

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДЕТСКИЙ САД № 26 С.Вознесенка МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
ДУВАНСКИЙ РАЙОН РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН**

УТВЕРЖДАЮ:
ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ Д/С №26
С.ВОЗНЕСЕНКА 
САФОНОВА А.В.
ПРИКАЗ № 19
« 04 » 09 2023 г.

ПРИМЕРНОЕ

**10 – ДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД ДЛЯ ДЕТЕЙ
С ДНЕВНЫМ 9 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ/ ОТ 3 ЛЕТ ДО 7 ЛЕТ
СанПиН 2.3/2.4.3590-20**

**СЕЗОН: ОСЕНЬ-ЗИМА
(с4 сентября2023г по 29 февраля 2024г)**

12

Сафонова А.В.

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	КК			Б	Ж	У	КК		
ДЕНЬ 10	ЗАВТРАК													
	Суп молочный с макаронными изделиями	150,00	3,30	3,10	11,90	89,00	180,00	3,96	3,78	14,31	107,10	№75		
	Чай с сахаром	150,00	0,07	00	6,80	26,25	180,00	0,09	00	8,20	31,50	ТТК№312		
	Бутерброд с маслом	30\5	2,40	4,40	14,50	110,45	30\5	2,40	4,40	14,50	110,45	№1(а)		
	Печенье	15,00	1,20	1,50	11,10	63,00	20,00	1,60	2,00	14,80	84,00	№		
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:	350,00	6,97	9,00	44,30	288,70	415,00	8,05	10,18	51,81	333,05			
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК:													
	Сок	100,00	0,30	00	18,50	72,00	100,00	0,30	00	18,50	72,00	№268		
	ИТОГО:	100,00	0,30	00	18,50	72,00	100,00	0,30	00	18,50	72,00			
	ОБЕД													
	Морковь с сахаром	30,00	0,38	0,02	3,15	13,50	50,00	0,58	0,04	5,25	23,3	№11		
	Борщ с капустой и картофелем	150\5	1,00	2,90	7,00	58,00	180\7	1,20	3,70	8,50	71,10	№53		
	Котлеты рыбные	50,00	8,10	5,70	6,90	112,00	70,00	11,29	8,02	9,61	156,80	№388		
	Каша гречневая рассыпчатая	110\3	5,22	4,49	20,99	144,83	130\3,5	6,15	5,02	24,78	171,60	№297		
	Кисель плодово-ягодный	150,00	0,09	0,09	17,70	69,75	180,0	0,09	0,09	21,24	83,70	Сбор.		
Хлеб пшеничный с витаминами	35,00	2,83	0,49	18,58	90,30	47,50	3,84	0,66	25,22	122,55	Школьный 2004			
ИТОГО ЗА ОБЕД:	533,00	17,62	13,69	74,32	488,38	668,00	23,15	17,53	94,60	629,05				
ПОЛДНИК														
Лепешки сметанные	50,00	4,10	5,60	27,30	178,00	70,00	5,70	7,90	38,30	249,00	№99			
Кофейный напиток на молоке	150,00	2,80	2,60	8,40	68,40	180,00	3,40	3,10	10,08	82,00	ТТК№14			
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК:	200,00	6,90	8,20	35,70	246,40	250,00	9,10	11,00	48,38	331,00	см. сборн. 2004			
ИТОГО ЗА ДЕСЯТЫЙ ДЕНЬ:	1183,00	31,79	30,89	172,82	1095,48	1453,00	40,60	38,71	213,29	1365,10				
	Вит. С ежедневно в 3 блюда из расчета: до 3 лет – 35 мг. от 3 до 7 лет – 50 мг.													

