

Утверждаю:

Заведующий МАДОУ

Бакалинский д/с «Сказка»

Н.Е.Егорова

2024 г.



## **Основное (организационное) меню**

**МАДОУ Бакалинский детский сад «Сказка»**

**от 1 до 3 лет**



### Первый день

| Наименование изделий (блюд)                               | возрастная категория от 1 до 3 лет |                     |                |               |                        |                      |                                      |
|-----------------------------------------------------------|------------------------------------|---------------------|----------------|---------------|------------------------|----------------------|--------------------------------------|
| <b>Завтрак</b>                                            | <b>Выход,г</b>                     | <b>ЭЦ,<br/>ккал</b> | <b>Белки,г</b> | <b>Жиры,г</b> | <b>Углеводы,<br/>г</b> | <b>Витамин<br/>С</b> | <b>№ тех. карты рецепты</b>          |
| Суп молочный с крупой пшенной                             | 150                                | 92                  | 3,3            | 3,3           | 12,1                   | 0,39                 | ТК № 75, по рец № 161 сб. шк. 2004г. |
| Кофейный напиток на молоке                                | 150                                | 79                  | 2,3            | 2,6           | 12,1                   | 0,98                 | ТК № 60 ТТК № 13,сб,2013г            |
| Хлеб пшеничный витаминизированный<br>для детского питания | 45                                 | 113,85              | 2,7            | 0,45          | 24,75                  |                      | ТУ 10.86-10-001-73765130-2020        |
| Масло сливочное(порциями)                                 | 5                                  | 37,5                | 0,05           | 4,15          | 0,05                   | 0                    | ТК № 1,3 по сб. № 365 2008 г.        |
| <b>Итого за завтрак</b>                                   | <b>350</b>                         | <b>322,35</b>       | <b>5,65</b>    | <b>10,5</b>   | <b>49</b>              | <b>1,37</b>          |                                      |
| <b>2 завтрак</b>                                          |                                    |                     |                |               |                        |                      |                                      |
| Фрукты свежие                                             | 100                                | 43                  | 0,9            | 0,2           | 8,1                    | 60                   |                                      |
| <b>Итого за 2 завтрак</b>                                 | <b>100</b>                         | <b>43</b>           | <b>0,9</b>     | <b>0,2</b>    | <b>8,1</b>             | <b>60</b>            |                                      |
| <b>Обед</b>                                               |                                    |                     |                |               |                        |                      |                                      |
| Салат из белокочанной капусты                             | 40                                 | 35                  | 0,6            | 2             | 3,7                    | 14,13                | ТК №5 № 43,сб.шк.2004 г.             |
| Борщ с капустой и картофелем                              | 155<br>( 150/5)                    | 58                  | 1,0            | 2,9           | 7,0                    | 4,78                 | ТК № 55 № рец.по сб.№110сб.шк.2004   |
| Плов из курицы(2 вариант)                                 | 150                                | 418                 | 19,9           | 25,7          | 26,2                   | 0,54                 | ТК № 34 (ТК №131) ТТК № 10           |
| Чай с молоком и сахаром                                   | 150                                | 36,0                | 1,1            | 0,8           | 6,2                    | 0,19                 | ТК №58, ТТК №12                      |
| Хлеб ржаной                                               | 30                                 | 61,2                | 2              | 0,30          | 12,70                  | 0                    | СТО 01697859-003-2017                |
| <b>Итого за обед</b>                                      | <b>525</b>                         | <b>608,2</b>        | <b>24,3</b>    | <b>31,7</b>   | <b>55,8</b>            | <b>19,64</b>         |                                      |
| <b>Полдник</b>                                            |                                    |                     |                |               |                        |                      |                                      |
| Пирог с творогом                                          | 50                                 | 223                 | 3,7            | 12,9          | 25,6                   |                      |                                      |
| Кисель из концентрата                                     | 150                                | 57                  | 0              | 0             | 15,0                   | 0                    | ТК № 300, № 648 сб.шк.2004г.         |
| <b>Итого за полдник</b>                                   | <b>200</b>                         | <b>280</b>          | <b>3,7</b>     | <b>12,9</b>   | <b>40,6</b>            | <b>0</b>             |                                      |
| <b>Итого за день</b>                                      | <b>1175</b>                        | <b>1253,55</b>      | <b>34,55</b>   | <b>55,3</b>   | <b>153,5</b>           | <b>81,01</b>         |                                      |

