

Согласовано

Утверждено

Заведующий ГБДОУ детский сад № \_\_\_\_\_

Генеральный директор ООО "Альфа-Провиант"

"\_\_" \_\_\_\_ 202\_\_ г.

"01" сентября 2022 г.

Ланенкова С.Г.

**ЦИКЛИЧНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 1 ДО 3 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	День: 1			Возраст: 1-3 года			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Ca	P	Mg			Fe
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)						
<b>Завтрак</b>														
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	140	4,76	4,06	22,47	145,81	0,08	0,36	18,69	86,8	123,2	23,1	1,25	54-23к	РПН 2022
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	180	1,44	0,99	7,83	45,81	0,01	0,27	6,21	51,3	41,4	8,91	0,69	54-4ГН	РПН 2022
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,96	9,35	61,04	0,02	0	2	5,8	18	4	0,42	ТТК-639	
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>360</b>	<b>8,8</b>	<b>7,6</b>	<b>47,55</b>	<b>294,16</b>	<b>0,19</b>	<b>0,63</b>	<b>26,9</b>	<b>154,9</b>	<b>182,6</b>	<b>36,01</b>	<b>2,71</b>		
<b>Завтрак II</b>														
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	170	2,93	4,25	7,65	68,94	0,02	2,72	0	185,3	95,2	5,67	0,17	20	РЕЦЕПТ ТК УСП 2024
<b>Итого за Завтрак II</b>	<b>170</b>	<b>2,93</b>	<b>4,25</b>	<b>7,65</b>	<b>68,94</b>	<b>0,02</b>	<b>2,72</b>	<b>0</b>	<b>185,3</b>	<b>95,2</b>	<b>5,67</b>	<b>0,17</b>		
<b>Обед</b>														
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30	0,45	1,5	2,3	26	0,01	10,88	0	25,53	0	1,23	0,3	ТТК-11,02	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ОТВАРНОЙ КУРОЙ	150/10	2,91	2,34	13,67	87,38	0,07	6,96	85,2	16,15	52,55	15,8	0,85	54-7с	РПН 2022
ПЛОВ ИЗ ИНДЕЙКИ	180	7,73	9,03	14,64	170,72	0,1	1,8	239,79	44,4	244,8	46,8	0,23	ТТК-311,01	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,19	1,18	15,8	83	0,15	0	0	22	0	0	0,7	ТТК-907	
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ	180	0,09	0	24,12	96,84	0	5,4	0	12,6	10,8	0,9	0,18	ТТК-439,01	
<b>Итого за Обед</b>	<b>610</b>	<b>14,74</b>	<b>14,22</b>	<b>79,56</b>	<b>507,04</b>	<b>0,38</b>	<b>25,04</b>	<b>324,99</b>	<b>124,28</b>	<b>315,55</b>	<b>68,53</b>	<b>2,36</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>														
САЛАТ "ЗДОРОВЬЕ"	30	0,5	2,65	2,6	36,25	0,02	2,41	0	14,53	0	8,68	0,31	ТТК-34,01	
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	60	6,32	8	5,04	119,2	0,02	0	32	111,2	76	8,8	1,28	ТТК-293	
РАГУ ОВОЩНОЕ С ЦВЕТНОЙ КАПУСТОЙ	110	1,98	5,13	13,71	108,97	0,06	9,67	14,15	14,59	13,64	1,86	0,22	ТТК-341	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,18	18,54	79,38	0,02	5,4	0	12,6	12,6	7,2	0,36	ТТК-443,02	
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>420</b>	<b>12,17</b>	<b>16,72</b>	<b>56,82</b>	<b>428,4</b>	<b>0,25</b>	<b>17,48</b>	<b>46,15</b>	<b>167,52</b>	<b>109,64</b>	<b>30,34</b>	<b>2,62</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>38,64</b>	<b>42,79</b>	<b>191,58</b>	<b>1298,54</b>	<b>0,84</b>	<b>45,87</b>	<b>398,04</b>	<b>632</b>	<b>702,99</b>	<b>140,55</b>	<b>7,86</b>		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептур
		В1				C	A (рет. экв/сут)	Ca	P	Mg	Fe			
		Б	Ж	У										
<b>Возраст: 1-3 года</b>														
<b>День: 2</b>														
<b>Рацион: Ясли 1-3 года 12 часов (сезон весна-лето)</b>														
<b>Завтрак</b>														
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	130	3,73	5,49	27,05	172,9	0,04	0,81	35,49	80,44	98,09	22,8	0,36	117	2022
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	10/10	2,88	3,23	3,95	56,58	0,04	0,07	26	93,5	50	3,67	0,27	ТТК-907	
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,15	0	4,88	20,1	0	0,03	0,23	3,38	5,4	2,85	0,55	54-2гн	РПН 2022
АПЕЛЬСИН	95	0,86	0,19	7,7	35,91		14,25		32,3	21,85	12,35	0	ТТК-688	
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>395</b>	<b>7,62</b>	<b>8,91</b>	<b>43,58</b>	<b>285,49</b>	<b>0,08</b>	<b>15,16</b>	<b>61,72</b>	<b>209,62</b>	<b>175,34</b>	<b>41,67</b>	<b>1,18</b>		
<b>Завтрак II</b>														
РЯЖЕНКА М.Д.Ж.2,5%	140	4,06	3,5	5,88	71,4	0,03	0,42	28	173,6	128,8	19,6	0,14	268	2022
<b>Итого за Завтрак II</b>	<b>140</b>	<b>4,06</b>	<b>3,5</b>	<b>5,88</b>	<b>71,4</b>	<b>0,03</b>	<b>0,42</b>	<b>28</b>	<b>173,6</b>	<b>128,8</b>	<b>19,6</b>	<b>0,14</b>		
<b>Обед</b>														
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	30	0,25	0,05	0,75	4,25	0,01	3	3	7	12,5	4,2	0,18	54-2з	РПН 2022
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	150/10	4,04	5,53	7,74	98,74	0,04	4,8	4,8	26,18	26,88	16,99	1,03	58	2021
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	50	4,65	4,45	1,5	66,45	0,05	0,48	20	26,17	105,17	9,83	0,23	ТТК-1 069,03	
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ	110	2,35	3,81	14,52	102,23	0,09	7,48	17,45	28,6	61,6	20,53	0,76	54-11г	РПН 2022
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,19	1,18	15,8	83	0,15	0	0	22	0	0	0,7	ТТК-907	
НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ	180	0,13	0,05	18	72,95	0,01	3,06	9	12,53	0	5,58	0,15	ТТК-437	
<b>Итого за Обед</b>	<b>590</b>	<b>14,98</b>	<b>15,24</b>	<b>67,34</b>	<b>470,72</b>	<b>0,4</b>	<b>18,82</b>	<b>54,25</b>	<b>126,08</b>	<b>213,55</b>	<b>60,93</b>	<b>3,15</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>														
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ ЗАПЕЧЕННОЙ	180	7,72	13,28	6,69	177,21	0,08	1,54	92,77	143,5	25,93	4,02	1,06	ТТК-227	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2	0,1	0	0	7,2	14,8	7,6	0,2	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,19	1,18	15,8	83	0,15	0	0	22	0	0	0,7	ТТК-907	
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ	180	0,11	0,05	22,5	90,84	0	3,69	9	3,42	0	3,69	0,14	ТТК-437	
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>440</b>	<b>12,75</b>	<b>14,84</b>	<b>63,06</b>	<b>437,25</b>	<b>0,33</b>	<b>5,23</b>	<b>101,77</b>	<b>176,12</b>	<b>40,73</b>	<b>15,31</b>	<b>2,1</b>		
<b>Итого за день</b>	<b>1365</b>	<b>39,41</b>	<b>42,49</b>	<b>179,86</b>	<b>1264,86</b>	<b>0,84</b>	<b>39,63</b>	<b>245,74</b>	<b>685,42</b>	<b>558,42</b>	<b>137,51</b>	<b>6,57</b>		
<b>Возраст: 1-3 года</b>														
<b>День: 3</b>														
<b>Рацион: Ясли 1-3 года 12 часов (сезон весна-лето)</b>														
<b>Завтрак</b>														
КАША ОВСЯНО-ГРЕЧЕВАЯ "ЗДОРОВЬЕ"	130	5,85	5,92	19,83	155,94	0,03	1,69	52	131,3	72,8	6,5	0,78	ТТК-190	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	180	0,27	0	6,03	25,11	0	1,04	0,34	6,21	7,65	4,14	0,69	54-3гн	РПН 2022
ВАФЛИ	20	0,55	0,65	15	68,05	0,06	0	1,6	3,2	7,2	2	0,3	ТТК-640	
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>350</b>	<b>7,77</b>	<b>7,16</b>	<b>48,76</b>	<b>290,6</b>	<b>0,17</b>	<b>2,73</b>	<b>53,94</b>	<b>151,71</b>	<b>87,65</b>	<b>12,64</b>	<b>2,12</b>		

