УТВЕРЖДАЮ
ИП Тыркина Г.Г.
_____Г.Г. Тыркина
«__» _____2024-2025 год

СОГЛАСОВАНО
Заведующая ДОУ № 16
_____
«_1_» _05_____2024-2025 год

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ
(10-ти дневное)
ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КАНЕВСКОЙ РАЙОН
Сезон: зимне-весенний
Возраст: от 1,5 до 3 лет

сезон: зимне-
весенний
возрастная категория: 1,5-3 года
понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 день 1	**Завтрак**							
	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (3-й вариант)	25	3,6	6,5	5	93	65	2021
	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,6	4,8	22,9	153	230-п	2021
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,2	0,1	7,6	32	459	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	15	1,1	0,1	7,4	35,1	573	2021
Итого за прием пищи:		350	9,5	11,5	42,9	313,1		
	II Завтрак							
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (груша)	100	0,4	0,3	10,3	47	82	2021
Итого за прием пищи:		100	0,4	0,3	10,3	47		
Итого за завтрак:		450	9,9	11,8	53,2	360,1		
	Обед							
	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) огурцы	30	0,2	0	0,5	3,3	149	2021
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	1,1	2,7	4,2	45	95	2021
	СМЕТАНА терм.	5	0,1	0,8	0,2	7,9	433	2021
	ГУЛЯШ из отварного мяса	60/20	7,6	8,2	3,2	123,9	293-м	2016
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	120	1,8	3,5	20,4	120	324	2008
	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО	150	0,3	0	16,7	67,5	485-п	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	15	1,1	0,1	7,4	35,1	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,2	0,6	16	82,4	574	2021
Итого за обед:		590	15,4	15,9	68,6	485,1		

	Полдник							
	КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ	50	2,2	3,6	22,9	132,9	547-п	2021
	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	150	4,4	3,8	6	75,8	470	2021
Итого за полдник:		200	6,6	7,4	28,9	208,7		
Всего за день:			31,9	35,1	150,7	1053,9		

сезон: зимне-
весенний
возрастная категория: 1,5-3 года
вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г			
Неделя 1 день 2	**Завтрак**							
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА запеченные-ттк	130	9,2	10,4	26,2	235,2	286-ттк	2021
	ПОВИДЛО, ДЖЕМ, ВАРЕНЬЕ (порциями)	10	0,4	0,7	0,5	9,3	86	2021
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	8,4	34,2	457	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	8	0,6	0,1	3,2	16,5	574	2021
	ЯБЛОКИ ПЕЧЕНЫЕ	25	0,1	0,1	5	20,9	446-п	2021
Итого за прием пищи:		353	10,5	11,4	43,3	316,1		
	II Завтрак							
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021
Итого за прием пищи:		100	0,4	0,4	9,8	44		
Итого за завтрак:		453	10,9	11,8	53,1	360,1		
	Обед							
	САЛАТ ИЗ СВЁКЛЫ ОТВАРНОЙ	30	0,4	1,8	2,3	27,3	26	2021
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	150	1,5	2,3	6,7	53,6	128	2021
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 2 ВАРИАНТ	60/20	5,9	9,7	8,3	143,8	304-м	2016
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	110	2,9	2,4	16,9	100,9	223	2021

	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ И ЯГОД	150	0,1	0,1	8,3	34,5	486	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	2	0,4	10	51,5	574	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	10	0,8	0,1	4,9	23,4	573	2021
	ВАФЛИ	15	0,4	0,5	11,6	53,1	580	2021
Итого за обед:		570	14	17,26	69	488,1		
	Полдник							
	КАША «ДРУЖБА»	130	3,3	4,4	17,5	122,7	229-п	2021
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,5	2,2	10,4	70,5	462	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	8	0,6	0,1	3,9	18,7	573	2021
Итого за полдник:		288	6,4	6,7	31,8	211,9		
Всего за день:			31,3	35,76	153,9	1060,1		

сезон: зимне-
весенний
возрастная категория: 1,5-3 года
среда

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г			
Неделя 1 день 3	**Завтрак**							
	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) помидоры	30	0,2	0	0,5	3,3	149	2021
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ отварной	130	8	5,3	16,1	145	375	2021
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,2	0,1	7,6	32	459	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	22	1,7	0,2	10,8	51,5	573	2021
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)	8	0,1	5,8	0,1	52,9	79	2021
Итого за прием пищи:		350	10,2	11,4	35,1	284,7		
	II Завтрак							
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблочный)	150	0,8	0,2	15,2	64,5	501	2021