Wf-

•

Wf

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 Чай с сахаром Бутерброд с маслом Печенье ИТОГО ЗА ЗАВТРАК: ВТОРОЙ ЗАВТРАК: Сок ИТОГО: ОБЕД Салат из белок. капусты Суп картофельный с лапшой домашней Котлеты рубленные из птицы Картофельное пюре Кисель плодово-ягодный Хлеб пшеничный с витаминами ИТОГО ЗА ОБЕД: ПОЛДНИК Булочка «Веснушка» Кофейный напиток на молоке Итого за полдник: Итого за восьмой ден: Вит. С ежедневно в 3 блюда из расчета: до 3 лет – 35 мг. от 3 до 7 лет – 50 мг.	150,00	3,30	3,10	12,30	90,00	180,00	3,96	3,69	14,76	108,00	№73
		150,00	0,07	0,00	6,80	26,25	180,00	0,09	0,00	8,20	31,50	ТТК№312
		30\5	2,49	4,04	15,97	110,45	30\5	2,49	4,04	15,97	110,45	№1(a)
		15,00	1,20	1,50	11,10	63,00	20,00	2,40	2,00	14,80	84,00	№
		350,00	7,06	8,64	46,17	289,70	415,00	8,94	9,73	53,73	333,95	
		100,00	0,30	00	18,50	72,00	100,00	0,30	00	18,50	72,00	№268
		100,00	0,30	00	18,50	72,00	100,00	0,30	00	18,50	72,00	
		30,00	0,61	1,35	3,07	27,00	50,00	1,08	2,25	5,16	45,00	№5
		150,00	1,70	1,70	10,70	66,00	180,00	2,07	1,20	12,90	79,00	№57
		50,00	8,00	8,62	5,23	130,18	70,00	11,21	12,07	7,32	182,25	№205
		110,00	2,42	3,73	16,19	108,30	130,00	2,86	4,44	19,15	128,33	№520(3)
		150,00	0,09	0,09	17,70	69,75	180,00	0,09	0,09	21,24	83,70	№648
		35,00	2,83	0,49	18,58	90,30	47,50	3,84	0,66	25,22	122,55	№1,1
		525,00	15,65	15,98	71,47	491,53	657,50	21,15	20,71	90,99	640,78	
		50,00	3,90	2,70	26,80	149,00	70,00	5,50	3,90	37,60	208,00	№773
		150,00	2,80	2,60	8,40	68,40	180,00	3,40	3,10	10,08	82,00	ТТК14
200,00	6,70	5,30	35,20	217,40	250,00	8,90	7,00	47,68	290,00	см. сбор.		
1175,00	29,71	29,92	171,34	1070,63	1422,50	39,29	37,44	210,09	1336,73	школьн 2004г.		

Заведующий МБДОУ д\с №26 с. Вознесенка
Сафонова А.В.

Заведующий МБДОУ д\с №26 с. Вознесенка
Сафонова А.В.

[illegible]

Утверждаю _____

[illegible]



д/с №26 с. Вознесенка

Сапонова Д.Д.

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	КК			Б	Ж	У	КК		
День 5	ЗАВТРАК													
	Каша манная молочная жидкая	150\4	3,80	5,90	17,60	138,00	180\4,5	4,50	7,02	21,06	165,60	№183		
	Чай с сахаром	150,00	0,07	0,00	6,80	26,25	180,00	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(a)		
	Печенье	10,0	0,80	1,00	7,40	42,00	10,00	0,80	1,00	7,40	42,0			
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК:	349,00	7,16	10,94	47,77	316,70	399,50	7,88	12,15	52,63	391,55			
	ВТОРОЙ ЗАВТРАК:													
	Фрукты	100,00	1,5	0,0	22,40	91,0	100,00	1,5	0,0	22,40	91,0	№11.29		
	ИТОГО:	100,00	1,5	0,0	22,40	91,0	100,00	1,5	0,0	22,40	91,0			
	ОБЕД													
	Винегрет овощной	30,00	0,54	2,46	3,38	37,92	50,00	0,68	3,08	4,22	47,40	№41		
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150,00	1,60	1,5	11,3	67,00	180,00	1,50	4,30	8,90	81,00	№56		
	Суфле рыбное	50\3	8,60	6,30	1,60	78,30	70\3	12,1	8,9	2,2	137,0	№208		
	Картофельное пюре	110,00	2,42	3,73	16,19	108,30	130,00	2,86	4,44	19,15	128,33	№520(3)		
	Компот из смеси сухофр.	150,00	0,30	0,07	23,40	90,75	180,00	0,40	0,09	28,08	108,90	№639(3)		
	Хлеб пшеничный с витаминами	35,00	2,83	0,49	18,58	90,30	47,50	3,84	0,66	25,22	122,55	№1,1		
ИТОГО ЗА ОБЕД:	538,00	16,29	14,55	74,45	472,57	650,50	21,38	20,87	87,77	625,18				
ПОЛДНИК														
Шанежка наливная	50,00	3,33	3,08	20,08	122,50	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	6,57	5,55	30,35	196,00	250,00	7,84	7,27	40,40	259,20				
Итого за пятый день:	1187,00	31,52	31,05	174,97	1076,27	1400,00	38,60	40,29	203,20	1366,93				
Вит.С ежедневно в 3 блюда из расчета: до 3 лет - 35 мг. от 3 до 7 лет – 50 мг.														