Завтрак II														
КЕФИР М.Д.Ж.2,5%	140	4,06	3,5	5,6	70	0,06	0,98	28	168	126	19,6	0,14	268	2022
<b>Итого за Завтрак II</b>	<b>140</b>	<b>4,06</b>	<b>3,5</b>	<b>5,6</b>	<b>70</b>	<b>0,06</b>	<b>0,98</b>	<b>28</b>	<b>168</b>	<b>126</b>	<b>19,6</b>	<b>0,14</b>		
Обед														
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ОГУРЦАМИ И ЗЕЛЕНЬМ ГОРОШКОМ	40	0,6	2,67	1,87	36	0,03	1,53	0	9,53	0	9,54	0,22	20	2021
СУП РЫБНЫЙ	150	3,72	3,8	12,1	97,48	0	7,5	88	81	61	0,3	1,3	ТТК-106	
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ И СОУСОМ СМЕТАННО ТОМАТНЫМ	160	9,4	14,09	24,2	261,23	0,16	3,62	11,34	8,4	91	39,2	0,93	ТТК-54-26М	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ШИПОВНИКА	180	0,18	0,18	7,74	33,3	0,01	7,97	23,04	8,69	2,16	3,35	0,42	ТТК-395	
<b>Итого за Обед</b>	<b>570</b>	<b>16,37</b>	<b>21,5</b>	<b>62,84</b>	<b>512,61</b>	<b>0,33</b>	<b>20,62</b>	<b>122,38</b>	<b>122,22</b>	<b>161,56</b>	<b>56,19</b>	<b>3,32</b>		
Уплотненный полдник														
ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	135/15	6,5	8,3	23,67	195,32	0,09	0,91	4,5	175,22	0	11,48	0,06	ТТК-245	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88	0,09	0	0	13,75	0	0	0,44	ТТК-907	
СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,9	0,18	18,54	79,38	0,02	3,6	0	12,6	12,6	7,2	0,36	ТТК-444,01	
БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,5	0,5	21	96	0,04	10	0	8	28	42	0,6	338	2017
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>455</b>	<b>10,27</b>	<b>9,72</b>	<b>73,09</b>	<b>422,58</b>	<b>0,24</b>	<b>14,51</b>	<b>4,5</b>	<b>209,57</b>	<b>40,6</b>	<b>60,68</b>	<b>1,46</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>38,47</b>	<b>41,88</b>	<b>190,29</b>	<b>1295,79</b>	<b>0,8</b>	<b>38,84</b>	<b>208,82</b>	<b>651,5</b>	<b>415,81</b>	<b>149,11</b>	<b>7,04</b>		

