

«Согласовано»

Заведующая МАДОУ № 21 «Золушка»

Акшенцева А.Н.

20 05 г.



«Утверждено»

ИП Бикташева С.В.

Бикташева С.В.

20 05 г.



Основное осеннее - зимнее 2-х недельное меню организованного питания для детей возрастных категорий от 1,5 до 3 лет

Приложение № 2 к Контракту/Приложение №9 к описанию объекта закупки
 Примерное десятидневное меню на 2024 год
 Осенне - зимнее
 от 1 до 3 лет (ясли)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 1							
завтрак:	Каша гречневая вязкая (с сахаром)	165	4,67	4,86	25,83	165,97	182/м
	Чай с сахаром	150	0,07	0	6,8	26	411/м
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	30	3,36	1,3	19,74	104,1	тпк
	Масло (порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33	6/м
итого за завтрак		350	8,14	9,79	52,44	329,07	
второй завтрак	Компот из смеси сухофруктов	100	0,22	0	13,88	56,5	399/м
	Печенье	14	1,03	1,54	9,9	57,5	
итого за второй завтрак		114	1,25	1,54	23,78	114	
обед	Салат из моркови	30	0,3	1,35	4,35	30	71/м
	Борщ с капустой и картофелем (сметана прокипят)	153	1	2,9	7	58	53/п 2014
	Котлеты, биточки, шницели (СГР) с томатным соусом	70	8,19	6,59	9,36	130,19	282/м
	Макаронные изделия отварные	112	4	2,87	24,07	140,55	317/м
	Компот из свежих плодов (яблок)	150	0,12	0,12	17,9	73,2	301/п
	Хлеб пшеничный витамин. (Юдир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	тпк
	Хлеб пшенично-ржаной	25	2,81	0,45	16,06	79,25	тпк
итого за обед		560	18,02	14,62	91,34	573,59	
уплотненный полдник	Каша пшенная молочная жидкая	133	4,84	5,7	22,8	161,5	187/п14
	Фрукты (яблоки)	100	0,4	0,4	12	60	368/м
	Чай с сахаром	150	0,07		6,8	26	266/п14
	Хлеб пшеничный витамин. (Юдир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	тпк
итого за уплотненный полдник		403	6,91	6,44	54,2	309,9	
	итого за день	1427	34,32	32,39	221,76	1326,56	

92,93% выполнения энергетической ценности от суточной нормы

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 2							
завтрак:	Каша овсяная "Геркулесовая" молочная жидкая	165	6,19	7,68	25,92	197,33	185/п2014
	Чай с сахаром	150	0,07	0	6,8	26	411/м
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	25	2,8	1,08	16,45	86,75	тпк
	Сыр (порциями)	10	2,63	2,7	0	34	7/м
итого за завтрак		350	11,69	11,46	49,17	344,08	
второй завтрак	Кефир (100/3сахар)	103	2,9	2,5	4	50	262/п2014
итого за второй завтрак		103	2,9	2,5	4	50	
обед	Свекла отварная	30	0,53	0,07	2,87	14	564/м1996
	Суп картофельный с лапшой домашней	150	1,7	1,65	10,7	66	63/п2014
	Плов из птицы (курицы)	160	15,14	19,63	25,28	341,3	130/п 2014
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,33	0,015	20,83	84,75	376/м
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	тпк
	Хлеб пшенично-ржаной	25	2,81	0,45	16,06	79,25	тпк
итого за обед		535	22,11	22,155	88,34	647,7	
уплотненный полдник	Омлет натуральный	130	11,5	20,58	2,3	240,11	209/п 2014
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	тпк
	Чай с сахаром	150	0,07		6,8	26	266/п14
	Д/г зеленый горошек отв	15	0,45	0	0,9	5,25	
итого за уплотненный полдник		315	13,62	20,92	22,6	333,76	
итого за день		1303	50,32	57,035	164,11	1375,54	

