«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МБДОУ «Детский сад «Исток»

прт Новый Свет» городского округа Судак

Весере О.В.Галянт

Приказ № 287 гт 25. 10. 2024 г.

ПРИМЕРНОЕ

цикличное меню для детей

дошкольного возраста

(возрастная группа с 2 до 3 лет)

(сезон – зима – весна)

Сборник технических нормативов:

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях

/М.П. Могильный, В.А. Тутельян.-М.,2011-544 с. М.П. Могильный., В.А. Тутельян.-М.,2014.-584 с.

Итого за	полдник	Итого за		Полдник	обед.	Итого за				<		Обед	Завтрак	II	завтрак	Итого за			Завтрак	День 1	Неделя 1	пфини	Прием
			Чай с молоком	Оладьи с повидлом			Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Компот из свежих фруктов	Икра кабачковая	Плов из птицы	Суп с клецками		Фрукты свежие			Чай с лимоном	Каша молочная овсяная	Кондитерское изделие			Haniyichobannic omoga	Наимомование блипа
			150	65			38	30	150	40	160	150/20		70			150/7/3,5	160	50				Выход
43,18		9,15	2,65	6,5		22,95	1,5	2,64	0,12	1,68	16	1,01		0,28		10,8	0,07	4,05	6,68			Б	Пищевы
39,53		5,68	2,33	3,35		19,42	0,1	0,4	0,12	2,69	14,78	1,33		0,28		14,15	0,01	5,69	8,45			X	Пищевые вещества(г)
180,73		46,12	11,31	34,81		76,01	10,0	16,08	17,91	9,71	16,76	5,55		6,86		51,74	7,1	25,25	19,39			V	
1295,52		279,02		202,02		608,7	47,4	76	73,2	69,8	304	38,3		30,8		377	29	168	180				Энергетическая ценность(ккал)
18,08		1,68	1,19	1,10	0.40	7,91	0		1,2	4,6	0,41	1,/	1.7	0,,0		1,49	1,42	0	0,07				Витамин С
			393	205	440		17/11	1/11	312	7/11	304	800	20	308	920		393	801	1	1			рецептуры

Возраст	завтра	рак	обел	Д	полдни	ник
детей						
От 1 до 3	норма	факт	норма	факт	норма	факт
лет	300-450	360	500-700	568	150-350	215

День	Итого за	KI 1010 38	W-roso as		Полдник	обед	Итого за							Ооед	Завтрак	ï	завтрак	Итого за				Завтрак	День 2		пищи
			этолоко киняненное	Моноко кинананию	Пудинг из творога с яблоками			Хлеб ржаной	Хлео пшеничный	Сок фруктовый	Икра свекольная	картофель отварной	котлета рыоная любительская	Щи из свежей капусты	TTT	Фрукты свежие			Кофейный напиток с молоком	Суп молочный манный	Бутерброд с маслом				EATHER OF THE PARTY OF THE PART
			150	00	60			38	30	150	40	100/5	60	150/5	•	70		100	150	150	30/10				блюда
37,72		11.4	4,58	6,82		1/,33	17 35	15	2.64	1,1	0,93	2,05	8,09	1,04		0.28	0,09	2,34	734	30	2 45			Б	Пиш
69,87	rojii	10 11	4.08	6,03		11,93	0,1	0,1	0.4	0.16	1.84	3.96	2.54	2.93	0,26	96.0	47,55	2	38	1,00	725			×	Пищевые вещества(г)
137,98	14,95	1405	7 58	7,37		78,61	10,0	10,00	16.00	1001	4 03	16.2	641	508	0,80	600	37,56	10,63	12,31	14,62				V	a(r)
1020,87	196	60	05	111		488,92	47,4	/6	85,37	40	108	108	01	20.02	30,8		305,15	70	99,15	136					Энергетическая ценность(ккал)
45.54	2,74	2,05	0,09	03.0		33.95	0	0	3,4	2,69	14,7	2,08	80,11		7,0	,	1,85	1.17	0,68	0					Витамин С
		400	240			4744	r/n	1/1	399	54	125	256	67		368		0,0	305	94					Land Course of	Ne

Возраст детей	3 2B 7	завтрак	обел	ед	по,	полдник
OT 1 no 3	TORNE	-				
CILAGO	норма	факт	норма	факт	норма	harr
лет	300 750	220	500 500			4
	004-000	330	200-700	568	150-350	200