Рацион: Если 1-3 года 12 часов (сезон весна-лето)														
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	День: 4			Возраст: 1-3 года				Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)				A (рет. экв/сут)					
		Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	В1	С	А	Ca	P	Mg	Fe		
Завтрак														
КАША "ДРУЖБА"	140	3,5	4,06	16,87	118,23	0,05	0,37	19,04	81,2	86,8	18,9	0,37	54-16к	РПН 2022
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	10/10	2,88	3,23	3,95	56,58	0,04	0,07	26	93,5	50	3,67	0,27	ТТК-907	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	3,04	2,32	9,04	68,8	0,02	0,42	10,64	88,8	85,6	24,8	0,86	54-23гн	РПН 2022
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	30	16	11	9	2,2	338	2017
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>420</b>	<b>9,82</b>	<b>10,01</b>	<b>39,66</b>	<b>290,61</b>	<b>0,14</b>	<b>10,86</b>	<b>85,68</b>	<b>279,5</b>	<b>233,4</b>	<b>56,37</b>	<b>3,7</b>		
Завтрак II														
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	170	2,93	4,25	7,65	68,94	0,02	2,72	0	185,3	95,2	5,67	0,17	20	РЭС ГР ТК УСП 2024
<b>Итого за Завтрак II</b>	<b>170</b>	<b>2,93</b>	<b>4,25</b>	<b>7,65</b>	<b>68,94</b>	<b>0,02</b>	<b>2,72</b>	<b>0</b>	<b>185,3</b>	<b>95,2</b>	<b>5,67</b>	<b>0,17</b>		
Обед														
САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	40	0,4	2,08	1,8	27,52	0	6,8	24	17,6	15,6	0,8	0,52	ТТК-23,01	
СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С ГРЕНКАМИ	150/15	3,31	2,94	16,67	84,15	0,08	2,25	135	75,63	30,9	8,55	0,47	ТТК-110	
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	50	4,72	4,33	3,46	71,71	0	0	31,11	2,6	13,1	8,89	0,17	ТТК-316	
КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО-ДОМАШНЕМУ"	110	2,64	3,37	7,63	71,43	0,02	0	22	17,23	57,2	19,07	0,44	ТТК-323,03	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,19	1,18	15,8	83	0,15	0	0	22	0	0	0,7	ТТК-907	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,2	0,2	15,2	63,4	0,01	2	0	7	4	4	1	ТТК-394	
<b>Итого за Обед</b>	<b>605</b>	<b>14,83</b>	<b>14,27</b>	<b>69,59</b>	<b>444,31</b>	<b>0,31</b>	<b>11,05</b>	<b>212,11</b>	<b>145,66</b>	<b>128,2</b>	<b>45,11</b>	<b>3,4</b>		