Второй день



| Наименование изделий (блюд)                            | возрастная категория от 1 до 3 лет |               |              |              |               |                 |                                             |
|--------------------------------------------------------|------------------------------------|---------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|---------------------------------------------|
| Завтрак                                                | Выход,г                            | ЭЦ,<br>ккал   | Белки,г      | Жиры,г       | Углеводы,г    | Витамин<br>С,мг | № тех. карты рецепты                        |
| Каша манная молочная жидкая                            | 154 (150/4)                        | 138           | 3,8          | 5,9          | 17,6          | 0,41            | ТК № 194 № рец. по сб. № 311, сб.шк. 2004г. |
| Какао с молоком                                        | 150                                | 70            | 2,7          | 2,0          | 9,9           | 0,39            | ТК № 288 ТТК № 15                           |
| Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания | 40                                 | 101,2         | 2,4          | 0,4          | 22            | 0               | ТУ 10.86-10-001-73765130-2020               |
| Сыр(порциями)                                          | 10                                 | 35            | 2,6          | 2,5          | 0             | 0,07            | ТК № 1,4, сборник 366, 2008г.               |
| <b>Итого за завтрак</b>                                | <b>354</b>                         | <b>344,2</b>  | <b>11,5</b>  | <b>10,8</b>  | <b>49,5</b>   | <b>0,87</b>     |                                             |
| <b>2 завтрак</b>                                       |                                    |               |              |              |               |                 |                                             |
| Фрукты свежие                                          | 100                                | 43            | 0,9          | 0,2          | 8,1           | 60              |                                             |
| <b>Итого за 2 завтрак</b>                              | <b>100</b>                         | <b>43</b>     | <b>0,9</b>   | <b>0,2</b>   | <b>8,1</b>    | <b>60</b>       |                                             |
| <b>Обед</b>                                            |                                    |               |              |              |               |                 |                                             |
| Морковь отварная                                       | 40                                 | 11,0          | 0,5          | 0,04         | 2,2           | 0,40            | ТК № 16 № сб. 1996г. стр. 562               |
| Суп крестьянский с крупой                              | 155 (150/5)                        | 66            | 1,3          | 3,4          | 7,5           | 4,8             | ТК № 64 № рец. по сб. № 134, сб.шк. 2004г.  |
| Жаркое по- домашнему                                   | 100/50                             | 261           | 15,8         | 15,9         | 13,5          | 6,27            | ТК № 95 по рец. по сб. № 436 сб.шк. 2004г.  |
| Компот из смеси сухофруктов                            | 150                                | 67            | 0,7          | 0,03         | 15,4          | 0,1             | ТК № 292, рец № 639 сб. шк. 2004г.          |
| Хлеб ржаной                                            | 30                                 | 61,2          | 2            | 0,3          | 12,7          | 0               | СТО 01697859-003-2017                       |
| <b>Итого за обед</b>                                   | <b>525</b>                         | <b>466,20</b> | <b>20,30</b> | <b>19,67</b> | <b>51,3</b>   | <b>11,57</b>    |                                             |
| <b>Полдник</b>                                         |                                    |               |              |              |               |                 |                                             |
| Плюшка                                                 | 50                                 | 88,1          | 2,44         | 1,74         | 15,52         |                 | ТИ 01697859-001-2017                        |
| Чай с сахаром                                          | 150                                | 18            | 0,1          | 0,02         | 4,6           | 0               | ТК № 282, ТТК № 12                          |
| <b>Итого за полдник</b>                                | <b>200</b>                         | <b>106,1</b>  | <b>2,54</b>  | <b>1,76</b>  | <b>20,12</b>  | <b>0,19</b>     |                                             |
| <b>Итого за день</b>                                   | <b>1179</b>                        | <b>959,5</b>  | <b>35,24</b> | <b>32,43</b> | <b>129,02</b> | <b>72,63</b>    |                                             |

«Утверждаю»:  
Заведующий МАДОУ  
Бакалинский д/с «Сказка»  
Н.Е.Егорова  
2024г.



### Третий день

| Наименование изделий (блюд)                            | возрастная категория от 1 до 3 лет |                |                |               |                   |                     |                                        |
|--------------------------------------------------------|------------------------------------|----------------|----------------|---------------|-------------------|---------------------|----------------------------------------|
| <b>Завтрак</b>                                         | <b>Выход,г</b>                     | <b>ЭЦ,ккал</b> | <b>Белки,г</b> | <b>Жиры,г</b> | <b>Углеводы,г</b> | <b>Витамин С,мг</b> | <b>№ тех. карты рецепты</b>            |
| Суп молочный с крупой пшенной                          | 150                                | 90             | 3,3            | 3,1           | 12,3              | 0,39                | ТК № 75, № по рец № 161 сб. шк. 2004г. |
| Кофейный напиток на молоке                             | 150                                | 79             | 2,3            | 2,6           | 12,1              | 0,98                | ТК № 60, ТТК №13, 2013г.               |
| Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания | 45                                 | 113,85         | 2,7            | 0,45          | 24,75             | 0                   | ТУ 10.86-10-001-73765130-2020          |
| <b>Итого за завтрак</b>                                | <b>345</b>                         | <b>282,85</b>  | <b>8,3</b>     | <b>6,15</b>   | <b>49,15</b>      | <b>1,37</b>         |                                        |
| <b>2 завтрак</b>                                       |                                    |                |                |               |                   |                     |                                        |
| Фрукты свежие                                          | 100                                | 43             | 0,9            | 0,2           | 8,1               | 60                  |                                        |
| <b>Итого за 2 завтрак</b>                              | <b>100</b>                         | <b>43</b>      | <b>0,9</b>     | <b>0,2</b>    | <b>8,1</b>        | <b>60</b>           |                                        |
| <b>Обед</b>                                            |                                    |                |                |               |                   |                     |                                        |
| Салат из свеклы с растительным маслом                  | 40                                 | 42             | 0,5            | 2,9           | 3,2               | 0,01                | ТК № 24 № 64 справ. М 2003г.           |
| Рассольник домашний                                    | 155 (150/5)                        | 66             | 1,3            | 3,0           | 8,2               | 6,3                 | ТК № 56 № рец.по сб.шк. 2004г №131     |
| Каша рисовая рассыпчатая                               | 154 (150/4)                        | 201            | 3,7            | 3,6           | 37,6              | 8,48                | ТК №179 №рец. по сб. №297, сб.шк.2004г |
| Рыба припущенная                                       | 60                                 | 95             | 13,6           | 14,3          | 0,3               | 0,15                | ТК № 78сб.№371 ,2004 г.                |
| Кисель из концентрата                                  | 150                                | 57             | 0              | 0             | 15                |                     | ТК № 300 № по рец № 648 сб. шк.2004 г. |
| Хлеб ржаной                                            | 30                                 | 61,2           | 2              | 0,3           | 12,7              |                     | СТО 01697859-003-2017                  |
| <b>Итого за обед</b>                                   | <b>579</b>                         | <b>572,2</b>   | <b>20,0</b>    | <b>20,3</b>   | <b>76,9</b>       | <b>15,27</b>        |                                        |
| <b>Полдник</b>                                         |                                    |                |                |               |                   |                     |                                        |
| Пряники                                                | 60                                 | 200,4          | 4,8            | 3,36          | 45,6              |                     | ГОСТ 15840-14                          |
| Чай                                                    | 150                                | 1              | 0,1            | 0,02          | 0,02              | 0                   | ТК 281 ТТК №12                         |
| <b>Итого за полдник</b>                                | <b>210</b>                         | <b>201,4</b>   | <b>4,9</b>     | <b>3,38</b>   | <b>45,62</b>      |                     |                                        |
| <b>Итого за день</b>                                   | <b>1234</b>                        | <b>1099,45</b> | <b>34,1</b>    | <b>30,03</b>  | <b>130,62</b>     | <b>76,64</b>        |                                        |

«Утверждено»:  
Заведующий МАДОУ  
Бакалинский д/с «Сказка»  
Н.Е. Горова  
2024г.