Итого за прием пищи:		150	0,8	0,2	15,2	64,5		
Итого за завтрак:		500	11	11,6	50,3	349,2		
	Обед							
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ с сухофруктами	40	0,5	2,4	6,5	50	24-п	2021
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,6	3,1	8	65,7	100	2021
	КНЕЛИ РЫБНЫЕ припущенные-ттк	50	6,34	2	2,98	56,3	302-ттк	2021
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ИКРА ОВОЩНАЯ (консервированная)	120	2,8	7,7	10,49	122,4	401-п	2021
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	170	0,5	0,1	17,1	71,5	495	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	25	2,1	1,3	14,4	77,9	421	2011
Итого за обед:		575	15,4	16,9	67,5	485		
	Полдник							
	БЛИНЧИКИ	45	2,8	4,4	16,1	114,9	399	2011
	СМЕТАНА терм.	5	0,1	0,8	0,2	7,9	433	2021
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	7	28,5	457	2021
	ЯБЛОКИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ТВОРОГОМ	50	3	1,7	8,1	61	408-м	2016
Итого за полдник:		250	6,1	7	31,4	212,3		
Всего за день:			32,54	35,5	149,17	1046,5		

сезон: зимне-весенний
возрастная категория: 1,5-3 года
четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 день 4	**Завтрак**							
	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (3-й вариант)	25	3,6	6,5	5	93	65	2021

	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ гречневой	150	4,4	4,1	12,7	106,4	140	2021
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,2	1	8,6	48	460	2021
	ЯБЛОКИ ПЕЧЕНЫЕ	75	0,3	0,2	15	63,1	446-п	2021
Итого за прием пищи:		400	9,5	11,8	41,3	310,5		
	II Завтрак							
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (груши)	100	0,4	0,3	10,3	47	82	2021
Итого за прием пищи:		100	0,4	0,3	10,3	47		
Итого за завтрак:		500	9,9	12,1	51,6	357,5		
	Обед							
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (промышленное производство)	30	0,6	2,7	2,3	35,4	150	2021
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	0,9	2,7	2,3	37,1	104	2021
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕНЫЕ	55	6,1	6,5	8,8	127,4	299-м	2016
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,4	4	23,7	147,9	256	2021
	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО	150	0,3	0	16,7	67,5	485-п	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	15	1,1	0,1	7,4	35,1	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
Итого за обед:		540	15	16,3	69,2	491,6		
	Полдник							
	КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ	50	2,2	3,6	22,9	132,9	547-п	2021
	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	150	4,4	3,8	6	75,8	470	2021
Итого за полдник:		200	6,6	7,4	28,9	208,7		
Всего за день:			31,5	35,8	149,7	1057,8		

сезон: зимне-
весенний
возрастная категория: 1,5-3 года

пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
неделя 1 день 5	**Завтрак**							
	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (горошек зеленый)	40	1,1	1,4	2	25,5	157	2021
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ-ттк	130	6,1	9,3	9	144,4	268-ттк	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	25	1,9	0,2	12,3	58,5	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,8	0,2	4	20,6	574	2021
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	7	28,5	457	2021
Итого за прием пищи:		355	10,1	11,2	34,3	277,5		
	II Завтрак							
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (персиковый)	150	0,8	0,2	15,2	64,5	501	2021
Итого за прием пищи:		150	0,8	0,2	15,2	64,5		
Итого за завтрак:		505	10,9	11,4	49,5	342		
	Обед							
	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	30	0,4	1,5	1,7	21,9	2	2021
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ пшено	150	1,3	1,7	8,6	54,9	86-м	2016
	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦОМ	50	7,5	6	3,6	98,7	281-м	2016
	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	115	2,5	7,6	18,8	153,8	142	2011
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,5	0,1	15,1	63	495	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,2	0,2	6	30,9	574	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,2	573	2021
Итого за обед:		540	15,7	17,3	68,6	493,4		
	Полдник							
	ОЛАДЬИ	60	4,1	4,5	21,5	143,2	431-м	2016
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,5	2,2	10,4	70,5	462	2021

Итого за полдник:		210	6,6	6,7	31,9	213,7		
Всего за день:			33,2	35,4	150	1049,1		