98,36% выполнения энергетической ценности от суточной нормы

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	ая ценность (ккал)	№ рецептуры
День 3							
завтрак:	Суп молочный с мак изд (вермишель)	165	4,74	4,3	15,54	119,79	93/м
	Какао с молоком	150	3,07	2,63	13,1	75,82	397/м
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	30	3,36	1,3	19,74	104,1	тгк
	Масло (порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33	6/м
итого за завтрак		350	11,21	11,86	48,45	332,71	
второй завтрак	Компот из смеси сухофруктов	100	0,22	0	13,88	56,5	399/м
	Печенье	14	1,03	1,54	9,9	57,5	
итого за второй завтрак		114	1,25	1,54	23,78	114	
обед	Салат "Здоровье"	30	0,45	1,53	2,16	24	48/мл4
	Рассольник Ленинградский	153	1,67	1,97	7,68	55,2	74/м
	Гуляш из отварной говядины	60	5,14	6,2	1,98	94,71	277/м
	Пюре гороховое	110	10,75	3,73	24,24	175,53	160/м2014
	Компот из свежих плодов (яблок)	150	0,12	0,12	17,9	73,2	301/п
	Хлеб пшеничный витамин. (Йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	тгк
	Хлеб пшенично-ржаной	25	2,81	0,45	16,06	79,25	тгк
итого за обед		548	22,54	14,34	82,62	564,29	
уплотненный полдник	Каша пшеничная молочная жидкая	133	4,83	5,18	23,66	156,32	176/м2014
	Чай с сахаром	150	0,07		6,8	26	266/мл4
	Хлеб пшеничный витамин. (Йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	тгк
	Ватрушка с повидлом	50	3,21	2,12	31,5	158,6	458/м
итого за уплотненный полдник		353	9,71	7,64	74,56	403,32	
итого за день		1365	22,17	35,38	229,41	1414,32	

98,03% выполнения энергетической ценности от суточной нормы

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 4								
завтрак:	Каша манная молочная жидкая	165	4,8	6,4	23,82	172,37	183/п2014	
	Чай с сахаром	150	0,07	0	6,8	26	411/м	
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшени.	25	2,8	1,08	16,45	86,75	ТТК	
	Сыр порциями	10	2,63	2,7	0	34		
итого за завтрак		350	10,3	10,18	47,07	319,12		
второй завтрак	Кисель витаминизированный	100	0	0	10	38	303/п	
итого за второй завтрак		100	0	0	10	38		
обед	Салат из белокочанной капусты	30	0,63	1,35	3,09	26,82	43/м	
	Суп картофельный с овощами и грибами 150/12	162	4,5	2,6	17,7	114	60/п14	
	Картофельный биточек с соусом	70	8,51	6,49	8,26	126,34	80/п2014	
	Картофельное пюре	110	2,24	3,52	14,98	100,65	321/м	
	Картофель с соусом сливочным	150	0,33	0,015	20,83	84,75	376/м	
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	ТТК	
	Хлеб пшенично-ржаной	25	2,81	0,45	16,06	79,25	ТТК	
итого за обед		567	20,62	14,765	93,52	594,21		
уплотненный полдник	Запеканка из творога (с манной крупой) /соусе молочный сладкий 50/15	65	9,09	7,01	10,57	139,22	237/351м	
	Каша молочная "Дружба"	110	3,35	4,24	17,9	124,12	189/п2014	
	Чай с сахаром	150	0,07		6,8	26	266/п14	
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	ТТК	
итого уплотненный полдник		345	14,11	11,59	47,87	351,74		
итого за день		1362	45,03	36,535	198,46	1303,07		

85,57% выполнения энергетической ценности от суточной нормы

			Пищевые вещества (г)				Энергетическ	
--	--	--	----------------------	--	--	--	--------------	--