### Четвертый день

| Наименование изделий (блюд)                            | возрастная категория от 1 до 3 лет |                     |                |               |                   |                  | № тех. карты рецепты                          |
|--------------------------------------------------------|------------------------------------|---------------------|----------------|---------------|-------------------|------------------|-----------------------------------------------|
| <b>Завтрак</b>                                         | <b>Выход,г</b>                     | <b>Эц,<br/>ккал</b> | <b>Белки,г</b> | <b>Жиры,г</b> | <b>Углеводы,г</b> | <b>Витамин С</b> |                                               |
| Суп молочный с крупой овсяной                          | 150                                | 90                  | 3,3            | 3,1           | 12,3              | 0,39             | ТК № 75 №161 сб.шк 2004г.                     |
| Кофейный напиток на молоке                             | 150                                | 79                  | 2,3            | 2,6           | 12,1              | 0,98             | ТК № 60 ТТК № 13 сб 2013 г.                   |
| Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания | 40                                 | 101,2               | 2,4            | 0,4           | 22,0              | 0                | ТУ 10.86-10-001-73765130-2020                 |
| Сыр (порциями)                                         | 10                                 | 35                  | 2,6            | 2,6           | 0                 | 0                | ТК № 1.4,сб № 366, 2008 г                     |
| <b>Итого за завтрак</b>                                | <b>350</b>                         | <b>305,2</b>        | <b>10,6</b>    | <b>8,7</b>    | <b>46,4</b>       | <b>1,37</b>      |                                               |
| <b>2 завтрак</b>                                       |                                    |                     |                |               |                   |                  |                                               |
| Фрукты свежие                                          | 100                                | 43                  | 0,9            | 0,2           | 8,1               | 60               |                                               |
| <b>Итого за 2 завтрак</b>                              | <b>100</b>                         | <b>43</b>           | <b>0,9</b>     | <b>0,2</b>    | <b>8,1</b>        | <b>60</b>        |                                               |
| <b>Обед</b>                                            |                                    |                     |                |               |                   |                  |                                               |
| Салат «Студенческий»                                   | 30                                 | 52                  | 2,0            | 3,3           | 3,5               | 2,24             | ТК № 38 № рец. по сб. № 37, справ. М. 2003 г. |
| Суп картофельный с бобовыми                            | 100                                | 56                  | 2,3            | 1,85          | 7,4               | 1,84             | ТК №16 (ТК 59) по сб. №139, сб.шк. 2004 г.    |
|                                                        |                                    |                     |                |               |                   |                  |                                               |
| Голубцы ленивые(2 вариант)                             | 180/20                             | 230                 | 14,9           | 13,2          | 12,9              | 9,66             | ТК № 118 № рец по сб №150, 2001 г.            |
| Компот из смеси сухофруктов                            | 150                                | 67                  | 0,7            | 0,03          | 15,4              | 0,1              | ТК № 292, рец № 639(3), сб.шк. 2004г          |
| Хлеб ржаной                                            | 30                                 | 61,2                | 2              | 0,30          | 12,7              |                  | СТО 01697859-003-2017                         |
| <b>Итого за обед</b>                                   | <b>483</b>                         | <b>466,2</b>        | <b>21,9</b>    | <b>18,68</b>  | <b>51,9</b>       | <b>13,84</b>     |                                               |
| <b>Полдник</b>                                         |                                    |                     |                |               |                   |                  |                                               |
| Печенье                                                | 50                                 | 288                 | 4,5            | 11,4          | 42                | 0                | ГОСТ 24901-2014                               |
| Чай с молоком                                          | 150                                | 1,2                 | 1              | 1,9           | 0,22              | 0                | ТК№59, ТТК №12                                |
| <b>Итого за полдник</b>                                | <b>200</b>                         | <b>289,2</b>        | <b>5,5</b>     | <b>13,3</b>   | <b>42,22</b>      | <b>0</b>         |                                               |
| <b>Итого за день</b>                                   | <b>1133</b>                        | <b>1103,6</b>       | <b>38,9</b>    | <b>40,88</b>  | <b>118,62</b>     | <b>75,21</b>     |                                               |

«Утверждаю»:  
Заведующий МАДОУ  
Бакалинский д/с «Сказка»  
Н.Е.Егорова  
2024г.