Прием		Выход блюда	Пищевые	Пищевые вещества (г)		Энергетическая	Витамин С	рецептуры
ишип	Наименование блюда		Б	X	y	Henninger (manny)		•
				e e				
День 3								
Завтрак				726	1463	136	0	
	Бутерброд с маслом	30/10	2,43	1,33	14,02	1000	020	
	Суп молочный с макапонными излелиями	150	4,31	3,9	14,13	108,9	0,08	
	Cyll Monorator	150	2,65	2,33	11,31	77	1,19	
	Чаи с молоком	100	0.41	12 70	30.00	321.9	1.87	
Итого за			9,41	13,/8	40,00	321,7	1,90	
завтрак					707	20.8	70	368
=	Фрукты свежие	. 70	0,28	0,28	0,80	30,0	1,0	
Завтрак					0 40	01	3 40	
Обел	Суп гороховый	150	3,29	3,16	9,79	100	07,0	-
COCA	Daire delle Mar annulli	60	8,43	7,55	5,28	123	0,24	000
	Фрикадельки из курицы	25	0.29	1,05	2,00	18,63	0,59	
	COYC M2340	100/5	575	3.3	25.88	156,10	. 0	
	Каша гречневая	100/0	07	3	3.4	34.3	7,9	398
	Салат из квашенной капусты	40	0,1		16 60	67.05	0.05	
	Кисель из повидла	150	0,06	0	10,09	07,00	0,00	
	Улеб пленичный	30	2,64	0,4	16,08	76		1711
	Vaca avenous	38	1,5	0,1	10,0	47,4	0	
Итого за	Alcopanon		22,66	17,56	89,12	603,48	12,27	
обел				i		200	41	
Поланик	Салат винегрет	40	0,54	2,4/	3,38	30	7,1	
	Яйно отварное	0,5 шт (27,5 гр)	2,54	2,3	0,14	31,3		202
	Инф с тимоном	150/7/3.5	0,07	0,01	7,1	29	1,42	
	Tan C Jinmohom		315	4.78	10.62	98,5	5,52	
Итого за			3,13	1,70	10901		,	
полдник			25.5	36.4	146 66	1054.68	26,66	
II-o-o Do			30,0	30,4	140,00	1007,00	-0,00	

3 норма факт норма факт 300-450 330 500-700 593	Возраст	завтран	эак	обед	Д	полдни	Ж
300-450 330 500-700 593 150-350	Or 1 no 3	норма	факт	норма	факт	норма	факт
200 000	Пет	300-450	330	500-700	593	150-350	217,5

Прием	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые	Пищевые вещества(г)	г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	рецептуры
пищи:			Б	×	У	Herming of the Comment		7
День 4								
Завтрак								
	Бутерброд с маслом	30/10	2,45	7,55	14,62	136	0	1
	Суп молочный с крупой Артек	150	3,72	3,82	13,76	106,65	0,68	94
	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2	10,63	70	1,17	395
Итого за			8,51	13,37	39,01	312,65	1,85	
завтрак								
	Фрукты свежие	70	0,28	0,28	6,86	30,8	7,0	368
Завтрак								
Обед	Борщ с картофелем	150/5	1,23	ω	8,46	65,85	5,27	39
	Котлета рубленная из птицы	60/5	3,13	9,65	9,98	163	0,5	305
	Картофельное пюре	120/5	2,45	3,84	16,35	109,8	14,52	321
	Салат из соленных огурцов с луком	40	0,34	2,04	1,04	23,92	2,22	19
	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,015	20,83	84,75	0,3	376
	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,4	16,8	76	0	r/n
	Хлеб ржаной	38	1,5	0,1	10,0	47,4	0	r/n
Итого за			11,62	19,045	83,46	570,72	22,81	
обед								
Полдник	Булочка домашняя	50	3,64	6,26	26,96	179	0	469
	Напиток кисломолочный	150	4,35	3,75	6	75	1,05	401
Итого за			7,99	10,01	32,96	254	1,05	
полдник		•)						
Tana an			28,4	42,705	162,29	1168,17	32,71	

Возраст детей	завтра	рак	обед	Д	полдни	ИК
От 1 до 3	норма	факт	норма	факт	норма	факт
лет	300-450		500-700		150-350	200
	The state of the s		The state of the s		Control of the Contro	