Уплотненный полдник													РПН 2022	
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Ca	P	Mg	Fe		
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	40	0,33	0,07	1	5,67	0,01	4	4	9,33	16,67	5,6	0,24	54-23	РПН 2022
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	7,5	6,9	3,9	107,7	0,07	0,03	360	83,04	126,18	8,88	3,12	ТТК-320,01	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	120	1,59	7,1	12,29	119,46	0,01	0	64,2	16,8	12,8	3,2	0	ТТК-332	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2	0,1	0	0	7,2	14,8	7,6	0,2	ТТК-904	
КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,09	0	24,57	98,64	0,01	5,94	7,74	11,43	3,24	0,45	0,45	ТТК-412,08	
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>440</b>	<b>12,24</b>	<b>14,4</b>	<b>59,83</b>	<b>417,67</b>	<b>0,2</b>	<b>9,97</b>	<b>428,2</b>	<b>124,11</b>	<b>181,88</b>	<b>28,52</b>	<b>4,01</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>39,82</b>	<b>42,93</b>	<b>176,73</b>	<b>1221,53</b>	<b>0,67</b>	<b>34,6</b>	<b>725,99</b>	<b>734,57</b>	<b>638,68</b>	<b>135,67</b>	<b>11,28</b>		

Рацион: Ясли 1-3 года 12 часов (сезон весна-лето) День: 5 Возраст: 1-3 года

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Ca	P	Mg	Fe		
<b>Завтрак</b>														
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,13	3,41	13,4	100,67	0,05	0,55	17,85	113,7	91,8	14,55	0,27	54-19к	РПН 2022
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88	0,09	0	0	13,75	0	0	0,44	ТТК-907	
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,27	0,08	14,22	58,69		0,04	0,27	4,5	7,2	3,6	0,86	ТТК-430	
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,96	9,35	61,04	0,02	0	2	5,8	18	4	0,42	ТТК-639	
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>375</b>	<b>7,27</b>	<b>6,19</b>	<b>46,85</b>	<b>272,28</b>	<b>0,16</b>	<b>0,59</b>	<b>20,12</b>	<b>137,75</b>	<b>117</b>	<b>22,15</b>	<b>1,79</b>		
<b>Завтрак II</b>														
РЯЖЕНКА М.Д.Ж.2,5%	140	4,06	3,5	5,88	71,4	0,03	0,42	28	173,6	128,8	19,6	0,14	268	2022
<b>Итого за Завтрак II</b>	<b>140</b>	<b>4,06</b>	<b>3,5</b>	<b>5,88</b>	<b>71,4</b>	<b>0,03</b>	<b>0,42</b>	<b>28</b>	<b>173,6</b>	<b>128,8</b>	<b>19,6</b>	<b>0,14</b>		

<b>Обед</b>														
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Ca	P	Mg	Fe		
ВИНЕГРЕТ	30	0,42	2,76	5,19	47,29	0,01	1,39	0	9,37	12,98	5,86	0,25	ТТК-51	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	150/5	2,63	4,83	3,99	70,13	0,02	8,08	81,15	28,93	36,69	11,53	0,55	ТТК-54-1с	
СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	4,45	6,58	7,86	108,46	0,05	15,3	30,3	63	59,4	0,72	1,5	ТТК-321	
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	110	1,8	4,3	15,91	109,54	0,1	10,5	34,4	92,6	84,6	24,64	1,6	ТТК-426,02	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,45	0,09	13,5	56,61	0,03	0	0	14,4	23,4	1,8	0,54	ТТК-401	
<b>Итого за Обед</b>	<b>575</b>	<b>12,22</b>	<b>19,32</b>	<b>63,38</b>	<b>476,63</b>	<b>0,34</b>	<b>35,27</b>	<b>455,45</b>	<b>222,9</b>	<b>224,47</b>	<b>48,35</b>	<b>4,89</b>		