сезон: зимне-
весенний
возрастная категория: 1,5-3 года
понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г			
Неделя 2 день 6	**Завтрак**							
	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	5,5	6,2	16,7	145,5	139	2021
	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	20	1,2	3,4	7,4	64,6	1-м	2016
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,1	1,9	10,2	66	465	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	10	0,8	0,1	4,9	23,4	573	2021
	ЯБЛОКИ ПЕЧЕНЫЕ	30	0,1	0,1	6	25,3	446-п	2021
Итого за прием пищи:		360	9,7	11,7	45,2	324,8		
	II Завтрак							
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (мандарины)	100	0,8	0,2	7,5	38	82	2021
Итого за прием пищи:		100	0,8	0,2	7,5	38		
Итого за завтрак:		460	10,5	11,9	52,7	362,8		
	Обед							
	САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	30	0,2	1,8	0,8	20,4	16	2021
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	1,1	2,7	4,2	45	95	2021
	СМЕТАНА терм.	5	0,1	0,8	0,2	7,9	433	2021
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕНЫЕ	60	6,7	7,1	9,6	139,1	299-м	2016

	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,8	4	28,5	161,1	386-п	2021
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ И ЯГОД	150	0,1	0,1	8,3	34,5	486	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	15	1,1	0,1	7,4	35,1	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	2	0,4	10	51,5	574	2021
Итого за обед:		545	14,1	17	69	494,6		
	Полдник							
	МАННИК	75	4,2	4,4	21	140,7	550-п	2021
	ПОВИДЛО, ДЖЕМ, ВАРЕНЬЕ (порциями)	20	0,7	1,3	1	18,6	86	2021
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,2	1	8,6	48	460	2021
Итого за полдник:		245	6,1	6,7	30,6	207,3		
Всего за день:			30,7	35,6	152,3	1064,7		

сезон: зимне-
весенний
возрастная категория: 1,5-3 года
вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 день 7	**Завтрак**							
	САЛАТ ИЗ СВЁКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	0,6	2,5	3,1	37	30	2021
	ГУЛЯШ из отварного мяса	53/15	5	5,5	2,1	82,1	293-м	2016
	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	110	3,2	2,6	21,4	98,7	227	2021
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,2	0,1	7,1	30	459	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	10	0,8	0,1	4,9	23,4	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,8	0,2	4	20,6	574	2021
Итого за прием пищи:		373	10,6	11	42,6	291,8		
	II Завтрак							

	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021
Итого за прием пищи:		100	0,4	0,4	9,8	44		
Итого за завтрак:		473	11	11,4	52,4	335,8		
	Обед							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	3,3	3,2	12,4	91,7	87-м	2016
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ-ттк	50	4,4	2,9	5,8	66,9	239-ттк	2011
	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	120	2,6	7,9	19,6	160,8	142	2011
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,1	1,9	10,2	66	465	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	40	3	0,3	19,7	93,6	573	2021
Итого за обед:		510	15,4	16,2	67,7	479		
	Полдник							
	БЛИНЧИКИ	45	2,8	4,4	16,1	114,9	399	2011
	СМЕТАНА терм.	5	0,1	0,8	0,2	7,9	433	2021
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	7	28,5	457	2021
	ЯБЛОКИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ТВОРОГОМ	50	3	1,7	8,1	61	408-м	2016
Итого за полдник:		250	6,1	7	31,4	212,3		
Всего за день:			32,5	34,6	151,5	1027,1		

сезон: зимне-весенний
возрастная категория: 1,5-3 года
среда

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г			
Неделя 2 день 8	**Завтрак**							
	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0,6	1,4	3,4	28,8	53	2021
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (ТТК)	130	6,1	9,3	9	144,4	268-ттк	2021

	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	1,5	0,2	9,8	46,8	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,8	0,2	4	20,6	574	2021
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,2	1	8,6	48	460	2021
Итого за прием пищи:		350	10,2	12,1	34,8	288,6		
	II Завтрак							
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблочный)	150	0,8	0,2	15,2	64,5	501	2021
Итого за прием пищи:		150	0,8	0,2	15,2	64,5		
Итого за завтрак:		500	11	12,3	50	353,1		
	Обед							
	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	40	0,6	2,4	3,3	37,6	9	2021
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,6	3,1	8	65,7	100	2021
	ПТИЦА ТУШЕНАЯ	55	6,5	5,9	1,6	85,7	318-м/372-м	2016
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	120	1,8	3,5	20,4	120	324	2008
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,5	0,1	15,1	63	495	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	2	0,4	10	51,5	574	2021
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	25	2,1	1,3	14,4	77,9	421	2011
Итого за обед:		565	15,1	16,7	72,8	501,4		
	Полдник							
	ШАНЕЖКА С ЯБЛОКАМИ	50	2,2	2,8	22,2	122,8	539-п	2021
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,4	4	6,8	80,3	469	2021
Итого за полдник:		200	6,6	6,8	29	203,1		
Всего за день:			32,7	35,8	151,8	1057,6		

