

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 1 С.МЕСЯУТОВО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
ДУВАНСКИЙ РАЙОН РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН**



СОГЛАСОВАНО
ЗАВЕДУЮЩИЙ МЕДОУЧРЕЖДЕНИЕМ Д/С №1
С. МЕСЯУТОВО

СЕМЁНОВА О.А.
ПРИКАЗ № _____

« 01 » _____ 2023 г.

ПРИМЕРНОЕ

**10 – ДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД ДЛЯ ДЕТЕЙ
С ДНЕВНЫМ 10,5 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ / ОТ 3 ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ
СанПин 2.3/2.4.3590-20**

**СЕЗОН: ВЕСНА - ЛЕТО
(с 1 марта по 31 августа)**

ПРИЕМ ПИЩИ	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЕС БЛЮДА	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА С 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ			энергит. ценность	ВЕС БЛЮДА	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА С 3 ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ			энергит. ценность	№ РЕЦЕП ТУРЫ
			Б	Ж	У			Б	Ж	У		
Неделя 1 День 1	ЗАВТРАК Каша пшениная молочная жидкая	150\5	5,60	6,60	26,40	187,00	180\5	6,66	7,92	31,59	225,00	№187
	Чай с сахаром	160,00	0,08	0,0	7,27	28,00	180,00	0,09	00	8,20	31,50	ТТК№312
	Бутерброд с маслом	30\5	2,49	4,04	15,97	110,45	30\5	2,49	4,04	15,97	110,45	№1(a)
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:	350,00	8,17	10,64	49,64	325,45	400,00	9,24	11,96	55,76	366,95	
	Второй завтрак: Яблоко	100,00	0,60	0,60	14,70	70,5	100,00	0,60	0,60	14,70	70,50	№11.29сб
	ИТОГО:	100,00	0,60	0,60	14,70	70,5	100,00	0,60	0,60	14,70	70,50	М.А.Самс
	ОБЕД Салат «Студенческий»	30,00	1,4	4,7	2,5	58,0	40,00	1,4	4,7	2,5	58,0	№38
	Суп картофельный с бобовыми и гречками	140/10	4,50	2,60	17,70	114,00	180/13	5,49	3,15	21,42	137,70	№60
	Рагу овощное с мясом	110,00	9,46	10,12	5,25	159,06	150,00	13,10	15,50	13,30	246,20	ТТК №17
	Кисель плодово-ягодный	130,00	0,09	0,09	17,70	69,75	170,00	0,09	0,09	21,24	83,70	№648
	Хлеб пшеничный с витаминами											№18
	ИТОГО ЗА ОБЕД:	30,00	2,83	0,49	18,58	90,30	47,00	3,84	0,66	25,22	122,55	№1,1
	ПОЛДНИК Булочка сдобная	450,00	18,28	18,0	61,76	491,11	600,00	23,92	24,1	83,68	648,15	
	Кофейный напиток на молоке	50,00	3,90	4,30	26,30	159,00	70,00	5,50	6,00	36,80	223,00	№85
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК:	150,00	2,10	1,70	11,00	66,00	180,00	3,40	3,10	10,08	82,00	ТТК14
	ИТОГО ЗА ПЕРВЫЙ ДЕНЬ:	200,00	6,00	6,00	37,30	225,00	250,00	8,90	9,10	46,88	305,00	сб,сб школьн.
	Вит. С ежедневно в 3 блюда из расчета: до 3 лет – 35 мг. от 3 до 7 лет – 50 мг	1100,00	33,05	35,24	163,40	1112,06	1350,00	42,66	45,76	201,38	1389,70	1997г 2004 г