### Пятый день

| Наименование изделий (блюд)                            | возрастная категория от 1 до 3 лет |                     |                     |                    |                        |                         |                                          |
|--------------------------------------------------------|------------------------------------|---------------------|---------------------|--------------------|------------------------|-------------------------|------------------------------------------|
| <b>Завтрак</b>                                         | <b>Выход,<br/>г</b>                | <b>ЭЦ,<br/>ккал</b> | <b>Белки,<br/>г</b> | <b>Жиры,<br/>г</b> | <b>Углеводы,<br/>г</b> | <b>Витамин<br/>С,мг</b> | <b>№ тех. карты рецепты</b>              |
| Каша ячневая молочная вязкая                           | 154 (150/4)                        | 184                 | 5,3                 | 5,7                | 27,6                   | 0,37                    | ТК № 186 № рецеп. По сб.№ 302сб.шк.2004г |
| Какао с молоком                                        | 150                                | 70                  | 2,7                 | 2,0                | 9,9                    | 0,39                    | ТК №288 ТТК №15                          |
| Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания | 41                                 | 103,73              | 2,46                | 0,41               | 22,55                  | 0.                      | ТУ 10.86-10-001-73765130-2020            |
| масло сливочное (порциями )                            | 5                                  | 37,5                | 0,05                | 4,15               | 0,05                   |                         | ТК №1.3,сб №365,сб 2008 г.               |
| <b>Итого за завтрак</b>                                | <b>350</b>                         | <b>395,23</b>       | <b>10,46</b>        | <b>12,26</b>       | <b>60,1</b>            | <b>0,76</b>             |                                          |
| <b>2 завтрак</b>                                       |                                    |                     |                     |                    |                        |                         |                                          |
| Фрукты свежие                                          | 100                                | 43                  | 0,9                 | 0,2                | 8,1                    | 60                      |                                          |
| <b>Итого за 2 завтрак</b>                              | <b>100</b>                         | <b>43</b>           | <b>0,9</b>          | <b>0,2</b>         | <b>8,1</b>             | <b>60</b>               |                                          |
| <b>Обед</b>                                            |                                    |                     |                     |                    |                        |                         |                                          |
| Свекла отварная                                        | 40                                 | 14                  | 0,6                 | 0,0                | 2,9                    | 0,81                    | ТК № 17 № рец. по сб. 1996г.             |
| Щи из свежей капусты с картофелем                      | 155 (150/5)                        | 55                  | 1,1                 | 3,3                | 5,0                    | 7,19                    | ТК № 52 № рец. по сб № 124 сб шк. 2004г  |
| Макаронные изделия отварные                            | 155 (150/5)                        | 196                 | 5,5                 | 4,2                | 33,3                   | 0                       | ТК № 215, № 332,сб. шк.2004г.            |
| Куры отварные                                          | 50                                 | 145                 | 12,5                | 10,5               | 0,2                    | 0,48                    | ТК № 128, сб. ТК № 487 ,2004 г           |
| Чай с сахаром                                          | 150                                | 18                  | 0,1                 | 0,02               | 4,6                    | 0                       | ТК № 282, ТТК № 12                       |
| Хлеб ржаной                                            | 30                                 | 61,2                | 2,0                 | 0,30               | 12,7                   |                         | СТО 01697859-003-2017                    |
| <b>Итого за обед</b>                                   | <b>580</b>                         | <b>489,2</b>        | <b>21,80</b>        | <b>18,32</b>       | <b>58,7</b>            | <b>8,48</b>             |                                          |
| <b>Полдник</b>                                         |                                    |                     |                     |                    |                        |                         |                                          |
| Булочка                                                | 50                                 | 208                 | 5,4                 | 3,8                | 37,6                   | 0                       | ГОСТ Р 58233-2018.                       |
| Кефир(2 вариант)                                       | 155 (150/5)                        | 59                  | 4,2                 | 0,1                | 10,0                   | 0,42                    | ТК № 278 № 645-1996                      |
| <b>Итого за полдник</b>                                | <b>205</b>                         | <b>267</b>          | <b>9,6</b>          | <b>3,9</b>         | <b>47,60</b>           | <b>0,42</b>             |                                          |
| <b>Итого за день</b>                                   | <b>1235</b>                        | <b>1194,43</b>      | <b>42,76</b>        | <b>34,68</b>       | <b>174,5</b>           | <b>69,66</b>            |                                          |



### Шестой день

| Наименование изделий (блюд)                                  | возрастная категория от 1 до 3 лет |                     |                |                    |                        |                      |                                                     |
|--------------------------------------------------------------|------------------------------------|---------------------|----------------|--------------------|------------------------|----------------------|-----------------------------------------------------|
| <b>Завтрак</b>                                               | <b>Выход,<br/>грамм</b>            | <b>Эц,<br/>ккал</b> | <b>Белки,г</b> | <b>Жиры,<br/>г</b> | <b>Углеводы,<br/>г</b> | <b>Витамин<br/>С</b> | <b>№ тех. карты рецепты</b>                         |
| Каша молочная « Дружба»                                      | 154 (150/4)                        | 174                 | 4,7            | 6,1                | 25,1                   | 0,4                  | ТК № 200 № по рец. по сб. №311, сб.шк. 2004г        |
| Кофейный напиток на молоке                                   | 150                                | 79                  | 2,3            | 2,6                | 12,1                   | 0,98                 | ТК № 60 , ТТК № 13сб,2013                           |
| Хлеб пшеничный<br>витаминизированный<br>для детского питания | 41                                 | 103,73              | 2,46           | 0,41               | 22,55                  |                      | ТУ 10.86-10-001-73765130-2020                       |
| Масло сливочное (порциями)                                   | 5                                  | 37,5                | 0,05           | 4,15               | 0,05                   |                      | ТК №1.3, сб № 365, 2008 г.                          |
| <b>Итого за завтрак</b>                                      | <b>350</b>                         | <b>394,23</b>       | <b>9,51</b>    | <b>13,26</b>       | <b>59,8</b>            | <b>1,38</b>          |                                                     |
| <b>2 завтрак</b>                                             |                                    |                     |                |                    |                        |                      |                                                     |
| Фрукты свежие                                                | 100                                | 43                  | 0,9            | 0,2                | 8,1                    | 60                   |                                                     |
| <b>Итого за 2 завтрак</b>                                    | <b>100</b>                         | <b>43</b>           | <b>0,9</b>     | <b>0,2</b>         | <b>8,1</b>             | <b>60</b>            |                                                     |
| <b>Обед</b>                                                  |                                    |                     |                |                    |                        |                      |                                                     |
| Салат «Витаминный»                                           | 35                                 | 31                  | 0,5            | 1,6                | 3,8                    | 2,24                 | ТК № 22, № рец. по сб. №40, справ. М. 2004г         |
| Свекольник                                                   | 156 (150/6)                        | 66                  | 1,2            | 3,1                | 8,2                    | 2,92                 | ТК № 67 № по рец по сб. № 34 Пермь 2001г.           |
| Биточки паровые                                              | 70 (50/20)                         | 109                 | 7,4            | 6,0                | 6,1                    | 0,19                 | ТК № 107 № по рец по сб. № 289 сб. Дели Принт 2011г |
| Картофельное пюре                                            | 120                                | 109                 | 2,4            | 3,7                | 16,1                   | 8,34                 | ТК № 141 № рецеп. по сб. № 520 (3), сб. шк. 2004г   |
| Компот из смеси сухофруктов                                  | 150                                | 67                  | 0,7            | 0,03               | 15,4                   | 0,10                 | ТК № 292, № рец. по сб. № 639(3), сб.шк. 2004г      |
| Хлеб ржаной                                                  | 30                                 | 61,2                | 2,0            | 0,3                | 12,7                   |                      | СТО 01697859-003-2017                               |
| <b>Итого за обед</b>                                         | <b>561</b>                         | <b>443,2</b>        | <b>14,2</b>    | <b>14,73</b>       | <b>122,1</b>           | <b>14,24</b>         |                                                     |
| <b>Полдник</b>                                               |                                    |                     |                |                    |                        |                      |                                                     |
| Плюшки                                                       | 50                                 | 88,1                | 2,4            | 1,74               | 15,52                  |                      | ТИ 01697859-001-2017                                |
| Кефир(2 вариант)                                             | 155 (150/5)                        | 59                  | 4,2            | 0,1                | 10,0                   | 0,42                 | ТК № 278 № 645-1996                                 |
| <b>Итого за полдник</b>                                      | <b>205</b>                         | <b>147,1</b>        | <b>6,6</b>     | <b>1,84</b>        | <b>25,52</b>           | <b>0,42</b>          |                                                     |
| <b>Итого за день</b>                                         | <b>1216</b>                        | <b>1027,53</b>      | <b>31,21</b>   | <b>30,03</b>       | <b>215,52</b>          | <b>76,04</b>         |                                                     |