Прием	Наименование блюда	Выход	Пи	Пищевые вещества(г)	ва(г)	Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
ишиши		блюда	Б	×	y	ценность(ккал)		
День 5								
Завтрак								
	Бутерброд с маслом	30/10	2,45	7,55	14,62	136	0	1
	Суп молочный с рисовой крупой	150	3,61	3,8	12,62	99,3	0,68	94
	Чай с лимоном	150/7/3,5	0,07	0,01	7,1	29	1,42	393
Итого за			6,13	11,36	34,34	264,3	2,1	
завтрак								
II	Фрукты свежие	70	0,28	0,28	6,86	30,8	7,0	368
Завтрак	,							
Обед	Щи из квашеной капусты	150/5	0,97	2,92	4,04	46,35	7,95	71
	Макаронник из говядины	125	13,65	8,75	25,04	234	0,31	292
	Икра свекольная	40	0,93	1,84	4,93	40	2,69	54
	Компот из свежих фруктов	150	0,12	0,12	17,91	73,2	1,29	372.
	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,4	16,08	76	0	r/n
	Хлеб ржаной	. 38	1,5	0,1	10,0	47,4	0	r/n
Итого за			19,81	14,13	78	516,95	12,24	
обед								
Полдник	Омлет натуральный	65	5,73	11,04	1,10	127	0,1	215
	Чай с сахаром	150/7	0,04	0,01	6,99	28	0,02	392
Итого за			5,77	11,05	8,09	155	0,12	
полдник								
Итого за			31,99	36,82	127,29	967,05	21,46	
TOHE								

Возраст	завтран	рак	обед	Д	индлоп	ик
детей						
От 1 до 3	норма	факт	норма	факт	норма	факт
лет	300-450	330	500-700	533	150-350	215
	The state of the s	The state of the s	- Contraction of the Contraction	The state of the s	CONTRACTOR OF THE PROPERTY OF	

Прием	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)	ещества(г)		денность(ккал)	DHIAMAH	рецептуры
ишиш			5	×	V			
Неделя 2								
День 6					1000	100	0 07	
RABTORK	Кондитерское изделие	50	6,68	8,45	19,39	100	0,0,	12
7	Каппа молочная гречневая	160	4,67	4,68	25,83	166		202
	Чай с пимоном	150/7/3,5	0,07	0,02	10,20	41	2,83	393
	THE C STEEDING TO SEE		11.42	13,15	55,42	387	2,9	
Итого за			11,74		7			
завтрак					707	8 02	70	368
	Фрукты свежие	. 70	0,28	0,28	0,80	30,0	1,0	
Завтрак					10.15	72	45	76
Обел	Рассольник ленинградский	150/5	1,19	3,00	10,13	10	132	200
	Птина тушенная с овошами	150	9,0	6,5	16,49	101	7,34	200
	Салат из белокочанной капусты	40	0,56	2,03	3,6	35	12,98	27.0
	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,015	20,83	84,75	0,3	3/0
	Vaca minentantin	30	2,64	0,4	16,8	76	0	г/п
	Vice nigarou	38	1.5	0,1	10,0	47,4	0	г/п
Итого за	Alico Daanon		15,22	12,105	77,87	477,15	25,12	
обед						116	0 13	231
Полдник	Сырники из творога	50	9,3	6,33	5,38	011	1,15	307
	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89	1,2	-
Итого за	TOWNS A WANDERSON		12,45	9,05	18,34	205	1,33	
полдник				24.50	150 40	1000 05	36.35	
Итого за			39,37	34,585	158,49	1099,95	20,00	

Возраст	завтрак	рак	обед	Д	индпоп	ник
Or 1 no 3	норма	факт	норма	факт	норма	факт
лет	300-450	360	500-700	558	150-350	200
6 1					The same of the sa	The same of the sa