ПРИЕМ ПИЩИ	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЕС БЛЮДА	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА С 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ			энергит. ценность	ВЕС БЛЮДА	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА С 3 ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ			энергит. ценность	№ РЕЦЕПТУРЫ
			Б	Ж	У			Б	Ж	У		
День 2	ЗАВТРАК											
	Суп молочный с	150,00	3,30	3,10	11,90	89,00	190,00	3,96	3,78	14,31	107,10	№160
	макаронными изделиями											
	Какао с молоком	170,00	3,06	2,80	11,62	83,30	180,00	3,24	2,97	12,30	88,20	ТТК№15
	Хлеб пшеничный с	30,0	2,43	0,42	15,93	77,40	30,0	2,43	0,42	15,93	77,40	№1(a)
	витаминами											
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:	350,00	8,79	6,32	39,45	249,7	400,00	9,63	7,17	42,54	272,7	
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК:											№268
	Нектар	100,00	0,60	00	17,30	70,50	100,00	0,60	00	17,30	70,50	
	ИТОГО:	100,00	0,60	00	17,30	70,50	100,00	0,60	00	17,30	70,50	№29
	ОБЕД											№63
	Салат «Здоровье»	30,00	0,40	1,50	2,10	34,00	40,00	0,60	2,00	2,90	32,00	№492
	Суп - лапша домашняя	140,00	1,70	2,60	7,90	72,00	180,00	1,90	3,06	8,37	77,01	№639 (3)
	Плов из курицы	110,00	14,12	14,65	20,90	247,10	150,00	17,65	18,31	26,12	339,60	
	Компот из смеси	140,00	0,30	0,07	23,40	90,75	180,00	0,40	0,09	28,08	180,90	№1,1
	сухофруктов											
	Хлеб пшеничный с	30,00	2,83	0,49	18,58	90,30	50,00	3,84	0,66	25,22	122,55	
	витаминами											
	ИТОГО ЗА ОБЕД:	450,00	19,35	19,31	72,88	534,15	600,00	24,39	24,12	90,69	752,15	№288(2)
	ПОЛДНИК											
	Драчена	50,00	3,04	6,90	2,60	95,00	80,00	8,71	11,00	4,20	151,00	ТТК№312
	Чай с сахаром	140,00	0,07	0,0	6,80	26,25	150,00	0,07	0,0	6,8	26,25	см.
	Хлеб пшен.с витаминами	10,00	0,81	0,14	5,31	77,40	20,00	1,62	0,28	10,62	77,40	сборн
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК:	200,00	3,92	7,04	14,71	195,65	250,00	10,04	11,28	21,62	254,65	школьному
	ИТОГО ЗА ВТОРОЙ	1100,00	32,66	32,67	144,34	1050,00	1350,00	45,02	42,57	172,15	1350,00	2004г.
	ДЕНЬ:											2010г.
	Вит. С ежедневно в 3 блюда из											
	расчета: до 3 лет – 35 мг от 3											
	до 7 лет – 50 мг.											

ПРИЕМ ПИЩИ	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЕС БЛЮДА	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА С 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ			энергит. ценность	ВЕС БЛЮДА	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА С 3 ЛЕТ ДО 7			энергит. ценность	№ РЕЦЕПТУРЫ
			Б	Ж	У			Б	Ж	У		
День 3	ЗАВТРАК											
	Каша пшеничная	150\5	5,60	6,00	27,40	181,00	180\5	6,66	7,20	32,85	216,90	№188
	молочная жидкая											
	Чай с сахаром	160,00	0,08	0,0	7,25	28,00	180,00	0,09	0,0	8,20	31,5	ТТК№312
	Бутерброд с маслом											
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:	30\5	2,49	4,04	15,97	110,45	30\5	2,49	4,04	15,97	110,45	№1(a)
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК:	350,00	8,17	10,04	50,62	319,45	400,00	9,24	11,24	57,02	358,85	№11.29сб.
	Яблоко	100,00	0,60	0,60	14,70	70,50	100,00	0,60	0,60	14,70	70,50	№11.29сб.
	ИТОГО:	100,00	0,60	0,60	14,70	70,5	100,00	0,60	0,60	14,70	70,50	М.А.Самсон
	О Б Е Д											ОВ
	Салат из белок.капусты	30,00	0,61	1,35	3,07	27,00	50,00	1,08	2,25	5,16	45,00	№5
	Свекольник	150,00	1,20	3,10	8,20	66,00	180,00	1,40	3,70	9,20	78,00	№65
	Жаркое по-домашнему	30\70	10,10	10,62	9,97	175,92	45\105	15,15	15,93	14,95	263,88	№436
	Компот из смеси сухофруктов	140,00	0,30	0,07	23,40	90,75	180,00	0,40	0,09	28,08	108,90	№639\3
	Хлеб пшен.обогашенный витаминами для детского питания	30,00	2,83	0,49	18,58	90,30	40,00	3,84	0,66	25,22	122,55	№1,1
	ИТОГО ЗА ОБЕД:	450,00	15,04	15,63	63,22	449,97	600,00	21,87	22,63	82,61	618,33	
	П О Л Д Н И К											
	Душмаки с творогом	50,00	7,90	6,0	14,4	144,00	70,00	11,80	9,10	21,60	215,00	№81
	Кофейный напиток на молоке	150,00	2,10	1,70	11,00	66,00	180,00	3,40	3,10	10,08	82,00	ТТК14
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК:	200,00	10,00	7,70	25,40	210,00	250,00	15,20	12,20	32,40	297,00	см. сборн.
	ИТОГО ЗА ТРЕТИЙ	1100,00	33,81	33,97	153,94	1049,92	1350,00	46,91	46,67	186,73	1344,68	школьн2004
	ДЕНЬ:											Г.
	Вит. С ежедневно в 3 блюда из расчета: до 3 лет – 35 мг. от 3 до 7 лет – 50 мг.											сборник 1997г