сезон: зимне-
весенний
возрастная категория: 1,5-3 года
четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
неделя 2 день 9	**Завтрак**							
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА запеченные-ттк	130	9,2	10,4	26,2	235,2	286-ттк	2021
	ПОВИДЛО, ДЖЕМ, ВАРЕНЬЕ (порциями)	10	0,4	0,7	0,5	9,3	86	2021
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	8,4	34,2	457	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	8	0,6	0,1	3,2	16,5	574	2021
	ЯБЛОКИ ПЕЧЕНЫЕ	25	0,1	0,1	5	20,9	446-п	2021
Итого за прием пищи:		353	10,5	11,4	43,3	316,1		
	II Завтрак							
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021
Итого за прием пищи:		100	0,4	0,4	9,8	44		
Итого за завтрак:		453	10,9	11,8	53,1	360,1		
	Обед							
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ с сухофруктами	40	0,5	2,4	6,5	50	24-п	2021
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	1,1	2,7	4,2	45	95	2021
	СМЕТАНА терм.	5	0,1	0,8	0,2	7,9	433	2021
	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦОМ	50	7,5	6	3,6	98,7	281-м	2016
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (зеленый горошек)	120	3,3	4,6	19,1	131,3	400-ттк	2021
	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО	160	0,3	0	17,7	71,9	485-п	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	2	0,4	10	51,5	574	2021
	ВАФЛИ	10	0,3	0,3	7,7	35,4	580	2021
Итого за обед:		560	15,1	17,2	69	491,7		

	Полдник							
	КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ	50	2,2	3,6	22,9	132,9	547-п	2021
	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	150	4,4	3,8	6	75,8	470	2021
Итого за полдник:		200	6,6	7,4	28,9	208,7		
Всего за день:			32,6	36,4	151	1060,5		

сезон: зимне-
весенний
возрастная категория: 1,5-3 года
пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г			
неделя 2 день 10	**Завтрак**							
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)	5	0	3,6	0,1	33,1	79	2021
	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ) огурцы	30	0,2	0	0,5	3,3	149	2021
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ-ттк	130	5,6	6	12,4	126	263-ттк	2016
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,1	1,9	10,2	66	465	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	1,5	0,2	9,8	46,8	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,2	0,2	6	30,9	574	2021
Итого за прием пищи:		350	10,6	11,9	39	306,1		
	II Завтрак							
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (груша)	100	0,4	0,3	10,3	47	82	2021
Итого за прием пищи:		100	0,4	0,3	10,3	47		
Итого за завтрак:		450	11	12,2	49,3	353,1		
	Обед							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ пшено	150	1,3	1,7	8,6	54,9	86-м	2016

	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕНЫЕ	55	6,1	6,5	8,8	127,4	299-м	2016
	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	120	2,6	7,9	19,6	160,8	142	2011
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150	0,8	0,2	15,2	64,5	501	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	25	1,9	0,2	12,3	58,5	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
Итого за обед:		520	14,3	16,8	72,5	507,3		
	Полдник							
	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	5,5	6,2	16,7	145,5	139	2021
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	7	28,5	457	2021
	ПЕЧЕНЬЕ	10	0,8	1	7,4	41,5	582	2021
Итого за полдник:		310	6,5	7,3	31,1	215,5		
Всего за день:			31,8	36,3	152,9	1075,9		

ИТОГО ЗАВТРАК 20-25% ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
итого завтраки за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:	482	11	12	52	354
СанПиН 100 % суточной нормы:		42	47	203	1400
норма по СанПиН 20 % от суточной нормы:		8,4	9,4	40,6	280
норма по СанПиН 25 % от суточной нормы:		10,5	11,75	50,75	350
выход норм в % соотношении за 5 дней		25	25	25	25

ИТОГО ОБЕД 30-35% ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
итого обеды за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:	563	15,108	16,73	68,574	488,64
СанПиН 100 % суточной нормы:		42	47	203	1400
норма по СанПиН 35 % от суточной нормы:		14,7	16,45	71,05	490
выход норм в % соотношении за 5 дней		36	35,6	34	35

ИТОГО ПОЛДНИК 15% ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
итого полдники за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:	229,6	6,46	7,04	30,58	211,06
СанПиН 100 % суточной нормы:		42	47	203	1400
норма по СанПиН 15 % от суточной нормы:		6,3	7,05	30,45	210
выход норм в % соотношении за 5 дней		15,4	15	15,1	15

