  | Итого |  | 16,86 | 20,50 | 119,96 | 714,00 | 0,49 | 0,47 | 44,46 | 221,17 | 6,22 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| 21 | Кисломолочный продукт | 160 | 4,64 | 5,12 | 6,40 | 94,40 | 0,04 | 0,28 | 1,12 | 192,00 | 0,16 |
| 36 | Сушка на сметане | 70 | 5,25 | 11,37 | 29,07 | 182,30 | 0,08 | 0,09 | 0,22 | 31,07 | 0,55 |
|  | Итого |  | 9,89 | 16,49 | 35,47 | 276,70 | 0,12 | 0,37 | 1,34 | 223,07 | 0,71 |
| Ужин2 | | | | | | | | | | | |
| 61 | Картофельная запеканка (рулет) с овощами и рыбой | 170 | 16,07 | 9,29 | 21,15 | 261,00 | 0,03 | 0,01 | 7,25 | 44,90 | 1,00 |
| 89 | Соус сметанный | 20 | 0,27 | 2,58 | 1,54 | 29,33 | 0,00 | 0,00 | 0,02 | 4,73 | 0,03 |
| ГП | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | 30 | 2,40 | 0,30 | 14,46 | 70,80 | 0,05 | 0,02 | 0,00 | 7,20 | 0,60 |
| 54 | Компот из свежих фруктов | 200 | 0,16 | 0,16 | 15,89 | 60,00 | 0,01 | 0,01 | 6,60 | 6,64 | 0,92 |
| ГП | Яблоко1 (можно фрукты выдавать детям на второй завтрак) | 120 | 0,43 | 0,43 | 10,34 | 49,64 | 0,03 | 0,02 | 10,56 | 16,90 | 2,32 |
|  | Итого |  | 19,33 | 12,76 | 63,38 | 470,77 | 0,12 | 0,06 | 24,43 | 80,37 | 4,87 |
|  |  |  | Б | Ж | У | Эн/ц | В1 | в2 | С | Са | Fe |
|  | Итого за день |  | 58,53 | 68,08 | 284,67 | 1933,47 | 1,49 | 1,04 | 75,01 | 931,06 | 12,85 |
|  | Суточная потребность |  | 54,00 | 60,00 | 261,00 | 1800,00 | 0,90 | 1,00 | 50,00 | 900,00 | 10,00 |
|  | Процент удовлетворения суточной потребности |  | 108,39 | 113,47 | 109,07 | 107,42 | 165,89 | 104,30 | 150,02 | 103,45 | 128,50 |

Примечание: ГП - готовый продукт.

1 - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов. При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

2 - согласно тербований п 16.4 СанПиНа 2.4.1.2660-10 при 12 часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина. Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной – 6 гр.