Утверждаю 
Заведующий МБДОУ д\с №26 с. Вознесенка
Сафонова А.В.

Сафонова А.В.

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		
						КК					КК	
День 4	ЗАВТРАК Каша рисовая молочная жидкая Чай с сахаром Хлеб пшен. обогащенный Печенье ИТОГО ЗА ЗАВТРАК: ВТОРОЙ ЗАВТРАК: Сок ИТОГО: ОБЕД Салат из свеклы с изюмом Суп крестьянский с крупой Котлета «Здоровье» Макаронные изделия отварные Кисель плодово-ягодный Хлеб пшеничный с витаминами ИТОГО ЗА ОБЕД: ПОЛДНИК Сырники из творога Чай с сахаром Хлеб пшен. обогащенный витаминами ИТОГО ЗА ПОЛДНИК: ИТОГО ЗА ЧЕТВЕРТЫЙ ДЕНЬ: Вит.С ежедневно в 3 блюда из расчета: до 3 лет-35 мг от 3 до 7 лет-50 мг	150\4	3,8	6,10	22,7	161,00	180\4,5	4,5	7,38	27,27	193,50	№186
		160,00	0,07	00	7,28	28,00	180,00	0,09	00	8,20	31,50	ТТК№312
		25,00	2,02	0,35	13,27	64,50	25,00	2,02	0,35	13,27	64,50	№1,1
		10,00	0,80	1,00	7,40	42,00	10,00	0,80	1,00	7,40	42,00	
		349,00	6,69	7,45	50,65	295,50	399,50	7,41	8,73	56,14	331,50	
		100,00	0,30	00	18,50	72,00	100,00	0,30	00	18,50	72,00	
		100,00	0,30	00	18,50	72,00	100,00	0,30	00	18,50	72,00	№268
		30,00	0,37	1,70	3,60	30,70	50,00	0,58	3,00	5,80	51,6	№25
		150\5	1,30	3,40	7,50	66,00	180\7,2	1,50	4,30	8,90	81,00	№62
		50,0	7,53	6,11	3,64	101,18	70,0	10,5	8,57	5,6	141,71	№163
		110\3	4,26	2,89	27,18	151,54	130\4	5,04	3,49	32,13	180,23	№332
		150,00	0,09	0,09	17,70	69,75	180,00	0,09	0,09	21,24	83,70	№648
		35,00	2,83	0,49	18,58	90,30	47,50	3,84	0,66	25,22	122,55	№1,1
		533,00	16,38	14,68	78,20	509,47	668,7	21,55	20,11	98,89	660,79	
		80\10	15,50	9,80	14,40	209,0	100\15	19,50	12,40	19,30	269,00	№358
		150,00	0,07	0,0	6,80	26,25	180,00	0,09	0,0	8,20	31,50	ТТК№312
		10,0	0,81	0,14	5,31	25,80	20,00	1,62	0,28	10,62	51,60	см. сборн. школьный 2004г.1996г.
		250,00	16,38	9,94	26,51	261,05	315,0	21,21	12,68	38,12	352,10	
		1232,00	39,75	32,07	173,86	1143,02	1483,20	50,47	41,52	211,65	1416,39	

[Signature]

[illegible]