Седьмой день

| Наименование изделий (блюд)                            | возрастная категория от 1 до 3 лет |                 |                 |                |                    |                  |                                              |
|--------------------------------------------------------|------------------------------------|-----------------|-----------------|----------------|--------------------|------------------|----------------------------------------------|
| <b>Завтрак</b>                                         | <b>Выход, грамм</b>                | <b>Эц, ккал</b> | <b>Белки, г</b> | <b>Жиры, г</b> | <b>Углеводы, г</b> | <b>Витамин с</b> | <b>№ тех. карты рецепты</b>                  |
| Суп молочный с овощами                                 | 150                                | 81              | 3,0             | 3,3            | 9,6                | 5,15             | ТК № 76 № рец. по сб. № 162 Сб. шк. 2004г    |
| Какао с молоком                                        | 150                                | 70              | 2,7             | 2,0            | 9,9                | 0,39             | ТК 288, ТТК №15                              |
| Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания | 45                                 | 113,85          | 2,7             | 0,45           | 24,75              |                  | ТУ 10.86-10-001-73765130-2020                |
| <b>Итого за завтрак</b>                                | <b>345</b>                         | <b>264,85</b>   | <b>8,4</b>      | <b>5,75</b>    | <b>44,25</b>       | <b>5,54</b>      |                                              |
| <b>2 завтрак</b>                                       |                                    |                 |                 |                |                    |                  |                                              |
| Фрукты свежие                                          | 100                                | 43              | 0,9             | 0,2            | 8,1                | 60               |                                              |
| <b>Итого за 2 завтрак</b>                              | <b>100</b>                         | <b>43</b>       | <b>0,9</b>      | <b>0,2</b>     | <b>8,1</b>         | <b>60</b>        |                                              |
| <b>Обед</b>                                            |                                    |                 |                 |                |                    |                  |                                              |
| Салат «Здоровье»                                       | 40                                 | 32              | 0,7             | 2              | 2,9                | 1                | ТК № 29 по сб №21 справ, М, 2003г            |
| Суп картофельный с макаронными изделиями               | 150                                | 67              | 1,6             | 1,5            | 11,3               | 3,96             | ТК № 58 №140 сб. шк 2004г                    |
| Рагу из овощей                                         | 100                                | 122             | 5,05            | 7,25           | 10,55              | 6,6              | ТК № 153 рец по сб №224 сб. шк. 2004г.       |
| Биточки рубленные из птицы (перезыле)                  | 70 (50*20)                         | 127             | 7,3             | 8,3            | 5,8                | 0,80             | ТК № 131, рец по сб. № 306 2011г             |
| Кисель из концентрата                                  | 150                                | 57              | 0               | 0              | 15,0               | 9                | ТК № 309, № рец. по сб. № 648 сб. шк. 2004г. |
| Хлеб ржаной                                            | 30                                 | 61,2            | 2,0             | 0,3            | 12,7               |                  | СТО 01697859-003-2017                        |
| <b>Итого за обед</b>                                   | <b>340</b>                         | <b>476,2</b>    | <b>17,65</b>    | <b>19,35</b>   | <b>58,25</b>       | <b>12,36</b>     |                                              |
| <b>Полдник</b>                                         |                                    |                 |                 |                |                    |                  |                                              |
| Пирог с повидлом                                       | 50                                 | 150             | 3,7             | 4,0            | 28,29              |                  | СТО 01697859-001-2017                        |
| Чай с молоком                                          | 150                                | 21              | 1,2             | 1,0            | 1,9                | 0,22             | ТК №59 ТТК №12                               |
| <b>Итого за полдник</b>                                | <b>200</b>                         | <b>171</b>      | <b>4,9</b>      | <b>5,0</b>     | <b>30,19</b>       | <b>0,22</b>      |                                              |
| <b>Итого за день</b>                                   | <b>1185</b>                        | <b>955,05</b>   | <b>31,85</b>    | <b>30,3</b>    | <b>140,79</b>      | <b>78,12</b>     |                                              |