ПРИЕМ ПИЩИ	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЕС БЛЮДА	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА С 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ			энергит. ценность	ВЕС БЛЮДА	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА С 3 ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ			энергит. ценность	№ РЕЦЕПТУРЫ
			Б	Ж	У			Б	Ж	У		
День 4	ЗАВТРАК	150,4	3,8	6,10	22,7	161,00	180,4	4,5	7,38	27,27	193,50	№186
	Каша рисовая											
	Молочная жидкая	160,00	0,08	00	7,25	28,00	180,00	0,09	00	8,20	31,50	ТТК№312
	Чай с сахаром	26,00	2,43	0,42	15,93	77,40	26,00	2,43	0,42	15,93	77,40	№1,1
	Хлеб пшен. обогащенный	10,00	0,80	1,00	7,40	42,00	10,00	0,80	1,00	7,40	42,00	
	Печенье	350,00	6,31	7,52	53,28	308,40	400,00	7,82	8,8	58,80	344,40	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:	100,00	0,60	00	17,30	70,50	100,00	0,60	00	17,30	70,50	
	Нектар	100,00	0,60	00	17,30	70,50	100,00	0,60	00	17,30	70,50	№268
	ИТОГО:											
	О Б Е Д											
	Салат из свежеты с	30,00	0,37	1,70	3,60	30,70	40,00	0,50	2,30	4,80	41,00	№25
	изюмом											
	Суп крестьянский с	130,5	1,30	3,40	7,50	66,00	170,00	1,50	4,30	8,90	81,00	№62
	крупой											
	Котлета «Здоровье»	30,0	7,5	6,13	4,0	101,22	50,0	10,5	8,57	5,6	141,71	№163
	Макаронные изделия	100,00	4,26	2,89	27,18	151,54	120,00	5,04	3,49	32,13	180,23	№332
	отварные с маслом											
	Кисель плодово-ягодный	130,00	0,09	0,09	17,70	69,75	180,00	0,09	0,09	21,24	83,70	№648
	Хлеб пшеничный с	25,00	2,83	0,49	18,58	90,30	40,00	3,84	0,66	25,22	122,55	№1,1
	витаминами											
	ИТОГО ЗА ОБЕД:	450,00	16,35	14,70	78,56	509,51	600,00	21,47	19,41	97,89	650,19	
	П О Л Д Н И К											
	Сырники из творога	60/10	15,50	9,80	14,40	209,0	90/10	19,50	12,40	19,30	269,00	№358
	Чай с сахаром	130,00	0,0	0,0	6,80	26,25	150,00	0,09	0,0	8,20	31,50	ТТК№312
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК:	200,00	15,50	9,80	21,20	235,25	250,00	19,50	12,40	27,50	300,5	см.
	ИТОГО ЗА ЧЕТВЕРТЫЙ											сборн.
	ДЕНЬ:											школьный
	Вит.С ежедневно в 3 блюдо из											2004г. 1996г.
	расчета: до 3 лет-35 мг											
	от 3 до 7 лет-50 мг	1100,00	38,76	32,02	170,34	1123,26	1350,00	49,39	40,61	201,49	1365,59	

