

«Согласованно»

Заведующий МБДОУ «Тополек» с. Нугуш

Игорь О.А. Игорю О.А.

2024 20 24 г.



Бикташева С.В.

Бикташева С.В.

2024 20 24 г.

**Примерное весеннее - летнее 2-х недельное меню для
детей возрастных категорий от 1,5 до 3 лет**



Кроме вернее

Приложение № 2 к Контракту/ Приложение №9 к описанию объекта закупки
Примерное десятидневное меню на 2024 год

от 1 до 3 лет (если)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 1							
завтрак:	Каша гречневая вязкая (с сахаром)	133	4,1	4,21	18,15	126,53	182/м
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	411/м
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	32	3,58	1,38	21,05	111,05	ТТК
	Масло (порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33	6/м
итого за завтрак		350	7,78	9,24	49,26	310,58	
второй завтрак	Компот из смеси сухофруктов	100	0,22	0	13,88	56,5	399/м
итого за второй завтрак		100	0,22	0	13,88	56,5	
обед	Икра морковная	30	0,66	1,38	3,26	28,11	46/м
	Борщ с капустой и картофелем (сметана прокипяч)	153	1	2,9	7	58	53/п 2014
	Котлеты, биточки, шинцели с томатным соусом	70	8,19	6,59	9,36	130,19	282/м
	Макаронные изделия отварные	112	4	2,87	24,07	140,55	317/м
	Компот из свежих плодов (яблок)	150	0,12	0,12	17,9	73,2	301/п
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	ТТК
	Хлеб пшенично-ржаной	25	2,81	0,45	16,06	79,25	ТТК
итого за обед		560	18,38	14,65	90,25	571,7	
уплотненный полдник	Каша пшеница молочная жидкая (130/3 масло сл)	133	4,84	5,7	22,8	161,5	187/п14
	Чай с сахаром	150	0,07		6,8	26	266/п14
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	ТТК
итого за уплотненный полдник		303	6,51	6,04	42,2	249,9	
итого за день		1313	32,89	29,93	195,59	1188,68	

85,04% выполнения энергетической ценности от суточной нормы

Справочно



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 2							
завтрак:	Каша овсяная "Теркулесовая" молочная жидкая	133		5,01	6,22	20,99	185/п2014
	Чай с сахаром	180		0,06	0,02	9,99	411/м
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	29					
	Сыр (порциями)	8		3,25	1,26	19,08	100,63
итого за завтрак		350		10,42	9,66	50,06	327,6
второй завтрак	Кефир (100/3сахар)	103		2,9	2,5	4	50
итого за второй завтрак		103		2,9	2,5	4	50
обед	Свекла отварная	30		0,53	0,07	2,87	14
	Суп картофельный с лапшой домашней	150		1,7	1,65	10,7	66
	Плов из птицы (курицы)	160		15,14	19,63	25,28	341,3
	Компот из смеси сухофруктов	150		0,33	0,015	20,83	84,75
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	20		1,6	0,34	12,6	62,4
	Хлеб пшенично-ржаной	25		2,81	0,45	16,06	79,25
итого за обед		535		22,11	22,155	88,34	647,7
улотненный полдник	Омлет натуральный	130		11,5	20,58	2,3	240,11
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	20		1,6	0,34	12,6	62,4
	Чай с сахаром	150		0,07		6,8	26
итого за улотненный полдник		300		13,17	20,92	21,7	328,51
итого за день		1288		48,6	55,235	164,1	1353,81