День: среда

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7лет, 12 часовое пребывание

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №ТК | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины | | (мг) | Минеральные в-ва | |
| Б | Ж | У | В1 | в2 | С | Са | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | и | 12 |
| Завтрак | | | | | | | | | | | |
| 37 | Омлет натуральный с маслом | 110 | 6,19 | 7,98 | 35,70 | 280,50 | 0,06 | 0,10 | 0,54 | 88,59 | 1,32 |
| 38 | Зеленый горошек или кукуруза консер. отварные | 60 | 3,00 | 0,12 | 4,98 | 33,00 | 0,20 | 0,11 | 6,00 | 15,60 | 0,42 |
| 15 | Какао с молоком | 180 | 1,50 | 1,60 | 12,10 | 60,00 | 0,02 | 0,01 | 0,65 | 100,00 | 0,02 |
| 16 | Бутерброд с маслом | 30/6 | 2,31 | 5,19 | 14,63 | 116,00 | 0,03 | 0,02 | 0,00 | 6,72 | 0,34 |
|  | Итого |  | 13,00 | 14,89 | 67,41 | 489,50 | 0,31 | 0,24 | 7,19 | 210,91 | 2,10 |
| 2 завтрак | | | | | | | | | | | |
| ГП | Сок фруктовый (овощной) | 100 | 0,20 | 0,10 | 10,10 | 46,00 | 0,01 | 0,01 | 2,00 | 7,00 | 0,20 |
|  | Итого |  | 0,20 | 0,10 | 10,10 | 46,00 | 0,01 | 0,01 | 2,00 | 7,00 | 0,20 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 69 | Овощи натуральные соленые (или свежие) | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,50 | 8,40 | 0,02 | 0,02 | 6,00 | 13,80 | 0,36 |
| 57 | Суп картофельный с клецками, с мясом птицы или суп-лапша с мясом птицы | 250/15 | 5,20 | 7,10 | 19,09 | 198,30 | 0,15 | 0,20 | 5,35 | 29,70 | 1,37 |
| 29 | Котлеты, биточки, шницели рыбные | 80 | 7,80 | 4,35 | 28,30 | 114,00 | 0,06 | 0,09 | 0,42 | 44,10 | 0,88 |
| 7 | Соус красный основной | 50 | 0,69 | 1,95 | 3,09 | 31,00 | 0,01 | 0,10 | 0,00 | 0,00 | 0,39 |
| 59 | Рис отварной с овощами | 150 | 2,85 | 6,30 | 31,43 | 215,00 | 0,05 | 0,05 | 3,56 | 5,27 | 0,77 |
| 20 | Кисель | 200 | 0,00 | 0,00 | 18,00 | 60,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,48 | 0,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | 40 | 3,20 | 0,40 | 19,28 | 94,40 | 0,06 | 0,02 | 0,00 | 9,60 | 0,80 |
| ГП | Хлеб ржаной (ржано- пшеничный) | 50 | 2,80 | 0,60 | 24,70 | 116,00 | 0,06 | 0,02 | 0,00 | 12,00 | 1,60 |
|  | Итого |  | 23,02 | 20,76 | 145,39 | 837,10 | 0,41 | 0,50 | 15,33 | 114,95 | 6,17 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| 21 | Кисломолочный продукт | 160 | 4,64 | 5,12 | 6,40 | 94,40 | 0,04 | 0,28 | 1,12 | 192,00 | 0,16 |
| ГП | Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники) | 30 | 0,90 | 1,20 | 21,00 | 87,18 | 0,02 | 0,01 | 0,00 | 3,60 | 0,24 |
|  | Итого |  | 5,54 | 6,32 | 27,40 | 181,58 | 0,06 | 0,29 | 1,12 | 195,60 | 0,40 |
| Ужин2 | | | | | | | | | | | |
| 92 | Рагу из овощей | 250 | 3,85 | 8,46 | 15,35 | 161,25 | 0,09 | 0,09 | 17,00 | 87,35 | 0,30 |
| 76 | Чай с молоком | 180/12 | 0,80 | 1,00 | 13,50 | 56,00 | 0,02 | 0,07 | 0,65 | 60,35 | 0,09 |
| ГП | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | 30 | 2,40 | 0,30 | 14,46 | 70,80 | 0,05 | 0,02 | 0,00 | 7,20 | 0,60 |
| ГП | Груша1 (можно фрукты выдавать детям на второй завтрак) | 120 | 0,44 | 0,33 | 11,13 | 50,76 | 0,02 | 0,03 | 5,40 | 20,52 | 2,49 |
|  | Итого |  | 7,49 | 10,09 | 54,44 | 338,81 | 0,18 | 0,21 | 23,05 | 175,42 | 3,48 |
|  |  |  | Б | Ж | У | Эн/ц | В1 | в2 | С | Са | Fe |
|  | Итого за день |  | 49,25 | 52,16 | 304,74 | 1892,99 | 0,97 | 1,25 | 48,69 | 703,88 | 12,35 |
|  | Суточная потребность |  | 54,00 | 60,00 | 261,00 | 1800,00 | 0,90 | 1,00 | 50,00 | 900,00 | 10,00 |
|  | Процент удовлетворения суточной потребности |  | 91,20 | 86,93 | 116,76 | 105,17 | 107,78 | 125,00 | 97,38 | 78,21 | 123,50 |

Примечание: ГП - готовый продукт.