ПРИЕМ ПИЩИ	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЕС БЛЮДА	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА С 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ			энергит. ценность	ВЕС БЛЮДА	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА С 3 ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ			энергит. ценность	№ РЕЦЕПТУРЫ
			Б	Ж	У			Б	Ж	У		
День 5	ЗАВТРАК											
	Каша манная молочная жидкая	150\5	3,80	5,90	17,60	138,00	180\5	4,50	7,02	21,06	165,60	№183
	Чай с сахаром	150,00	0,07	0,00	6,80	26,25	170,00	0,09	0,09	8,20	31,50	ТТК№312
	Бутерброд с маслом	30\5	2,49	4,04	15,97	110,45	30\5	2,49	4,04	15,97	110,45	№1(а)
	Печенье	10,0	0,80	1,00	7,40	42,00	10,00	1,60	2,00	14,80	84,00	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:	350,00	7,16	10,94	47,77	316,70	400,00	8,68	13,15	60,03	391,55	
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК:											
	Яблоко	100,00	0,60	0,60	14,70	70,50	100,00	0,60	0,60	14,70	70,50	№11,29
	ИТОГО:	100,00	0,60	0,60	14,70	70,50	100,00	0,60	0,60	14,70	70,50	
	ОБЕД											
	Винегрет овощной	30,00	0,54	2,46	3,38	37,92	40,00	0,68	3,08	4,22	47,40	№41
	Суп картофельный с макаронными изделиями	130,00	1,60	1,5	11,3	67,00	170,00	1,50	4,30	8,90	81,00	№56
	Суфле рыбное	30\3	8,60	6,30	1,60	78,30	50\3	12,10	8,90	2,20	137,0	№208
	Картофельное пюре с маслом	100,00	2,42	3,73	16,19	108,30	110,00	2,86	4,44	19,15	128,33	№520 (3)
	Компот из смеси сухофр.	130,00	0,30	0,07	23,40	90,75	180,00	0,40	0,09	28,08	108,90	№639(3)
	Хлеб пшеничный с витаминами	27,00	2,83	0,49	18,58	90,30	47,00	3,84	0,66	25,22	122,55	№1,1
	ИТОГО ЗА ОБЕД:	450,00	16,29	14,55	74,45	472,57	600,00	21,38	21,47	87,77	625,18	
	ПОЛДНИК											
	Шанежка наливная	50,00	4,00	3,70	24,10	147,00	70,00	4,60	4,30	28,10	171,00	№117
	Какао с молоком	150,00	3,24	2,47	10,27	73,50	180,00	3,24	2,97	12,30	88,20	ТТК15
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК:	200,00	7,24	6,17	34,37	220,50	250,00	7,84	7,27	40,40	259,20	
	Итого за пятый день:	1100,00	31,29	32,26	171,29	1080,27	1350,00	38,50	42,49	202,90	1346,43	
	Вит.С ежедневно в 3 блюда из расчета: до 3 лет - 35 мг. от 3 до 7 лет – 50 мг.											