<b>Уплотненный полдник</b>														
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Ca	P	Mg	Fe		
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	135/10	14,44	12,19	35,55	309,67	0,06	0,36	48,99	278,2	261,9	30,2	0,78	ТТК-54-1т	
СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,18	18,54	79,38	0,02	5,4	0	12,6	12,6	7,2	0,36	ТТК-443,02	
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38	0,1	15		35	17	11	0	ТТК-688	
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>425</b>	<b>16,14</b>	<b>12,57</b>	<b>61,59</b>	<b>427,05</b>	<b>0,18</b>	<b>20,76</b>	<b>48,99</b>	<b>325,8</b>	<b>291,5</b>	<b>48,4</b>	<b>1,14</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>39,69</b>	<b>41,58</b>	<b>177,7</b>	<b>1247,36</b>	<b>0,71</b>	<b>57,04</b>	<b>552,56</b>	<b>860,05</b>	<b>761,77</b>	<b>138,5</b>	<b>7,96</b>		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж	У		B1	C	A (рет. экв/сут)	Ca	P	Mg	Fe		
КАША ВЯЗАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС"	130	5,19	6,9	23,73	178,1	0,14	0,81	35,49	92,46	146,68	44,37	1,07	117	2022
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	160	0,24	0	5,36	22,32	0	0,93	0,3	5,52	6,8	3,68	0,62	54-3гн	РПН 2022
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	30	16	11	9	2,2	338	2017
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>410</b>	<b>6,93</b>	<b>7,89</b>	<b>46,79</b>	<b>288,92</b>	<b>0,25</b>	<b>11,74</b>	<b>65,79</b>	<b>124,98</b>	<b>164,48</b>	<b>57,05</b>	<b>4,24</b>		
<b>Завтрак II</b>														
КЕФИР М.Д.Ж.2,5%	140	4,06	3,5	5,6	70	0,06	0,98	28	168	126	19,6	0,14	268	2022
<b>Итого за Завтрак II</b>	<b>140</b>	<b>4,06</b>	<b>3,5</b>	<b>5,6</b>	<b>70</b>	<b>0,06</b>	<b>0,98</b>	<b>28</b>	<b>168</b>	<b>126</b>	<b>19,6</b>	<b>0,14</b>		
<b>Обед</b>														
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	40	0,33	0,07	1	5,67	0,01	4	4	9,33	16,67	5,6	0,24	54-2з	РПН 2022
СУП РЫБНЫЙ	150	3,72	3,8	12,1	97,48	0	7,5	88	81	61	0,3	1,3	ТТК-106	
ГОЛУБЫЕ ЛЕНИВЫЕ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНЫМ СОУСОМ	170	8,93	11,48	25,23	240,06	0,06	12	49	65,2	77,46	2,83	1,44	ТТК-306	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,2	0,2	15,2	63,4	0,01	2	0	7	4	4	1	ТТК-394	
<b>Итого за Обед</b>	<b>580</b>	<b>15,65</b>	<b>16,31</b>	<b>70,46</b>	<b>491,2</b>	<b>0,21</b>	<b>25,5</b>	<b>141</b>	<b>177,13</b>	<b>166,53</b>	<b>16,53</b>	<b>4,43</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>														
САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	40	0,4	2,08	1,8	27,52	0	6,8	24	17,6	15,6	0,8	0,52	ТТК-23,01	
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	7,5	6,9	3,9	107,7	0,07	0,03	360	83,04	126,18	8,88	3,12	ТТК-320,01	
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	120	2,56	4,16	15,84	111,52	0,1	8,16	19,04	31,2	67,2	22,4	0,82	54-11г	РПН 2022
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88	0,09	0	0	13,75	0	0	0,44	ТТК-907	
НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ	180	0,13	0,05	18	72,95	0,01	3,06	9	12,53	0	5,58	0,15	ТТК-437	
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>445</b>	<b>13,33</b>	<b>14,1</b>	<b>58,45</b>	<b>414,67</b>	<b>0,32</b>	<b>18,05</b>	<b>412,04</b>	<b>161,72</b>	<b>216,38</b>	<b>41,46</b>	<b>5,15</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>39,97</b>	<b>41,8</b>	<b>181,3</b>	<b>1264,79</b>	<b>0,84</b>	<b>56,27</b>	<b>646,83</b>	<b>631,83</b>	<b>673,39</b>	<b>134,64</b>	<b>13,96</b>		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж	У		B1	C	A (рет. экв/сут)	Ca	P	Mg	Fe		
КАША ЖИДКАЯ РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	130	3,45	3,51	18,66	119,93	0,03	0,4	17,16	96,85	87,1	18,2	0,27	54-25.1к	РПН 2022
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	10/10	2,88	3,23	3,95	56,58	0,04	0,07	26	93,5	50	3,67	0,27	ТТК-907	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,85	2,18	8,48	64,5	0,02	0,39	9,98	83,25	80,25	23,25	0,8	54-23гн	РПН 2022
АПЕЛЬСИН	95	0,86	0,19	7,7	35,91		14,25		32,3	21,85	12,35	0	ТТК-688	
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>395</b>	<b>10,04</b>	<b>9,11</b>	<b>38,79</b>	<b>276,92</b>	<b>0,09</b>	<b>15,11</b>	<b>53,14</b>	<b>305,9</b>	<b>239,2</b>	<b>57,47</b>	<b>1,34</b>		