1 - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микрону триентов произведен с учетом отходов. При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

2 - согласно тербований п 16.4 СанПиНа 2.4.1.2660-10 при 12 часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина. Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 6 гр.

День: четверг

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7лет, 12 часовое пребывание

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № ТК | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины | | (мг) | Минеральные в-ва | |
| Б | Ж | У | В1 | В2 | С | Са | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| Завтрак | | | | | | | | | | | |
| 22 | Запеканка из творога с молоком сгущенным | 140/40 | 19,60 | 16,70 | 43,10 | 475,30 | 0,10 | 0,20 | 0,54 | 299,52 | 1,00 |
| 2 | Кофейный напиток с молоком | 180 | 1,50 | 1,50 | 12,50 | 58,00 | 0,02 | 0,01 | 0,65 | 102,00 | 0,03 |
| 3 | Бутерброд с маслом и сыром | 30/6/11 | 4,84 | 8,38 | 14,63 | 156,00 | 0,03 | 0,02 | 0,18 | 116,72 | 0,46 |
|  | Итого |  | 25,94 | 26,58 | 70,23 | 689,30 | 0,15 | 0,23 | 1,37 | 518,24 | 1,49 |
| 2 завтрак | | | | | | | | | | | |
| ГП | Сок фруктовый (овощной) | 100 | 0,20 | 0,10 | 10,10 | 46,00 | 0,01 | 0,01 | 2,00 | 7,00 | 0,20 |
|  | Итого , |  | 0,20 | 0,10 | 10,10 | 46,00 | 0,01 | 0,01 | 2,00 | 7,00 | 0,20 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 81 | Салат из свеклы с чесноком | 60 | 0,89 | 3,06 | 5,24 | 51,00 | 0,010 | 0,01 | 5,83 | 21,64 | 0,81 |
| 34 | Щи из свежей капусты, с мясом и со сметаной | 250/10/6 | 3,68 | 7,07 | 8,58 | 118,00 | 0,06 | 0,04 | 19,41 | 46,81 | 0,85 |
| 6 | Котлеты,биточки, шницели из говядины | 80 | 11,76 | 9,76 | 8,48 | 166,86 | 0,05 | 0,02 | 0,87 | 26,07 | 1,01 |
| 7 | Соус красный основной | 50 | 0,69 | 1,95 | 3,09 | 31,00 | 0,01 | 0,10 | 0,00 | 0,00 | 0,39 |
| 93 | Горошница | 150 | 12,00 | 4,71 | 30,75 | 238,50 | 0,15 | 0,20 | 0,00 | 64,62 | 1,00 |
| 87 | Напиток  витаминизированный "Валетек" | 240 | 0,00 | 0,00 | 23,28 | 90,00 | 0,37 | 0,41 | 24,00 | 0,00 | 0,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | 50 | 4,00 | 0,50 | 24,10 | 118,00 | 0,08 | 0,03 | 0,00 | 12,00 | 1,00 |
| ГП | Хлеб ржаной (ржано- пшеничный) | 50 | 2,80 | 0,60 | 24,70 | 116,00 | 0,06 | 0,02 | 0,00 | 12,00 | 1,60 |
|  | Итого |  | 35,82 | 27,65 | 128,22 | 929,36 | 0,79 | 0,83 | 50,11 | 183,14 | 6,66 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| 21 | Кисломолочный продукт | 160 | 4,64 | 5,12 | 6,40 | 94,40 | 0,04 | 0,28 | 1,12 | 192,00 | 0,16 |
| 11 | Пирог открытый с яблоками | 70 | 4,58 | 2,69 | 36,99 | 190,00 | 0,09 | 0,08 | 3,67 | 30,07 | 0,00 |
|  | Итого |  | 9,22 | 7,81 | 43,39 | 284,40 | 0,13 | 0,36 | 4,79 | 222,07 | 0,16 |
| Ужин2 | | | | | | | | | | | |
| 45 | Каша вязкая пшенная молочная | 200 | 7,02 | 8,92 | 27,41 | 217,00 | 0,14 | 0,10 | 1,95 | 185,44 | 0,77 |
| 16 | Бутерброд с маслом | 30/6 | 2,31 | 5,19 | 14,63 | 116,00 | 0,03 | 0,02 | 0,00 | 6,72 | 0,34 |
| 13 | Чай с сахаром | 180/12 | 0,00 | 0,00 | 11,98 | 43,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,35 | 0,06 |
|  | Итого |  | 9,33 | 14,11 | 54,02 | 376,00 | 0,17 | 0,12 | 1,95 | 192,51 | 1,17 |
|  |  |  | Б | Ж | У | Эн/ц | В1 | в2 | С | Са | Fe |
|  | Итого за день |  | 80,51 | 76,25 | 305,96 | 2325,06 | 1,25 | 1,55 | 60,22 | 1122,96 | 9,68 |
|  | Суточная потребность |  | 54,00 | 60,00 | 261,00 | 1800,00 | 0,90 | 1,00 | 50,00 | 900,00 | 10,00 |
|  | Процент удовлетворения суточной потребности |  | 149,09 | 127,08 | 117,23 | 129,17 | 138,89 | 155,00 | 120,44 | 124,77 | 96,80 |