### Восьмой день

| Наименование изделий (блюд)                            | возрастная категория от 1 до 3 лет |                 |                |               |                   |                  |                                            |
|--------------------------------------------------------|------------------------------------|-----------------|----------------|---------------|-------------------|------------------|--------------------------------------------|
| <b>Завтрак</b>                                         | <b>Выход, грамм</b>                | <b>Эц, ккал</b> | <b>Белки,г</b> | <b>Жиры,г</b> | <b>Углеводы,г</b> | <b>Витамин с</b> | <b>№ тех. карты рецепты</b>                |
| Суп молочный с крупой рисовой                          | 155                                | 90              | 3,3            | 3,1           | 12,3              | 0,39             | ТК № 75, № по рец № 161 сб. шк.2004г       |
| Какао с молоком                                        | 150                                | 70              | 2,7            | 2,0           | 9,9               | 0,39             | ТК 288 ТТК № 15                            |
| Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания | 45                                 | 113,85          | 2,7            | 0,45          | 24,75             | 0                | ТУ 10.86-10-001-73765130-2020              |
| <b>Итого за завтрак</b>                                | <b>350</b>                         | <b>273,85</b>   | <b>8,7</b>     | <b>5,55</b>   | <b>46,95</b>      | <b>0,78</b>      |                                            |
| <b>2 завтрак</b>                                       |                                    |                 |                |               |                   |                  |                                            |
| Фрукты свежие                                          | 100                                | 43              | 0,9            | 0,2           | 8,1               | 60               |                                            |
| <b>Итого за 2 завтрак</b>                              | <b>100</b>                         | <b>43</b>       | <b>0,9</b>     | <b>0,2</b>    | <b>8,1</b>        | <b>60</b>        |                                            |
| <b>Обед</b>                                            |                                    |                 |                |               |                   |                  |                                            |
| Салат из белокочанной капусты.                         | 40                                 | 35              | 0,6            | 2             | 3,7               | 14,13            | ТК № 5 №реп по сб №43,сб. шк 2004 г..      |
| Суп из овощей                                          | 150                                | 55              | 1,2            | 2,6           | 6,5               | 5,40             | ТК № 66 № рец. По сб. № 135 сб. шк. 2004г  |
| Картофель отварной с маслом                            | 112 (110/2)                        | 98,2            | 2,2            | 2,42          | 16,5              | 4,55             | ТК № 139 № рец. По сб. №203 сб шк 2004г.   |
| Куры отварные                                          | 50                                 | 145             | 12,5           | 10,5          | 0,2               | 0,48             | ТК № 128, сб.№ 487, 2004г                  |
| Напиток апельсиновый                                   | 150                                | 54              | 0,1            | 0,01          | 14,1              | 1,68             | ТК № 294 № рец. По сб. № 699 сб. шк. 2004г |
| Хлеб ржаной                                            | 30                                 | 61,2            | 2,0            | 0,3           | 12,7              |                  | СТО 01697859-003-2017                      |
| <b>Итого за обед</b>                                   | <b>532</b>                         | <b>448,4</b>    | <b>18,6</b>    | <b>17,83</b>  | <b>53,7</b>       | <b>26,24</b>     |                                            |
| <b>Полдник</b>                                         |                                    |                 |                |               |                   |                  |                                            |
| Баранки                                                | 50                                 | 187,5           | 4,55           | 4,15          | 32,3              |                  | ГОСТ 7128-91                               |
| Чай с молоком и сахаром                                | 150                                | 35              | 1,1            | 0,8           | 6,2               | 0,19             | ТК № 58 ТТК № 12                           |
| <b>Итого за полдник</b>                                | <b>200</b>                         | <b>222,5</b>    | <b>5,65</b>    | <b>4,95</b>   | <b>38,5</b>       | <b>0,19</b>      |                                            |
| <b>Итого за день</b>                                   | <b>1182</b>                        | <b>987,75</b>   | <b>33,85</b>   | <b>28,53</b>  | <b>147,25</b>     | <b>87,21</b>     |                                            |



### Девятый день

| Наименование изделий (блюд)                            | возрастная категория от 1 до 3 лет |                |                |               |                   |                  |                                           |
|--------------------------------------------------------|------------------------------------|----------------|----------------|---------------|-------------------|------------------|-------------------------------------------|
| <b>Завтрак</b>                                         | <b>Выход, грамм</b>                | <b>Эц,ккал</b> | <b>Белки,г</b> | <b>Жиры,г</b> | <b>Углеводы,г</b> | <b>Витамин с</b> | <b>№ тех. карты рецепты</b>               |
| Каша манная молочная жидкая                            | 154 (150/4)                        | 138            | 3,8            | 5,9           | 17,6              | 0,41             | ТК 194 № рецеп. По сб. № 311 сб.шк. 2004г |
| Какао с молоком                                        | 150                                | 70             | 2,7            | 2,0           | 9,9               | 0,39             | ТК 288 ТТК№15                             |
| Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания | 46                                 | 116,38         | 2,76           | 0,46          | 25,3              |                  | ТУ 10.86-10-001-73765130-2020             |
| <b>Итого за завтрак</b>                                | <b>350</b>                         | <b>324,38</b>  | <b>9,26</b>    | <b>8,36</b>   | <b>52,8</b>       | <b>0,8</b>       |                                           |
| <b>2 завтрак</b>                                       |                                    |                |                |               |                   |                  |                                           |
| Фрукты свежие                                          | 100                                | 43             | 0,9            | 0,2           | 8,1               | 60               |                                           |
| <b>Итого за 2 завтрак</b>                              | <b>100</b>                         | <b>43</b>      | <b>0,9</b>     | <b>0,2</b>    | <b>8,1</b>        | <b>60</b>        |                                           |
| <b>Обед</b>                                            |                                    |                |                |               |                   |                  |                                           |
| Морковь отварная                                       | 40                                 | 11,0           | 0,5            | 0,04          | 2,2               | 0,40             | ТК № 16 № сб.1996г.Ст.562                 |
| Суп с рыбными консервами                               | 200                                | 133,8          | 6,89           | 6,72          | 11,47             | 7,29             | ТК№87,2010 г,                             |
| «Ежики» куриные,                                       | 70                                 | 114,46         | 10,75          | 4,21          | 8,23              | 0,56             | ТК№605.                                   |
| Макаронные изделия отварные                            | 103,3<br>(100/3,3)                 | 130            | 3,6            | 2,8           | 22,2              |                  | ТК № 215 сб.шк.2004г                      |
| Компот из смеси сухофруктов                            | 150                                | 67             | 0,7            | 0,03          | 15,4              | 0,1              | ТК № 292, сб. № 639(3), сб.шк. 2004г      |
| Хлеб ржаной                                            | 30                                 | 61,2           | 2              | 0,3           | 12,7              |                  | СТО 01697859-003-2017                     |
| <b>Итого за обед</b>                                   | <b>593</b>                         | <b>517,46</b>  | <b>24,44</b>   | <b>14,1</b>   | <b>72,2</b>       | <b>7,99</b>      |                                           |
| <b>Полдник</b>                                         |                                    |                |                |               |                   |                  |                                           |
| Булочка                                                | 50                                 | 208            | 5,4            | 3,8           | 37,6              | 0                | ГОСТ Р 58233-2018.                        |
| Кефир(2 вариант)                                       | 155 (150/5)                        | 59             | 4,2            | 0,1           | 10                | 0,42             | ТК № 278 № рец. по сб. № 645 1996 г.      |
| <b>Итого за полдник</b>                                | <b>205</b>                         | <b>267</b>     | <b>9,6</b>     | <b>3,9</b>    | <b>47,6</b>       | <b>0,42</b>      |                                           |
| <b>Итого за день</b>                                   | <b>1248</b>                        | <b>1151,84</b> | <b>44,2</b>    | <b>26,56</b>  | <b>180,7</b>      | <b>69,21</b>     |                                           |