Завтрак II													РЕСЕТЬ ТКУСП 2024	
Продукты	170	2,93	4,25	7,65	68,94	0,02	2,72	0	185,3	95,2	5,67	0,17	20	
														170
Итого за Завтрак II														
Обед														
ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ	40	0,47	0,07	1,53	8,53	0,03	10	53,2	5,6	10,67	8	0,36	54-3з	РПН 2022
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	3,84	2,7	11,16	84,6	0,11	1,17	72,9	20,25	60,3	21,75	1,11	ТТК-119	
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	50	5,74	6,6	8,55	116,58	0,04	0,03	22,8	20,39	81,34	9,12	0,22	ТТК-161	
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	120	1,96	4,69	17,36	119,5	0,11	11,45	375,27	101,02	92,29	26,88	1,75	ТТК-426,02	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,18	18,54	79,38	0,02	5,4	0	12,6	12,6	7,2	0,36	ТТК-443,02	
Итого за Обед	580	15,38	15	74,07	493,19	0,44	28,05	524,17	174,46	264,6	76,75	4,25		
Уплотненный полдник														
САЛАТ "СВЕТЛЯЧОК"	40	0,66	1,65	9,04	29,16	0,02	2,74	0	11,33	16,64	7,36	0,52	ТТК-63,01	
ГУЛЯШ ИЗ ИНДЕЙКИ	60	4,94	5,52	4,38	86,95	0	0	18	49,2	163,7	34,8	1,58	ТТК-277,2	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	110	1,46	6,51	11,26	109,51	0,01	0	58,85	15,4	11,73	2,93	0	ТТК-332	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,19	1,18	15,8	83	0,15	0	0	22	0	0	0,7	ТТК-907	
МИКРОНУТРИЕНТАМИ	160	0,8	0,08	12,56	53,52	0,01	0,26	56	22,4	20	14,4	0,46	ТТК-54-13хн	
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	430	11,42	15,11	62,07	405,24	0,24	3	132,85	123,93	219,47	63,29	3,36		
Итого за Уплотненный полдник		39,77	43,47	182,58	1244,29	0,79	48,88	710,16	789,59	818,47	203,18	9,12		
Итого за день														

Рацион: Если 1-3 года 12 часов (сезон весна-лето)															День: 8		Возраст: 1-3 года		Сборник рецептур
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры						
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe							
Завтрак																			
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	4,71	5,34	22,91	156	0,08	0,33	0	84,5	0	22,89	1,16	208	2021					
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907						
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,18	0	5,85	24,12	0	0,04	0,27	4,05	6,48	3,42	0,66	54-2гн	РПН 2022					
ПРЯНИКИ	30	1,8	4,3	16	109,8	0,02	0	0	3,3	15	2,7	0,24	ТТК-640,01						
Итого за Завтрак	360	7,79	10,23	52,66	331,42	0,18	0,37	0,27	102,85	21,48	29,01	2,41							
Завтрак II																			
РЯЖЕНКА М.Д.Ж.2,5%	140	4,06	3,5	5,88	71,4	0,03	0,42	28	173,6	128,8	19,6	0,14	268	2022					
Итого за Завтрак II	140	4,06	3,5	5,88	71,4	0,03	0,42	28	173,6	128,8	19,6	0,14							
Обед																			
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30	0,45	1,5	2,3	26	0,01	10,88	0	25,53	0	1,23	0,3	ТТК-11,02						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ОТВАРНОЙ КУРОЙ	150/10	2,91	2,34	13,67	87,38	0,07	6,96	85,2	16,15	52,55	15,8	0,85	54-7с	РПН 2022					
РАГУ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ОВОЩАМИ	180	10,35	13,97	21,94	254,9	0,12	6	11,7	25,2	228	43,2	3,6	ТТК-258,08						
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904						
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907						
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,45	0,09	13,5	56,61	0,03	0	0	14,4	23,4	1,8	0,54	ТТК-401						
Итого за Обед	590	16,63	18,66	68,34	509,49	0,36	23,84	96,9	95,88	311,35	65,83	5,74							

Уплотненный полдник														
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)		Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		У	В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg		
СЫРНИКИ ЗАПЕЧЕННЫЕ	140	4,42	8,83	4,52	140,43	0,06	0	10,77	170,15	203,54	4,63	0,22	ТТК-219	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,19	1,18	15,8	83	0,15	0	0	22	0	0	0,7	ТТК-907	
БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,5	0,5	21	96	0,04	10	0	8	28	42	0,6	338	2017
НАПИТОК ИЗ КЛУБКЫ	180	0,11	0,05	22,5	90,84	0	3,69	9	3,42	0	3,69	0,14	ТТК-437	
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>460</b>	<b>8,22</b>	<b>10,56</b>	<b>63,82</b>	<b>410,27</b>	<b>0,25</b>	<b>13,69</b>	<b>19,77</b>	<b>203,57</b>	<b>231,54</b>	<b>50,32</b>	<b>1,66</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>36,7</b>	<b>42,95</b>	<b>190,7</b>	<b>1322,58</b>	<b>0,82</b>	<b>38,32</b>	<b>144,94</b>	<b>575,9</b>	<b>693,17</b>	<b>164,76</b>	<b>9,95</b>		