ПРИЕМ ПИЩИ	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЕС БЛЮДА	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА С 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ			энергит. ценность	ВЕС БЛЮДА	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА С 3 ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ			энергит. ценность	№ РЕЦЕПТУР bl
			Б	Ж	У			Б	Ж	У		
День 6	ЗАВТРАК Каша молочная «Дружба» Чай с сахаром Бутерброд с маслом ИТОГО ЗА ЗАВТРАК: ВТОРОЙ ЗАВТРАК: Нектар персиковый Итого : ОБЕД Морковь отварная Рассольник домашний Тефтели мясные Макаронные изделия отварные Кисель плодово-ягодный Кисель «Шиповниковый» Хлеб пшеничный с витаминами ИТОГО ЗА ОБЕД:	150/5 160,00 30/5 350,00 100,00 100,00 30,00 130,00 40,00 100,00 120,00 30,00 450,00	4,60 0,08 2,49 7,17 0,60 0,60 0,50 1,30 7,36 4,26 0,09 2,83 16,34	6,40 0,00 4,04 10,44 00 00 0,04 3,00 5,2 2,89 0,09 0,49 11,71	24,30 7,25 15,97 47,53 17,30 17,30 2,20 8,20 8,58 27,18 17,70 18,58 82,44	174,00 28,00 110,45 312,45 70,50 70,50 11,00 66,00 110,83 151,54 69,75 90,30 499,42	180/5 180,00 30/5 400,00 100,00 100,00 40,00 180,00 50,00 120,00 170,00 40,00 600,00	5,67 0,09 2,49 8,25 0,60 0,60 0,58 1,56 10,3 5,04 0,10 3,84 21,42	7,29 0,00 4,04 11,33 00 000 0,05 3,6 7,28 3,49 0,10 0,66 15,18	32,40 8,20 15,97 56,57 17,30 17,30 2,8 9,84 12,01 32,13 23,60 25,22 105,6	208,80 31,50 110,45 350,75 70,50 70,50 14,0 79,20 155,16 180,23 93,00 122,55 644,14	№189 №312 №1 №268 №15 №54 №18 №332 №648 №18 №1,1
	ПОЛДНИК Омлет натуральный Какао с молоком Хлеб пшен.обогашенный витаминами для детского питания ИТОГО ЗА ПОЛДНИК: ИТОГО ЗА СЕДЬМОЙ ДЕНЬ: Вит. С ежедневно в 3 блюда из расчета: до 3 лет — 35 мг. от 3 до 7 лет — 50 мг.	50,00 140,00 10,00 200,00 1100,00	4,80 3,24 1,62 7,51 31,62	7,90 2,47 0,28 10,66 32,81	0,91 10,27 10,62 18,41 165,68	94,10 73,5 51,60 219,20 1101,57	60,00 180,00 10,00 250,00 1350,00	7,70 3,88 1,62 11,22 40,89	12,20 2,97 0,28 15,11 41,62	1,42 12,30 10,62 28,72 208,19	146,60 88,20 51,60 286,40 1094,11	№340 ТТК15 №1,1

ПРИПИСИ	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ЮДА	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА С 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ			энергит. ценность	ВЕС БЛЮДА	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА С 3 ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ			энергит. ценность	№ РЕЦЕПТУРЫ
			Б	Ж	У			Б	Ж	У		
Неделя 2 День 7	ЗАВТРАК											
	Каша гречневая	130\5	5,9	5,81	24,09	173,33	180\5	8,10	8,10	33,30	239,40	№174
	Молочная вязкая											
	Чай с сахаром	180,00	0,07	00	6,80	26,25	180,00	0,09	00	8,20	31,50	ТТК№312
	Бутерброд с маслом	30\5	2,49	4,04	15,97	110,45	30\5	2,49	4,04	15,97	110,45	№1(a)
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:	350,00	8,46	9,85	46,86	310,03	400,00	10,68	12,14	57,47	381,35	
	Яблоко	100,00	0,60	00	14,70	70,50	100,00	0,60	00	14,70	70,50	№
	ИТОГО:	100,00	0,60	00	14,70	70,5	100,00	0,60	00	14,70	70,50	
	ОБЕД											
	Салат «Школьный»	30,00	0,45	2,20	2,00	30,00	40,00	0,60	3,00	2,70	40,00	№27
	Суп картофельный с крупой	130,00	1,7	1,7	10,7	68,00	170,00	1,92	1,80	13,92	81,60	№58
	Биточки рыбные	40,00	8,10	5,70	6,90	112,00	60,00	11,32	8,05	9,56	156,4	№451
	Картофельное пюре с маслом	100,00	2,42	3,73	16,19	108,30	120,00	2,86	4,44	19,15	128,33	№520(3)
	Компот из смеси сухофруктов	130,00	0,30	0,07	23,40	90,75	170,00	0,40	0,09	28,08	108,90	№639(3)
	Хлеб пшен.с витаминами	20,00	2,83	0,49	18,58	90,30	40,00	3,84	0,66	25,22	122,55	№1,1
	ИТОГО ЗА ОБЕД:	450,00	15,80	13,89	77,77	499,35	600,00	20,94	18,04	98,63	637,78	
	ПОЛДНИК											
	Гребешок с повидлом	60,00	4,54	4,07	25,30	157,11	70,00	5,30	4,75	29,50	183,30	№417
	Кофейный напиток на молоке	140,00	2,80	2,60	8,40	68,40	180,00	3,40	3,10	10,08	82,00	ТТК№14 см.
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК:	200,00	7,34	6,67	33,70	225,51	250,00	8,70	7,85	39,58	265,30	
	ИТОГО ЗА ШЕСТОЙ ДЕНЬ:	1100,00	32,2	30,41	173,03	1105,39	1350,00	40,92	38,03	210,38	1354,93	
Вит.С ежедневно в 3 блюда из расчета: до 3 лет – 35 мг. от 3 до 7 лет – 50 мг.												