«Утверждаю»:  
Заведующий МАДОУ  
Бакалинский д/с «Сказка»  
Н.Е.Егорова  
2024г.



### Десятый день

| Наименование изделий (блюд)                            | возрастная категория от 1 до 3 лет |                 |                |                |                    |                  |                               |
|--------------------------------------------------------|------------------------------------|-----------------|----------------|----------------|--------------------|------------------|-------------------------------|
| <b>Завтрак</b>                                         | <b>Выход, грамм</b>                | <b>Эц, ккал</b> | <b>Белки,г</b> | <b>Жиры, г</b> | <b>Углеводы, г</b> | <b>Витамин с</b> | <b>№ тех. карты рецепты</b>   |
| Суп молочный с макаронными изделиями                   | 150                                | 89              | 3,3            | 3,1            | 11,9               | 0,39             | ТК №77 №160 сб.шк.2004 г      |
| Кофейный напиток на молоке                             | 150                                | 79              | 2,3            | 2,6            | 12,1               | 0,98             | ТК№60 ТТК№13 сб 2013 г.       |
| Хлеб пшеничный витаминизированный для детского питания | 40                                 | 101,2           | 2,4            | 0,4            | 22                 |                  | ТУ 10.86-10-001-73765130-2020 |
| Сыр(порциями)                                          | 10                                 | 35              | 2,6            | 2,6            | 0                  | 0,07             | ТК №1.4,сб№366 2008 г         |
| <b>Итого за завтрак</b>                                | <b>350</b>                         | <b>304,2</b>    | <b>10,6</b>    | <b>8,7</b>     | <b>46,0</b>        | <b>1,44</b>      |                               |
| <b>2 завтрак</b>                                       |                                    |                 |                |                |                    |                  |                               |
| Фрукты свежие                                          | 100                                | 43              | 0,9            | 0,2            | 8,1                | 60               |                               |
| <b>Итого за 2 завтрак</b>                              | <b>100</b>                         | <b>43</b>       | <b>0,9</b>     | <b>0,2</b>     | <b>8,1</b>         | <b>60</b>        |                               |
| <b>Обед</b>                                            |                                    |                 |                |                |                    |                  |                               |
| Салат «Пестрый»                                        | 40                                 | 35              | 0,4            | 1,8            | 4,3                | 1,49             | ТК №32,№31,спр. М 2003г       |
| Суп картофельный с лапшой домашней                     | 150                                | 66              | 1,7            | 1,7            | 10,7               | 4,2              | ТК № 59, №140 сб. шк 2004г    |
| Каша гречневая рассыпчатая                             | 103 (100/3)                        | 148             | 5,6            | 3,5            | 23,1               | 0                | ТК 175 №297-2004г             |
| Гуляш                                                  | 100 (50/50)                        | 212             | 14,5           | 15,7           | 3,2                | 0,51             | ТК № 93 сб.ТК№437 2004 г.     |
| Напиток лимонный                                       | 150                                | 54              | 0,1            | 0,01           | 14,0               | 1,68             | ТК №294, №699,сб.шк. 2004г.   |
| Хлеб ржаной                                            | 30                                 | 61,2            | 2,0            | 0,3            | 12,7               |                  | СТО 01697859-003-2017         |
| <b>Итого за обед</b>                                   | <b>573</b>                         | <b>576,2</b>    | <b>24,3</b>    | <b>23,01</b>   | <b>68</b>          | <b>7,88</b>      |                               |
| <b>Полдник</b>                                         |                                    |                 |                |                |                    |                  |                               |
| Пудинг из творога с молочным соусом                    | 80(60/20)                          | 135,62          | 10,74          | 3,12           | 18,61              | 0,06             | Тк№51 сб №349,2003 г.         |
| Чай с молоком                                          | 150                                | 21              | 1,2            | 1,0            | 1,9                | 0,22             | ТК №59 ТТК №12                |
| <b>Итого за полдник</b>                                | <b>230</b>                         | <b>156,62</b>   | <b>11,94</b>   | <b>4,12</b>    | <b>20,51</b>       | <b>0,28</b>      |                               |
| <b>Итого за день</b>                                   | <b>1253</b>                        | <b>1080,02</b>  | <b>47,74</b>   | <b>36,03</b>   | <b>142,61</b>      | <b>69,60</b>     |                               |