Примечание: ГП - готовый продукт.

1 - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов. При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

2- согласно тербований п 16.4 СанПиНа 2.4.1.2660-10 при 12 часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина. Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 6 гр.

День: пятница

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7лет, 12 часовое пребывание

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| МТК | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | Минеральные в-ва | |
| Б | Ж | У | В1 | в2 | С | Са | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | и | 12 |
| Завтрак | | | | | | | | | | | |
| 1 | Суп молочный с крупой | 200 | 5,76 | 6,63 | 18,28 | 156,00 | 0,07 | 0,09 | 1,17 | 199,75 | 0,22 |
| 15 | Какао с молоком | 180 | 1,50 | 1,60 | 12,10 | 60,00 | 0,02 | 0,01 | 0,65 | 100,00 | 0,02 |
| 16 | Бутерброд с маслом | 30/6 | 2,31 | 5,19 | 14,63 | 116,00 | 0,03 | 0,02 | 0,00 | 6,72 | 0,34 |
| 63 | Яйцо отварное | 40 | 5,10 | 4,60 | 0,30 | 63,00 | 0,03 | 0,18 | 0,00 | 22,00 | 0,09 |
|  | Итого |  | 14,67 | 18,02 | 45,31 | 395,00 | 0,15 | 0,30 | 1,82 | 328,47 | 0,67 |
| 2 завтрак | | | | | | | | | | | |
| ГП | Сок фруктовый (овощной) | 100 | 0,20 | 0,10 | 10,10 | 46,00 | 0,01 | 0,01 | 2,00 | 7,00 | 0,20 |
|  | Итого |  | 0,20 | 0,10 | 10,10 | 46,00 | 0,01 | 0,01 | 2,00 | 7,00 | 0,20 |
| Обед | | | | | | | | | | | |
| 56 | Салат из соленых огурцов с луком репчатым | 60 | 0,53 | 2,72 | 1,75 | 34,67 | 0,01 | 0,00 | 3,47 | 14,39 | 0,33 |
| 18 | Суп крестьянский с мясом и со сметаной | 250/10/6 | 4,11 | 6,70 | 15,08 | 132,50 | 0,14 | 0,03 | 12,03 | 44,25 | 0,91 |
| 40 | Рыба, тушенная в сметанном соусе | 80/30 | 19,02 | 15,42 | 4,61 | 234,00 | 0,18 | 0,01 | 2,55 | 43,55 | 0,86 |
| 8 | Картофельное пюре | 150 | 3,05 | 5,24 | 18,06 | 142,00 | 0,14 | 0,10 | 17,95 | 46,18 | 1,06 |
| 9 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,55 | 0,00 | 26,12 | 107,00 | 0,00 | 0,00 | 0,50 | 55,80 | 0,00 |
| ГП | Хлеб пшеничный или хлеб зерновой | 50 | 4,00 | 0,50 | 24,10 | 118,00 | 0,08 | 0,03 | 0,00 | 12,00 | 1,00 |
| ГП | Хлеб ржаной (ржано- пшеничный) | 50 | 2,80 | 0,60 | 24,70 | 116,00 | 0,06 | 0,02 | 0,00 | 12,00 | 1,60 |
|  | Итого |  | 34,06 | 31,18 | 114,42 | 884,17 | 0,61 | 0,19 | 36,50 | 228,17 | 5,76 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Полдник | | | | | | | | | | | |
| 21 | Кисломолочный продукт | 160 | 4,64 | 5,12 | 6,40 | 94,40 | 0,04 | 0,28 | 1,12 | 192,00 | 0,16 |
| ГП | Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники) | 30 | 0,90 | 1,20 | 21,00 | 87,18 | 0,02 | 0,01 | 0,00 | 3,60 | 0,24 |
|  | Итого |  | 5,54 | 6,32 | 27,40 | 181,58 | 0,06 | 0,29 | 1,12 | 195,60 | 0,40 |
| Ужин1 | | | | | | | | | | | |
| 55 | Вареники ленивые с маслом сливочным | 180/6 | 12,30 | 16,50 | 30,30 | 444,30 | 0,10 | 0,01 | 0,37 | 164,18 | 0,50 |
| 76 | Чай с молоком | 180/12 | 0,80 | 1,00 | 13,50 | 62,00 | 0,02 | 0,07 | 0,65 | 60,35 | 0,09 |
| ГП | Апельсин (можно фрукты выдавать детям на второй завтрак) | 120 | 0,75 | 0,16 | 6,81 | 36,12 | 0,16 | 0,03 | 18,00 | 28,56 | 0,25 |
|  | Итого |  | 13,85 | 17,66 | 50,61 | 542,42 | 0,28 | 0,11 | 19,02 | 253,09 | 0,84 |
|  |  |  | Б | Ж | У | Эн/ц | В1 | в2 | С | Са | Fe |
|  | Итого за день |  | 68,32 | 73,28 | 247,84 | 2049,17 | 1,11 | 0,90 | 60,46 | 1012,33 | 7,87 |
|  | Суточная потребность |  | 54,00 | 60,00 | 261,00 | 1800,00 | 0,90 | 1,00 | 50,00 | 900,00 | 10,00 |
|  | Процент удовлетворения суточной потребности |  | 126,52 | 122,13 | 94,96 | 113,84 | 123,33 | 90,00 | 120,92 | 112,48 | 78,70 |