125

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			КК	Б	Ж			У	КК
День 2	ЗАВТРАК Суп молочный с макаронными изделиями Какао с молоком Бутерброд с сыром ИТОГО ЗА ЗАВТРАК: ВТОРОЙ ЗАВТРАК: Сок ИТОГО: ОБЕД Салат «Здоровье» Суп - лапша домашняя Плов из курицы Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный с витаминами ИТОГО ЗА ОБЕД: ПОЛДНИК Драчена Чай с сахаром Хлеб пшен.с витаминами ИТОГО ЗА ПОЛДНИК: ИТОГО ЗА ВТОРОЙ ДЕНЬ: Вит. С ежедневно в 3 блюдо из расчета: до 3 лет – 35 мг от 3 до7 лет – 50 мг.	150,00	3,30	3,10	11,90	89,00	180,00	3,96	3,78	14,31	107,10	№160		
		170,00	3,67	2,80	11,61	83,30	180,00	3,24	2,97	12,30	88,20	ТТК№15		
		25/5	3,36	1,71	13,27	82,55	30\10	5,66	3,41	15,92	117,11	№2		
		350,00	10,33	7,61	36,78	254,85	400,00	12,86	10,16	42,53	312,41			
		100,00	0,30	00	18,50	72,00	100,00	0,30	00	18,50	72,00	№268		
		100,00	0,30	00	18,50	72,00	100,00	0,30	00	18,50	72,00			
		30,00	0,40	1,50	2,10	24,00	50,00	0,70	2,50	3,50	40,00	№29		
		150,00	1,70	2,60	7,90	62,00	180,00	1,90	3,06	8,37	69,00	№63		
		120,00	14,12	14,65	20,90	217,68	150,00	17,65	18,31	26,12	339,60	№492		
		150,00	0,30	0,07	23,40	90,75	180,00	0,40	0,09	28,08	108,90	№639 (3)		
		35,00	2,83	0,49	18,58	90,30	47,50	3,84	0,66	25,22	122,55	№1,1		
		485,00	19,35	19,31	72,88	484,73	607,50	24,19	24,62	91,29	680,05			
		50,00	3,04	6,90	2,60	95,00	80,00	8,71	11,00	4,20	151,00	№288(2)		
		150,00	0,07	0,0	6,80	26,25	150,00	0,07	0,0	6,8	26,25	ТТК№312		
		10,00	0,81	0,14	5,31	25,80	20,00	1,62	0,28	10,62	51,60	см.		
		210,00	3,92	7,04	14,71	147,05	250,00	10,04	11,28	21,62	228,85	сборн		
		1145,00	33,90	34,26	142,87	958,63	1357,50	47,39	46,06	174,04	1293,31	школьному 2004г. 2010г.		

22

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			КК	КК
Неделя 1 День 1	ЗАВТРАК	150\4	5,60	6,60	26,40	187,00	180\4,5	6,66	7,92	31,59	225,00	№187		
	Каша пшеничная молочная жидкая													
	Чай с сахаром	160,00	0,07	00	7,28	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:	349,00	8,16	10,64	49,65	325,45	399,50	9,24	11,96	55,76	366,95			
	Второй завтрак:													
	Фрукты	100,00	1,5	0,00	22,40	91,0	100,00	1,5	0,00	22,40	91,0	№11.29сб		
	ИТОГО:	100,00	1,5	0,00	22,40	91,0	100,00	1,5	0,0	22,40	91,0	M.A.Самс		
	ОБЕД													
	Салат «Студенческий»	30,00	1,0	3,5	1,9	43,5	50,00	1,7	5,8	3,1	72,50	ОНОВ		
	Суп картофельный с бобовыми	150,0	3,69	2,46	12,39	88,20	180,00	4,4	2,96	14,26	102,87	№38 №60		
	Рагу овощное с мясом	110,00	9,46	10,12	5,25	159,06	150,00	11,0	12,91	13,30	205,16	ТТК №17		
	Кисель плодово-ягодный	150,00	0,09	0,09	17,70	69,75	180,00	0,09	0,09	21,24	83,70	№648 №18		
	Кисель «Шиповниковый» с вит С													
	Хлеб пшеничный с витаминами	35,00	2,83	0,49	18,58	90,30	47,50	3,84	0,66	25,22	122,55	№1,1		
	ИТОГО ЗА ОБЕД:	475,00	17,07	16,66	55,82	450,81	607,50	21,03	21,52	77,12	586,78			
	ПОЛДНИК													
	Булочка сдобная	50,00	3,90	4,30	26,30	159,00	70,00	5,50	6,00	36,80	223,00	№85		
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 см,			
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК:	200,00	6,00	6,00	37,30	225,00	250,00	8,90	9,10	46,88	305,00	сборн ШКОЛЬН.			
ИТОГО ЗА ПЕРВЫЙ ДЕНЬ:	1124,00	33,00	34,04	163,81	1092,26	1357,00	40,67	42,58	202,16	1349,73	1997г 2004 г			
	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
ДОШКОЛЬНЫЕ ОРГАНИЗАЦИИ (с 1 года до 3 лет; с 3 лет до 7 лет)

[illegible]