### Ведомость контроля за рационом питания

Режим питания: четырехразовое Возрастная категория: с 1 до 3 лет

| Наименование пищевой продукции       | Норма в сутки в граммах (нетто) | 1     | 2     | 3    | 4     | 5     | 6      | 7     | 8     | 9     | 10    | В среднем в день (за 10 дней) | Выполнение, отклонение от нормы в % (+/-) |
|--------------------------------------|---------------------------------|-------|-------|------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------------------------------|-------------------------------------------|
| Молоко и кисломолочпрод              | 390                             | 187   | 154,2 | 150  | 192   | 305   | 347,3  | 205   | 189,5 | 309,2 | 212   | 225,0                         | 57,7(-42,3)                               |
| Творог (5%-9% м д ж)                 | 30                              |       |       |      |       |       |        |       |       |       | 45,7  | 4,57                          | 15(-85)                                   |
| Сметана                              | 9                               | 5     | 5     | 5    |       | 5     | 6      | 5     |       |       | 1,5   | 3,25                          | 36(-64)                                   |
| Сыр                                  | 4                               |       | 10    |      | 10    |       |        |       |       |       | 10    | 3                             | 75(-25)                                   |
| Мясо I кат                           | 50                              |       | 107,3 |      | 87    |       | 37     |       |       |       | 107,3 | 33,9                          | 68(-32)                                   |
| Птица                                | 20                              | 119   |       | 87   |       | 87    |        | 87    | 87    | 49,7  |       | 50,5                          | 252(+152)                                 |
| Рыба                                 | 32                              |       |       |      |       |       |        |       |       | 32    |       | 3,2                           | 10(-90)                                   |
| Кисель                               |                                 | 18    |       | 18   |       |       |        |       |       |       |       | 3,6                           |                                           |
| Яйцо, шт                             | 1                               |       |       |      | 2/15  |       |        |       |       |       | 1/8   | ¼                             | 25(-75)                                   |
| Картофель                            | 120                             | 20    | 158,7 | 75,2 | 48,5  | 30    | 214,06 | 201,7 | 239,6 | 93,3  | 75,2  | 115,7                         | 96,4(-3,6)                                |
| Овощи                                | 180                             | 129,6 | 103,5 | 89,7 | 199,8 | 109,7 | 107,6  | 155,2 | 84,7  | 85,9  | 32,3  | 110                           | 61(-39)                                   |
| Фрукты свежие                        | 95                              | 100   | 100   | 100  | 100   | 100   | 109    | 100   | 116   | 100   | 128   | 106                           | 111(+11)                                  |
| Фрукты сухие                         | 9                               |       | 15    |      | 15    |       | 15     |       |       | 15    | 6,15  | 6,6                           | 73(-27)                                   |
| 30Хлеб ржаной                        | 40                              | 30    | 30    | 30   | 30    | 30    | 30     | 30    | 30    | 30    | 30    | 30                            | 75(-25)                                   |
| Хлеб пшеничный                       | 60                              | 45    | 90    | 45   | 40    | 91    | 100,3  | 54,2  | 95    | 95    | 40    | 70                            | 116(+16)                                  |
| Крупы, бобовые                       | 30                              | 50,5  | 29,1  | 65,6 | 25    | 86    | 27     | -     | 9,3   | 44,1  | 52,1  | 39                            | 130(+30)                                  |
| Макаронные изд.                      | 8                               |       |       |      |       |       |        | 6     |       | 35    | 12    | 5,3                           | 66(-34)                                   |
| Мука пшеничная                       | 25                              |       |       |      | 1     |       | 1,2    | 2,85  |       |       | 3,8   | 0,9                           | 3,6(-96,4)                                |
| Крахмал                              | 3                               |       |       |      |       |       |        |       |       |       |       | -                             | -                                         |
| Масло сливочное                      | 18                              | 6,2   | 4     | 5,2  | 6,5   | 14    | 16     | 8,9   | 3,24  | 10,3  | 6,5   | 8                             | 44,4(-55,6)                               |
| Масло растительное                   | 9                               | 16,5  | 6,4   | 6,3  | 2,8   | 3     | 4,2    | 4     | 4,4   | 4     | 8     | 6                             | 66,6(-33,4)                               |
| Кондитерские изделия                 | 12                              | 50    |       | 60   | 50    |       |        | 50    |       |       |       | 21,0                          | 175(+75)                                  |
| Чай                                  | 0,5                             | 0,48  | 0,48  | 0,48 | 0,48  | 0,48  |        | 0,48  | 0,48  | 0,48  | 0,48  | 0,4                           | 80(-20)                                   |
| Какао-порошок                        | 0,5                             |       | 1,5   |      |       | 1,5   |        | 1,5   | 1,5   | 1,5   |       | 0,75                          | 150(+50)                                  |
| Кофейный напиток                     | 1                               | 1,5   |       | 1,5  | 1,5   |       | 1,5    |       |       |       | 1,5   | 0,75                          | 75(-25)                                   |
| Дрожжи х/п                           | 0,4                             |       |       |      |       |       |        |       |       |       |       | -                             | -(-100)                                   |
| Сахар                                | 25                              | 23,4  | 30,8  | 16,8 | 24,6  | 21    | 34,3   | 15,2  | 30,86 | 30,8  | 31,6  | 26                            | 104(+4)                                   |
| Соль пищевая поваренная йодированная | 3                               | 4     | 4     | 4,4  | 3,5   | 4     | 6,8    | 3,1   | 4,4   | 8     | 4     | 4,6                           | 153(+53)                                  |

ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ,  
ЭНЕРГЕТИЧЕСКОЙ ЦЕННОСТЕЙ  
с 1 ДО 3Х ЛЕТ

| ПОКАЗАТЕЛИ            | норма в<br>сутки | 1       | 2      | 3       | 4      | 5       | 6      | 7      | 8      | 9      | 10     | Факт.за 10<br>дн. | Среднее<br>в день | Выполнени<br>е,% от<br>нормы |
|-----------------------|------------------|---------|--------|---------|--------|---------|--------|--------|--------|--------|--------|-------------------|-------------------|------------------------------|
| Белки(г/сут)          | 42               | 34,53   | 35,24  | 34,1    | 38,9   | 42,76   | 31,2   | 31,85  | 33,85  | 44,2   | 47,74  | 374,39            | 37,4              | 89,00%                       |
| Жиры( г/сут)          | 47               | 55,3    | 32,43  | 30,03   | 40,88  | 34,68   | 30,03  | 30,3   | 28,53  | 26,56  | 36,03  | 344,77            | 34,47             | 73,30%                       |
| Углеводы(г/сут)       | 203              | 153,5   | 129,02 | 130,62  | 118,62 | 174,5   | 215,52 | 140,79 | 147,25 | 180,7  | 142,61 | 1533,13           | 153,3             | 75,50%                       |
| Калорийность,<br>ккал | 1400             | 1253,55 | 959,5  | 1099,45 | 1103,6 | 1194,43 | 1027,5 | 955,05 | 987,75 | 1157,9 | 1080,2 | 10812,8           | 1081,2            | 77,20%                       |