Возраст: 1-3 года

День: 9

Рацион: Ясли 1-3 года 12 часов (сезон весна-лето)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)		Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		У	В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg		
<b>Завтрак</b>														
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	140	4,97	4,06	18,62	131,11	0,11	0,35	16,73	78,4	122,5	54,6	1,65	54-20к	РПН 2022
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	10/10	2,88	3,23	3,95	56,58	0,04	0,07	26	93,5	50	3,67	0,27	ТТК-907	
ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	180	1,44	0,99	7,83	45,81	0,01	0,27	6,21	51,3	41,4	8,91	0,69	54-4гн	РПН 2022
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38	0,1	15	17	35	17	11	0	ТТК-688	
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>440</b>	<b>10,09</b>	<b>8,48</b>	<b>37,9</b>	<b>271,5</b>	<b>0,26</b>	<b>15,69</b>	<b>48,94</b>	<b>258,2</b>	<b>230,9</b>	<b>78,18</b>	<b>2,61</b>		
<b>Завтрак II</b>														
КЕФИР М.Д.Ж.2,5%	140	4,06	3,5	5,6	70	0,06	0,98	28	168	126	19,6	0,14	268	2022
<b>Итого за Завтрак II</b>	<b>140</b>	<b>4,06</b>	<b>3,5</b>	<b>5,6</b>	<b>70</b>	<b>0,06</b>	<b>0,98</b>	<b>28</b>	<b>168</b>	<b>126</b>	<b>19,6</b>	<b>0,14</b>		

**Обед**

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ОГУРЦАМИ И ЗЕЛЕНЬЮ ГОРОШКОМ	30	0,45	2	1,4	27	0,02	1,15	0	7,15	0	7,16	0,17	20	2021
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	150/10	4,04	5,53	7,74	98,74	0,04	4,8	4,8	26,18	26,88	16,99	1,03	58	2021
ФРИКАДЕЛКИ ИЗ ИНДЕЙКИ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	60	3,8	5,15	5,5	96,64	0,03	0,07	18,86	36,86	78,17	0,3	0,73	ТТК-325,09	
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	110	2,54	3,64	13,63	97,4	0	0,66	0	9,57	60,94	21,45	0,48	ТТК-334	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ	180	0,09	0	24,12	96,84	0	5,4	0	12,6	10,8	0,9	0,18	ТТК-439,01	
<b>Итого за Обед</b>	<b>580</b>	<b>13,39</b>	<b>17,08</b>	<b>69,32</b>	<b>501,22</b>	<b>0,22</b>	<b>12,08</b>	<b>23,66</b>	<b>106,96</b>	<b>184,19</b>	<b>50,6</b>	<b>3,04</b>		