ПРИЕМ ПИЩИ	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЕС БЛЮДА	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА С 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ			энергит. ценность	ВЕС БЛЮДА	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА С 3 ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ			энергит. ценность	№ РЕЦЕПТУРЫ
			Б	Ж	У			Б	Ж	У		
День 8	ЗАВТРАК											
	Суп молочный с крупой	150,00	3,30	3,10	12,30	90,00	180,00	3,96	3,69	14,76	108,00	№73
	Чай с сахаром	150,00	0,07	0,00	6,80	26,25	170,00	0,09	0,00	8,20	31,50	ТТК№312
	Бутерброд с маслом	30\5	2,49	4,04	15,97	110,45	30\5	2,49	4,04	15,97	110,45	№1(a)
	Печенье	15,00	1,2	1,5	11,1	63,00	15,00	1,60	2,00	14,80	84,00	№
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:	350,00	7,06	8,64	46,17	289,70	400,00	8,14	9,73	53,73	333,95	
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК:											
	Нектар	100,00	0,60	00	17,30	70,50	100,00	0,60	00	17,30	70,50	№268
	ИТОГО:	100,00	0,60	00	17,30	70,50	100,00	0,60	00	17,30	70,50	
	ОБЕД											
	Салат из белок. капусты	30,00	0,61	1,35	3,07	27,00	40,00	1,08	2,25	5,16	45,00	№5
	Суп картофельный с	130,00	1,70	1,70	10,70	66,00	170,00	2,07	1,20	12,90	79,00	№57
	лапшой домашней											
	Котлеты рубленные из	30,00	8,00	8,62	5,23	130,18	50,00	11,21	12,00	7,31	182,25	№205
	птицы											
	Картофельное пюре с	100,00	2,42	3,73	16,19	108,30	120,00	2,86	4,44	19,15	128,33	№520(3)
	маслом											
	Кисель плодово-ягодный	130,00	0,09	0,09	17,70	69,75	180,00	0,09	0,09	21,24	83,70	№648
	Хлеб пшеничный с	30,00	2,83	0,49	18,58	90,30	40,0	3,84	0,66	25,22	122,55	№1,1
	витаминами											
	ИТОГО ЗА ОБЕД:	450,00	15,65	15,98	71,47	491,53	600,00	21,15	20,64	90,98	640,83	
	ПОЛДНИК											
	Булочка «Веснушка»	50,00	3,90	2,70	26,80	149,00	70,00	5,50	3,90	37,60	208,00	№773
	Кофейный напиток на	150,00	2,80	2,60	8,40	68,40	180,00	3,40	3,10	10,08	82,00	ТТК14
	молоке	200,00	6,70	5,30	35,20	217,40	250,00	8,90	7,00	47,68	290,00	см. сбор.
	Итого за полдник:	1100,00	30,01	29,92	170,14	1069,13	1350,00	38,79	37,37	209,69	1335,28	школьн
	Итого за восьмой день:											2004г.
	Вит. С ежедневно в 3 блюда из											
	расчета: до 3 лет – 35 мг.											
	от 3 до 7 лет – 50 мг.											