Прием	Наименование блюда	Выход	Пищевые	Нищевые вещества(г)		ленность(ккал)	Витамин С	рецептуры
пищи		олюда	Б	X	Y			1
День 7								
Завтрак								
	Бутерброд с маслом	30/10	2,45	7,55	14,62	136	0	
	Суп молочный с макаронными	150	4,31	3,9	14,13	108,9	0,68	93
	изделиями							
	Чай с молоком	150	2,65	2,33	11,31	77	1,19	394
Итого за			9,41	13,78	40,06	321,9	1,87	
завтрак								
Ξ	Фрукты свежие	, 70	0,28	0,28	6,86	30,8	7,0	368
Завтрак							10/1	60
Обед	Борщ вегетарианский	150	1,64	3,57	8,2	71,55	10,0/	39
	Рыба тушенная с овощами	80	7,56	3,8	2,01	73,3	1,7	247
	Каша рисовая	100/5	2,4	2,68	24,7	133,54	0	165
¥ 1	Огурец соленый	40	0,32	0,04	0,68	4	1,4	70
	Кисель из повидла	150	0,06	0	16,69	67,05	0,05	383
	Хлеб пшеничный	30	2,64	0,4	16,8	76	0	п/п
	Хлеб ржаной	38	1,5	0,1	10,0	47,4	0	г/п
Итого за			16,12	10,59	79,08	472,84	13,82	
OOGA	Transport of contract	50	3 54	6 57	27.87	185	0	460
полдиих	препдель с сахаром	150	135	3.75	6	75	1 05	401
	Напиток кисломолочный	150	4,33	3,13		200	1,00	
Итого за			7,89	10,32	33,87	260	1,05	apresion
полдник								
Итого за			33,7	34,97	159,87	1085,54	23,74	

Возраст детей	завтран	рак	обед	Д	полдни	Иник
От 1 до 3	норма	факт	норма	факт	норма	факт
лет	300-450	330	500-700	588	150-350	200

Прием	Наименование блюда	Выход блюда	Пищ	Пищевые вещества(г)	а(г)	Энергетическая	Витамин	рецептуры
ишиш			6	Ж	y			
Лень 8								
Завтрак				1	1460	136	0	1
	Бутерброд с маслом	30/10	2,45	1,33	14,02	1116	0.68	94
	Сит молопиний овединий	150	4,44	4,44	13,45	111,0	0,00	205
	Cyll Modornalia Obvancan	150	2.34	2	10,63	70	0,98	393
	Кофеиныи напиток с молоком	100	9.23	13,99	38,7	317,6	1,66	
Итого за			7,20	10,77	>			200
завтрак	Фпукты свежие	70	0,28	0,28	6,86	30,8	7,0	308
Завтрак	170			2	0	71 4	6.72	84
Обел	Суп с рыбными фрикадельками	150/20	3,63	2,13	200	180	06	2.77
	Гупяни из говялины	120	15,42	12,41	3,70	110 45		168
	Karria Antek	120/5	92,62	3,16	19,39	118,45	1300	28
	Сапат из белокочанной капусты	40	0,56	2,03	3,6	33	12,70	373
	Carrier in contract thruston	150	0,12	0,12	17,91	/3,20	1,47	110
	NOMITOL NO CHOMEN WOYMING	30	2.6	0,4	16,08	76	0	17/11
	Хлео пшеничный	39	15	0.1	10,0	47,4	0	Г/П
	Хлеб ржаной	30	116.45	20.35	80,34	610,45	21,59	
Итого за			110,40		7 - 3 - 1			
обед		40	0 54	2.47	3,38	38	4,1	45
Полдник	Салат винегрет	075	2 40	316	0.19	43,31	0	213
	Яйцо вареное	0,5 шт (27,5 гр)	3,47	0,10	6 00	28	0,02	392
	Чай с сахаром	150/7	0,04	0,01	10.56	100 31	4.12	
Итого за			4,07	5,64	10,50	10/01		
полдник			130.03	40.26	136,46	1068,16	34,37	
Итого за								

Возраст	завтран	эак	обед	1	полдни	ник	
детей						•	1
0-1-03	RMODH	факт	норма	факт	норма	факт	
CILAGO	TIODIVIA	the state of				017 6	
пет	300-450	330	500-700	648	150-350	211,3	
					The same and the same of the s	The state of the s	