ИТОГО ЗАВТРАК + ОБЕД + ПОЛДНИК =75% ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
итого за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:	0	32	36	151	1053
СанПиН 100 % суточной нормы:		42	47	203	1400
норма по СанПиН 75 % от суточной нормы:		31,5	35,25	152,25	1050
выход норм в % соотношении за 5 дней		76,40	75,56	74	75

ИТОГО ЗАВТРАК 20-25% ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					

	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
итого завтраки за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически:	467	11	12	52	353
СанПиН 100 % суточной нормы:		42	47	203	1400
норма по СанПиН 20 % от суточной нормы:		8,4	9,4	40,6	280
норма по СанПиН 25 % от суточной нормы:		10,5	11,75	50,75	350
выход норм в % соотношении за 5 дней		25,90	25	25	25

ИТОГО ОБЕД 35% ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
итого обеды за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически:	540	15	17	70	495
СанПиН 100 % суточной нормы:		42	47	203	1400
норма по СанПиН 35 % от суточной нормы:		14,7	16,45	71,05	490
выход норм в % соотношении за 5 дней		35	35,70	35	35

ИТОГО ПОЛДНИК 15% ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
итого обеды за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:	241,00	6,38	7,04	30,20	209,38
СанПиН 100 % суточной нормы:		42	47	203	1400
норма по СанПиН 15 % от суточной нормы:		6,3	7,05	30,45	210
выход норм в % соотношении за 5 дней		15	15	15	15

ИТОГО ЗАВТРАК + ОБЕД + ПОЛДНИК =75% ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
итого за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:		32	36	152	1057
СанПиН 100 % суточной нормы:		42	47	203	1400
норма по СанПиН 75 % от суточной нормы:		31,5	35,25	152,25	1050
выход норм в % соотношении за 5 дней		76,33	76,04	74,83	75,51

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ЗАВТРАК) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1,5-3 ГОДА	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1 ДЕНЬ	450	9,9	11,8	53,2	360,1
2 ДЕНЬ	453	10,9	11,8	53,1	360,1
3 ДЕНЬ	500	11	11,6	50,3	349,2
4 ДЕНЬ	500	9,9	12,1	51,6	357,5
5 ДЕНЬ	505	10,9	11,4	49,5	342
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:	481,60	10,52	11,74	51,54	353,78
6 ДЕНЬ	460	10,5	11,9	52,7	362,8
7 ДЕНЬ	473	11	11,4	52,4	335,8
8 ДЕНЬ	500	11	12,3	50	353,1
9 ДЕНЬ	453	10,9	11,8	53,1	360,1
10 ДЕНЬ	450	11	12,2	49,3	353,1
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:	467,20	10,88	11,92	51,50	352,98
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ЗАВТРАК):	474,40	10,70	11,83	51,52	353,38

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ОБЕДЫ) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1,5-3 ГОДА	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1 ДЕНЬ	590	15,4	15,9	68,6	485,1
2 ДЕНЬ	570	14	17,26	69	488,1
3 ДЕНЬ	575	15,44	16,9	67,5	485
4 ДЕНЬ	540	15	16,3	69,2	491,6
5 ДЕНЬ	540	15,7	17,3	68,6	493,4
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:	563	15,11	16,73	68,57	488,64
6 ДЕНЬ	545	14,1	17	69	494,6
7 ДЕНЬ	510	15,4	16,2	67,7	479
8 ДЕНЬ	565	15,1	16,7	72,8	501,4
9 ДЕНЬ	560	15,1	17,2	69	491,7
10 ДЕНЬ	520	14,3	16,8	72,5	507,3
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:	540,00	14,80	16,78	70,20	494,80
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ОБЕДЫ):	551,50	14,95	16,76	69,39	491,72

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ПОЛДНИКИ) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1,5-3 ГОДА	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1 ДЕНЬ	200	6,6	7,4	28,9	208,7
2 ДЕНЬ	288	6,4	6,7	31,8	211,9
3 ДЕНЬ	250	6,1	7	31,4	212,3
4 ДЕНЬ	200	6,6	7,4	28,9	208,7
5 ДЕНЬ	210	6,6	6,7	31,9	213,7
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:	229,60	6,46	7,04	30,58	211,06
6 ДЕНЬ	245	6,1	6,7	30,6	207,3
7 ДЕНЬ	250	6,1	7	31,4	212,3

8 ДЕНЬ	200	6,6	6,8	29	203,1
9 ДЕНЬ	200	6,6	7,4	28,9	208,7
10 ДЕНЬ	310	6,5	7,3	31,1	215,5
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:	241,00	6,38	7,04	30,20	209,38
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ПОЛДНИКИ):	235,30	6,42	7,04	30,39	210,22