8

ПРИЕМ ПИЩИ	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЕС БЛЮДА	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА С 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ			энергит. ценность	ВЕС БЛЮДА	ПИЩЕВЫЕ ЦЕННОСТИ С 3 ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ			энергит. ценность	№ РЕЦЕПТУРЫ
			Б	Ж	У			Б	Ж	У		
День 9	ЗАВТРАК											
	Каша манная молочная жидкая	150\5	3,80	5,90	17,60	138,00	180\5	4,50	7,02	21,06	165,60	№183
	Чай с сахаром	160,00	0,08	0,00	7,25	28,0	180,00	0,10	0,0	9,10	35,00	ТТК№312
	Бутерброд с маслом	30\5	2,49	4,04	15,97	110,45	30\5	2,49	4,04	15,97	110,45	№1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:	350,00	6,37	9,94	40,82	276,45	400,00	7,09	11,06	46,13	311,05	
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК:											
	Яблоко	100,00	0,60	0,60	14,70	70,50	100,00	0,60	0,60	14,70	70,50	№11.29
	ИТОГО:	100,00	0,60	0,60	14,70	70,50	100,00	0,60	0,60	14,70	70,50	
	ОБЕД											
	Свекла отварная	30,00	0,45	00	2,17	10,50	40,00	0,53	0,06	2,66	14,00	№16
	Щи из свежей капусты с картофелем	140,00	1,10	3,30	5,00	55,00	180,00	1,30	4,00	6,10	66,00	№50
	Плов из говядины	110,00	14,12	14,65	20,90	271,68	150,00	17,65	18,31	26,12	339,60	№443
	Компот из смеси сухофр.	140,00	0,30	0,07	23,40	90,75	180,00	0,40	0,09	28,08	108,90	№639(3)
	Хлеб пшеничный с витаминами	30,00	2,83	0,49	18,58	90,30	50,00	3,84	0,66	25,22	122,55	№1,1
	ИТОГО ЗА ОБЕД:	450,00	18,80	18,51	70,05	518,23	600,00	23,72	23,12	88,18	651,05	
	ПОЛДНИК											
	Сырники из творога	80\10	15,50	9,80	14,40	209,00	90\10	19,50	12,40	19,30	291,15	№358
	Чай с сахаром	150,00	0,07	0,00	6,80	26,25	150,00	0,07	0,00	6,80	26,25	ТТК№312
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК:	200,00	15,5	9,80	21,20	235,25	250,00	19,57	12,40	26,10	317,45	№1,1
	ИТОГО ЗА ДЕВЯТЫЙ ДЕНЬ:	1100,00	41,27	38,85	146,77	1100,43	1350,00	50,98	47,18	175,11	1355,00	
Вит. С. ежедневно в 3 блюда из расчета: до 3 лет – 35 мг. от 3 до 7 лет – 50 мг.												