92,74% выполнения энергетической ценности от суточной нормы



Уршата Берма

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 3							
завтрак:	Суп молочный с мак. изд (вермишель)	150	4,31	3,91	14,13	108,9	93/м
	Какао с молоком	180	3,68	3,15	15,72	90,98	397/м
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшени.	15	1,68	0,65	9,87	52,05	т/к
	Масло (порция)	5	0,04	3,63	0,07	33	6/м
итого за завтрак		350	9,71	11,34	39,79	284,93	
второй завтрак	Компот из смеси сухофруктов	100	0,22	0	13,88	56,5	399/м
итого за второй завтрак		100	0,22	0	13,88	56,5	
обед	Салат "Здоровье"	30	0,45	1,53	2,16	24	48/п14
	Рассольник Ленинградский на мясном бульоне (мелкошинкованный)	153	1,67	1,97	7,68	55,2	74/м
	Гуляш из отварной говядины	60	5,14	6,2	1,98	94,71	277/м
	Пюре гороховое	110	10,75	3,73	24,24	175,53	160/п2014
	Компот из свежих плодов (яблок)	150	0,12	0,12	17,9	73,2	301/п
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	т/к
	Хлеб пшенично-ржаной	25	2,81	0,45	16,06	79,25	т/к
итого за обед		548	22,54	14,34	82,62	564,29	
уплотненный полдник	Каша пшеничная молочная жидкая	133	4,83	5,18	23,66	156,32	176/п2014
	Чай с сахаром	150	0,07		6,8	26	266/п14
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	т/к
итого за уплотненный полдник		303	6,5	5,52	43,06	244,72	
итого за день		1301	16,43	31,2	179,35	1150,44	

82,17% выполнения энергетической потребности от суточной нормы



Хроме Верно

Прием пищи	Наименование блюда	Пищевые вещества (г)			Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)			№ рецептуры
		Б	Ж	У		Б	Ж	У	
День 5									
	Каша пшеничная молочная жидкая	133	4,83	5,18		23,66			188/п2014
	Кофейный напиток на молоке	180	2,84	2,41		14,36			395/м
	Масло (порциями)	5	0,04	3,63		0,07			6/м
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	32	3,58	1,38		21,05			ТТК
итого за завтрак		350	11,29	12,6		59,14			391,37
второй завтрак	Молоко кипяченое	100	2,8	3,2		4,7			400/м
итого за второй завтрак		100	2,8	3,2		4,7			61
обед	Салат из картофеля с зеленым горошком	30	0,59	2,65		3			38,77
	Щи из свежей капусты с картофелем	153	1,1	3,2		4,9			53,22
	Котлеты из птицы с томатным соусом	70	7,91	9,63		8,96			151,84
	Макаронные изделия отварные	112	4	2,87		24,07			140,55
	Чай с лимоном и сахаром	150	0,07	0,01		7,1			29
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	20	1,6	0,34		12,6			62,4
	Хлеб пшенично-ржаной	25	2,81	0,45		16,06			79,25
итого за обед		560	18,08	19,15		76,69			555,03
уплотненный полдник	Суп молочный с мак. изд (вермишель)	150	4,31	3,91		14,13			108,9
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	20	1,6	0,34		12,6			62,4
	Чай с сахаром	150	0,07			6,8			26
итого за уплотненный полдник		320	5,98	4,25		33,53			197,3
итого за день		1330	88,15	39,2		174,06			1204,7

81,59% выполнения энергетической ценности от суточной нормы



С. Ю. Бермет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 6							
завтрак:	Каша вязкая изюмом (рисовая)	133	4,01	4,27	29,05	173,82	176/м
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	411/м
	Масло (порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33	6/м
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшени.	32	3,58	1,38	21,05	111,05	ТТК
итого за завтрак		350	7,69	9,3	60,16	357,87	
второй завтрак	Компот из смеси сухофруктов	100	0,22	0	13,88	56,5	399/м
итого за второй завтрак		100	0,22	0	13,88	56,5	
обед	Икра морковная	30	0,66	1,38	3,26	28,11	46/м
	Суп из овощей	150	1,08	2,33	6,08	50	65/м11
	Тефтели из говядины с томатным соусом	70	8	12	10	185	99/м2014
	Каша гречневая рассыпчатая	110	6,14	1,79	25,4	144,56	164/м2014
	Компот из свежих плодов (яблок)	150	0,12	0,12	17,9	73,2	301/м
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	ТТК
	Хлеб пшенично-ржаной	25	2,81	0,45	16,06	79,25	ТТК
итого за обед		555	20,41	18,41	91,3	622,52	
уплотненный полдник	Макароны запеченные с сыром	130	5,98	5,9	24,99	177,17	207/м
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	ТТК
	Чай с сахаром	150	0,07		6,8	26	266/м14
итого за уплотненный полдник		300	7,65	6,24	44,39	265,57	
	итого за день	1305	35,97	33,95	209,73	1302,46	