Итого за	NA PROTESTANDO NA PRO		Полдник	обед	Harara 20								Завтрак	завтрак	Итого за				Завтрак	День 9	ишиш	П
		Чай с лимоном	Запеканка из творога		хлео ржанои	Хлеб пшеничный	Компот из свежих фруктов	горошком	Салат из картофеля с зеленным	Каша гречневая с овощами	Птица отварная	Суп с макаронными изделиями	7	Фрукты свежие		Какао с молоком	Суп молочный с крупой Артек	Бутерброд с маслом				Наименование блюда
		130///3,3	1507025	60		38	30	150	40	120/5	. 60	150		70		130	150	30/10	20/10			Выход блюда
45,02	15.00	8.89	0,17	8 77	26,53	1,5	2.64	012	0,78	0,32	13,30	13.56	161	0,28	,	9.32	3 15	3 77	2.45		6	Пищ
37,10	30 16	6.05	0.02	6.03	18,74	0,1	0,4	0.12	2,1	4,14	4 10,2	10.2	1 70	0,28		14,09	2.72	3 82	7.55		×	Пищевые вещества(г)
100,1	153.47	18,78	10,2	8,58	86,49	10,0	16,08	17,91	3,71	2 01	28 31	0	10 28	6,86		41,34	12,96	13,76	14,62		Y	ва(г)
	1146,58	165	41	124	619,13	47,4	76	73,2		37 68	176	146	62,85	30,8		331,65	89	106,65	136			Энергетическая ценность(ккал)
	13,12	2,95	2,83	0,12	1,20	1 20	0	1,29		6,26	0,48	0	4,95	0,,0	1	1,88	1,2	0,68	0			Витамин С
			393	237		1/11	7/11	372		25	166	300	82	000	368		397	94	2	1		№ рецептуры

От 1 до 3 норма факт норма факт норма факт норма 200—700 588 150—350 200	Возраст	завтран	рак	обед	Ä	пол	юлдник
3 норма факт норма факт норма 300-450 330 500-700 588 150-350	петей						1
300-450 330 500-700 588 150-350		orania -	hart	норма	факт	норма	факт
300-450 330 500-700 588 150-350	OTIDOS	норма	wani	TI O DITTO	+		200
	707	300-450	330	500-700	588	150-350	200

(10 лней)	за пепиол	значение	Среднее	день	Итого за	полдник	Итого за		Полдник	обед	Итого за							Обед	Завтрак	11	завтрак	Итого за				Завтрак	День 10	пищи	Прием
								Чай с сахаром	Омлет натуральный	c		Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Компот из сухофруктов	Икра кабачковая	Картофельное пюре	Котлета рыоная люоительская	Борщ с картофелем и канустои	1	Фрукты свежие			Чай с лимоном	Каша молочная манная	Бутерород с маслом		1		Наименование блюда
		一般の の の の の の の の の の の の の の の の の の の						1001	150/7	65		38	30	20	150	40	120/5	60 0	150/5	2	70		130///3,3	150/7/25	160	30/10			Выход блюда
				453.62		28.71		5.77	0.04	5.73	17,74	1,0	1.5	26	0 33	1.68	2,45	8 09	1,09	(0.28	4,92	0,0,	0.07	24	2,45		6	Пиш
				409,545		35,245		11.05	0.01	11,04	12,535	10 525	0.1	0.4	0.015	2,69	3,84	2.54	2,95	- 7	0,28	11,30	11 30	0.01	3.82	7,55		×	Пищевые вещества(г)
				1507,98		144,74		8,09	6,99	1,10	07,000	87.03	10.0	16,08	20,83	9,71	16,35	6,41	7,65		6,86	70,00	42.76	7,10	21,04	14,62		V	
				10915,57		1009,05		155	28	127		530.25	47,4	76	84,75	69,8	109,8	81	61,5		30,8		293	29	128	136			Энергетическая ценность(ккал)
				289,24		3/,21	2	1,12	0,02	0,1		27,67	0	0	0,3	4,0	14,52	2,08	6,17	1	7,0		1,42	1,42	0	0	>		Битамин
									392	215			г/п	г/п	3/0	1711	321	230	750	72	368	Опе			100	105	- - - - - - - -		рецептуры

Сертификат 6ВВ81111А75674В4А376FCFFC077D93В

документ подписан электронной подписью муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение "детский сад "исток" поселка городского типа новый свет" городского округа судак, Галянт Оксана Васильевна, Заведующий

От 1 до 3

300-450

факт 340

500-700

факт 588

норма 150-350

факт 215

М.П. Могильный., В.А. Тутельян.-М., 2014.-584 с.

*сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/М.Г. Могильный., В,А. Тутельян.-М.,2011 .-544 с.

Возраст

завтрак

обед

полдник