ПРИЕМ ПИЩИ	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЕС БЛЮДА	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА С 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ			ВЕС БЛЮДА	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА С 3 ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ			энергит. ценность	№ РЕЦЕПТУРЫ
			Б	Ж	У		Б	Ж	У		
ДЕНЬ 10	ЗАВТРАК										
	Суп молочный с макаронными изделиями	150,00	3,30	3,10	11,90	180,00	3,96	3,78	14,31	107,10	№75
	Чай с сахаром	150,00	0,07	00	6,80	170,00	0,09	00	8,20	31,50	ТТК№312
	Бутерброд с маслом	30\5	2,40	4,40	14,50	30\5	2,40	4,40	14,50	110,45	№1(a)
	Печенье	15,00	1,20	1,50	11,1	15,00	1,60	2,00	14,80	84,00	№
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:	350,0	6,97	9,00	44,30	400,00	8,05	10,18	51,81	333,05	
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК:										
	Нектар персиковый	100,00	0,60	00	17,30	100,00	0,60	00	17,30	70,50	№268
	ИТОГО:	100,00	0,60	00	17,30	100,00	0,60	00	17,30	70,50	
	ОБЕД										
	Морковь отварная	30,00	0,50	0,04	2,20	40,00	0,58	0,05	2,8	14,0	№15
	Борщ с капустой и картофелем	130,00	1,00	2,90	7,00	170,00	1,20	3,70	8,50	71,10	№53
	Котлеты рыбные	40,00	10,12	7,12	8,62	60,00	11,32	8,05	9,57	156,8	№388
	Каша гречневая	100,00	5,22	4,49	21,00	120,0	7,10	5,80	28,60	198,00	№297
	расыпчатая										Сбор.
	Кисель плодово-ягодный	130,00	0,09	0,09	17,70	170,0	0,09	0,09	21,24	83,70	Школьный
	Хлеб пшеничный с витаминами	20,00	2,83	0,49	18,58	40,00	3,84	0,66	25,22	122,55	2004
	ИТОГО ЗА ОБЕД:	450,00	19,76	15,13	75,10	600,00	22,51	18,35	95,93	646,15	
	ПОЛДНИК										
	Лепешки сметанные	50,00	4,10	5,60	27,30	70,00	5,70	7,90	38,30	249,00	№99
	Кофейный напиток на молоке	150,00	2,80	2,60	8,40	180,00	3,40	3,10	10,08	82,00	ТТК№14
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК:	200,00	6,90	8,20	35,70	250,00	9,10	11,00	48,38	331,00	см. сборн.
	ИТОГО ЗА ДЕСЯТЫЙ ДЕНЬ:	1100,00	34,23	32,33	172,40	1350,00	48,91	39,53	213,42	1380,70	2004
Вит. С ежедневно в 3 блюда из расчета: до 3 лет – 35 мг. от 3 до 7 лет – 50 мг.											

**ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ
ДОШКОЛЬНЫМИ ОРГАНИЗАЦИЯМИ (с 1 года до 3 лет; с 3 лет до 7 лет)**

ПРИЕМ ПИЩИ	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЕС БЛЮДА	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА С 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ			ВЕС БЛЮДА	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА С 3 ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ			энергит. ценность
			Б	Ж	У		Б	Ж	У	
День 1		1100,00	33,05	35,24	163,40	1112,06	42,66	45,77	201,38	1389,70
День 2		1100,00	32,66	32,67	144,34	1050,00	45,02	42,57	172,15	1350,00
День 3		1100,00	33,81	33,97	153,94	1050,00	46,91	46,67	186,73	1350,68
День 4		1100,00	38,76	32,02	170,34	1123,26	49,39	40,61	201,49	1365,59
День 5		1100,00	31,29	32,29	171,29	1080,27	38,50	42,49	202,90	1350,43
День 6		1100,00	31,62	32,81	165,68	1101,57	40,89	41,62	208,19	1449,50
День 7		1100,00	32,20	30,41	173,03	1105,39	40,92	38,03	210,38	1354,93
День 8		1100,00	30,01	29,92	170,14	1069,13	38,79	37,37	209,69	1365,28
День 9		1100,00	41,27	38,85	146,77	1100,43	50,98	47,18	175,11	1355,00
День 10		1100,00	34,23	32,33	172,40	1119,50	48,91	39,53	213,42	1380,70
ИТОГО ЗА ВСЬ ПЕРИОД:			338,9	330,51	1631,33	10906,08	442,97	421,84	1981,44	13712,42
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			33,89	33,051	164,80	1090,60	44,29	42,18	198,14	1371,24
Используется продукция: Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом для возраста формовой. Изготовлена в соответствии с документацией: ТУ 10. 86.10-001-1792384-2020» Изделия хлебобулочные для детского питания. Технические условия»										

18