Примечание: ГП - готовый продукт.

1 - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов. При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

2- согласно тербований п 16.4 СанПиНа 2.4.1.2660-10 при 12 часовом пребывании возможна организация как отдельного полдника, так и "уплотненного" полдника с включением блюд ужина. Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 6 гр.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Средние показатели содержания пищевых веществ, энергетической ценности и микронутриентов рациона питания детей 3-7лет | | | | | | | | | |
|  | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | Минеральные в-ва | |
| Б | Ж | У | в, | в2 | С | Са | Fe |
| Итого за 10 дней | 573,84 | 610,59 | 2736,06 | 18570,37 | 9,88 | 9,82 | 547,27 | 8797,65 | 108,58 |
| Итого за 1 дней | 57,38 | 61,06 | 273,61 | 1857,04 | 0,99 | 0,98 | 54,73 | 879,77 | 10,86 |
| Суточная потребность | 54,00 | 60,00 | 261,00 | 1800,00 | 0,90 | 1,00 | 50,00 | 900,00 | 10,00 |
| Процент удовлетворения суточной потребности | 106,27 | 101,77 | 104,83 | 103,17 | 109,81 | 98,23 | 109,45 | 97,75 | 108,58 |
| Процент отклонения от расчетных данных [[2]](#footnote-2) | 6,27 | 1,76 | 4,83 | 3,17 | 9,81 | -1,77 | 9,45 | -2,25 | 8,58 |

- Согласно п. 16.2 СанПиНа 2.4.1.2660-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях" отклонения от расчетных суточной калорийности и содержания основных пищевых веществ (белков, жиров и углеводов) и калорийности не должны превышать ± 10%, микронутриентов ± 15%.

1. [↑](#footnote-ref-1)
2. [↑](#footnote-ref-2)