Промисел

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 7							
завтрак:	Каша пшеничная молочная жидкая	133	4,84	5,7	22,8	161,5	187/п14
	Кофейный напиток на молоке	180	2,84	2,41	14,36	91	395/м
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	22	2,46	0,95	14,48	76,34	тпк
	Сыр порционными	8	2,1	2,16	0	27,2	
итого за завтрак		343	12,24	11,22	51,64	356,04	
второй завтрак	Кефир (100/Сахар)	103	2,9	2,5	4	50	262/п2014
итого за второй завтрак		103	2,9	2,5	4	50	
обед	Салат "Здоровье"	30	0,45	1,53	2,16	24	48/п14
	Суп картофельный с лапшой домашней	150	1,7	1,65	10,7	66	63/п2014
	Рагу овощное с мясом птицы (куры, индейка)	180	14,63	19,48	14,51	292,75	Тпк Уфа 2017
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,33	0,015	20,83	84,75	376/м
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	тпк
	Хлеб пшенично-ржаной	25	2,81	0,45	16,06	79,25	тпк
итого за обед		555	21,52	23,465	76,86	609,15	
успокоительный полдник	Каша пшеничная молочная жидкая	133	4,83	5,18	23,66	156,32	176/п2014
	Чай с сахаром	150	0,07		6,8	26	266/п14
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	тпк
итого за успокоительный полдник		303	6,5	5,52	43,06	244,72	
	итого за день	1343	43,16	42,705	175,56	1259,91	

89,0% - соответствие энергетической ценности от суточной нормы



Грочнев В.В.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 10							
завтрак:	Каша молочная "Дружба"	133	4,1	5,3	21,68	150,27	189/п14
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	411/м
	Масло (порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33	6/м
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшени.	32	3,58	1,38	21,05	111,05	тк
итого за завтрак		350	7,78	10,33	52,79	334,32	
второй завтрак	Молоко кипяченое	100	2,8	3,2	4,7	61	400/м
итого за второй завтрак		100	2,8	3,2	4,7	61	
обед	Салат из картофеля с зеленым горошком	30	0,59	2,65	3	38,77	25/м
	Свекольник	153	1,38	3,32	9	71,35	11/п11
	Котлеты из птицы с томатным соусом	70	7,91	9,63	8,96	151,84	128/п2014
	Макаронные изделия отварные	112	4	2,87	24,07	140,55	317/м
	Компот из свежих плодов	150	0,12	0,12	17,91	73,2	301/п
	Хлеб пшеничный витаминиз. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	тк
	Хлеб пшенично-ржаной	25	2,81	0,45	16,06	79,25	тк
итого за обед		560	18,41	19,38	91,6	617,36	
уплотненный полдник	Капуста тушеная	130	2,56	4,82	12,34	102,7	132/м
	Чай с сахаром	150	0,07	0,07	6,8	26	266/п14
	Хлеб пшеничный витаминиз. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	тк
итого за уплотненный полдник		300	4,23	5,16	31,74	191,1	
итого за день		1310	33,22	38,07	180,83	1203,78	

84,85% выполнения энергетической ценности от суточной нормы

85,78 % всего за 10 дней среднее выполнение энергетической ценности

При разработке примерного меню были использованы:

1. Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна 2014г.

2. Сборник технических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий, Пермь 2008г.

3. Сборник Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий, Пермь 2008г.

4. Примерное меню разработано инженером-технологом МКУ Управление образования (Амбаров Г.Р.) с учетом производственных условий и затрат, направленных на выполнение утвержденного размера стоимости питания на одного воспитанника в день и в соответствии с постановлением МР Мелеузовский район РБ № 1819 от 25.12.2020года.



А.Р. Бериев