**Уплотненный полдник**

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	30	0,3	1,56	1,35	20,64	0	5,1	18	13,2	11,7	0,6	0,39	ТТК-23,01	
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕННЫЕ	60	6,4	6,7	15,6	148,3	0,02	0,75	105	26,25	135,5	0,38	0,9	ТТК-277	
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2,35	3,81	14,52	102,23	0,09	7,48	17,45	28,6	61,6	20,53	0,76	54-11г	РПН 2022
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,9	0,18	18,54	79,38	0,02	3,6	0	12,6	12,6	7,2	0,36	ТТК-444,01	
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>420</b>	<b>12,42</b>	<b>13,01</b>	<b>66,94</b>	<b>435,15</b>	<b>0,26</b>	<b>16,93</b>	<b>140,45</b>	<b>95,25</b>	<b>228,8</b>	<b>32,51</b>	<b>2,86</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>39,96</b>	<b>42,07</b>	<b>179,76</b>	<b>1277,87</b>	<b>0,8</b>	<b>45,68</b>	<b>241,05</b>	<b>628,41</b>	<b>769,89</b>	<b>180,89</b>	<b>8,65</b>		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептур
		У				В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe		
		Б	Ж	У										
<b>Завтрак</b>														
КАША "ДРУЖБА"	130	3,25	3,77	15,67	109,79	0,05	0,34	17,68	75,4	80,6	17,55	0,34	54-16к	РПН 2022
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,24	2,93	11,34	84,65	0,04	0,61	15,57	151,2	117	12,6	0,05	ТТК-434	
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,96	9,35	61,04	0,02	0	2	5,8	18	4	0,42	ТТК-639	
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>350</b>	<b>9,09</b>	<b>9,25</b>	<b>44,26</b>	<b>296,98</b>	<b>0,19</b>	<b>0,95</b>	<b>35,25</b>	<b>243,4</b>	<b>215,6</b>	<b>34,15</b>	<b>1,16</b>		
<b>Завтрак II</b>														
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	170	2,93	4,25	7,65	68,94	0,02	2,72	0	185,3	95,2	5,67	0,17	20	РЕЕСТР ТКУСП 2024
<b>Итого за Завтрак II</b>	<b>170</b>	<b>2,93</b>	<b>4,25</b>	<b>7,65</b>	<b>68,94</b>	<b>0,02</b>	<b>2,72</b>	<b>0</b>	<b>185,3</b>	<b>95,2</b>	<b>5,67</b>	<b>0,17</b>		
<b>Обед</b>														
ВИНЕГРЕТ	40	0,56	3,68	6,92	63,05	0,02	1,85	0	12,49	17,31	7,81	0,33	ТТК-51	
СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С ГРЕНКАМИ	150/15	3,31	2,94	16,67	84,15	0,08	2,25	1,35	75,63	30,9	8,55	0,47	ТТК-110	
БЖЖИ МЯСНЫЕ СО СМЕТАНЫМ СОУСОМ	50/10	5,51	5,99	7,4	105,57	0,01	0,17	33,89	23,62	35,73	3,4	0,21	ТТК-309	
ТУШЕННЫЕ ОВОЩИ	120	2,07	4,25	12	94,58	0,09	6,01	144,76	19,36	24,87	7,19	0,87	ТТК-142	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
КОМПЛОТ ИЗ ЯБЛОКИ ШИПОВНИКА	180	0,18	0,18	7,74	33,3	0,01	7,97	23,04	8,69	2,16	3,35	0,42	ТТК-395	
<b>Итого за Обед</b>	<b>605</b>	<b>14,1</b>	<b>17,8</b>	<b>67,66</b>	<b>465,25</b>	<b>0,34</b>	<b>18,25</b>	<b>336,69</b>	<b>154,39</b>	<b>118,37</b>	<b>34,1</b>	<b>2,75</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>														
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ ЗАПЕЧЕННОЙ	160	7,09	11,75	5,71	156,91	0,07	1,27	80,4	130,53	22,4	3,43	0,94	ТТК-227	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2	0,1	0	0	7,2	14,8	7,6	0,2	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2,19	1,18	15,8	83	0,15	0	0	22	0	0	0,7	ТТК-907	
КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,09	0	24,57	98,64	0,01	5,94		7,74	11,43	3,24	0,45	ТТК-412,08	
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>420</b>	<b>12,1</b>	<b>13,26</b>	<b>64,15</b>	<b>424,75</b>	<b>0,33</b>	<b>7,21</b>	<b>80,4</b>	<b>167,47</b>	<b>48,63</b>	<b>14,27</b>	<b>2,29</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>38,22</b>	<b>44,56</b>	<b>183,72</b>	<b>1255,92</b>	<b>0,88</b>	<b>29,13</b>	<b>452,34</b>	<b>750,56</b>	<b>477,8</b>	<b>88,19</b>	<b>6,37</b>		

**Итого по неделям**

Итого	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
<b>Среднее. Неделя: 1</b>	<b>39,21</b>	<b>42,33</b>	<b>183,23</b>	<b>1265,62</b>
<b>Среднее. Неделя: 2</b>	<b>38,92</b>	<b>42,97</b>	<b>183,61</b>	<b>1273,09</b>
<b>Все</b>	<b>78,13</b>	<b>85,30</b>	<b>366,84</b>	<b>2538,71</b>

## ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)			
	Итого				B1	C	A (рет. экв/сут)	Ca	P	Mg	Fe
	Б	Ж	У								
Итого за период	390,65	426,52	1834,22	12693,53	7,99	434,26	4326,47	6939,83	6510,39	1473	88,76
Среднее значение за период	39,07	42,65	183,42	1269,35	0,8	43,43	432,65	693,98	651,04	147,3	8,88
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	12	30	58								
Сбалансированность	1	1	4								

## СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Уплотненный полдник	Обед	Завтрак II	Завтрак
1-3 года	436	589	152	386

## ПРИ СОСТАВЛЕНИИ МЕНЮ ИСПОЛЬЗОВАЛАСЬ СЛЕДУЮЩАЯ ЛИТЕРАТУРА :

1. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. - Москва.: Дели плюс, 2017. - 544 с.
2. Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания. - Уфа 2021. - 233 с.
3. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/ Под ред. А.А. Тутельяна и Д.Б. Никитюка. - М.: ТД Дели, 2022. - 245с.
4. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4 классов в общеобразовательных организациях: Пособие. - М.: Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2022.-275с.
5. Реестр технологических карт Управления социального питания, 2024 год.

**Допускается замена одного вида пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом её пищевой ценности (СанПИН 2.3/2.4.3590-20 п.8.1.4.)**

**Для предотвращения размножения патогенных микроорганизмов готовые блюда должны быть реализованы не позднее 2 часов с момента изготовления (СанПИН 2.3/2.4.3590-20 п.8.1.2.8)**