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 5							
	Каша пшеничная молочная жидкая	165	5,97		6,4	29,23	188/п2014
	Кофейный напиток на молоке	150	2,37		2,01	11,97	ТТК №17
	Масло (порциями)	5	0,04		3,63	0,07	33 6/м
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	30	3,36		1,3	19,74	104,1 ТТК
итого за завтрак		350	11,74		13,34	61,01	405,99
второй завтрак	Чай с сахаром	150	0,07			6,8	26 266/п14
	Печенье	14	1,03		1,54	9,9	57,5
итого за второй завтрак		164	1,1		1,54	16,7	83,5
обед	Салат из картофеля с зеленым горошком	30	0,59		2,65	3	38,77 25/м
	Щи из свежей капусты с картофелем	153	1,1		3,2	4,9	53,22 50/п2014
	Котлеты из птицы (СР) с томатным соусом	70	7,91		9,63	8,96	151,84 128/п2014
	Макаронные изделия отварные	112	4		2,87	24,07	140,55 317/м
	Чай с лимоном и сахаром	150	0,07		0,01	7,1	29 268/п2014
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	20	1,6		0,34	12,6	62,4 ТТК
	Хлеб пшенично-ржаной	25	2,81		0,45	16,06	79,25 ТТК
итого за обед		560	18,08		19,15	76,69	555,03
уплотненный полдник	Суп молочный с мак. изд (вермишель)	150	4,31		3,91	14,13	108,9 93/м
	Пирожки печеные с картофелем	50	3,43		3,36	19,65	123,57 738/м2004
	Чай с сахаром	150	0,07			6,8	26 266/п14
итого за уплотненный полдник		350	7,81		7,27	40,58	258,47
итого за день		1424	38,73		41,3	194,98	1302,99

95,51% выполнения энергетической ценности от суточной нормы

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 6							
завтрак:	Каша рисовая вязкая с изюмом	165	4,95	5,28	35,85	214,47	176/м
	Чай с сахаром	150	0,07	0	6,8	26	411/м
	Масло (порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33	6/м
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшени.	30	3,36	1,3	19,74	104,1	тгк
итого за завтрак		350	8,42	10,21	62,46	377,57	
второй завтрак	Компот из смеси сухофруктов	100	0,22	0	13,88	56,5	399/м
	Печенье	14	1,03	1,54	9,9	57,5	
итого за второй завтрак		114	1,25	1,54	23,78	114	
обед	Салат из моркови	30	0,3	1,35	4,35	30	71/м
	Суп из овощей	150	1,08	2,33	6,08	50	65/м11
	Тефтели из говядины с рисом (СТР) с томатным соусом	70	8	12	10	185	99/м2014
	Каша гречневая рассыпчатая	110	6,14	1,79	25,4	144,56	164/м2014
	Компот из свежих плодов (яблок)	150	0,12	0,12	17,9	73,2	301/п
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	тгк
	Хлеб пшенично-ржаной	25	2,81	0,45	16,06	79,25	тгк
итого за обед		555	20,05	18,38	92,39	624,41	
уплотненный полдник	Макаронные отварные с сыром	130	5,98	5,9	24,99	177,17	207/м
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	тгк
	Чай с сахаром	150	0,07		6,8	26	266/м14
итого за уплотненный полдник		300	7,65	6,24	44,39	265,57	
итого за день		1319	37,37	36,37	223,02	1381,55	

97,27% выполнения энергетической ценности от суточной нормы

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 7							
завтрак:	Каша пшеничная молочная жидкая	165	5,97	7,04	28,16	199,46	187/п14
	Кофейный напиток на молоке	150	2,37	2,01	11,97	75,83	395/м
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшени.	25	2,8	1,08	16,45	86,75	тпк
	Повидло	15			9,15	36,6	7/м
итого за завтрак		355	11,14	10,13	65,73	398,64	
второй завтрак	Кефир (100/3сахар)	103	2,9	2,5	4	50	262/п2014
итого за второй завтрак		103	2,9	2,5	4	50	
обед	Салат "Здоровье"	30	0,45	1,53	2,16	24	48/п14
	Суп картофельный с лапшой домашней	150	1,7	1,65	10,7	66	63/п2014
	Рагу овощное с мясом филе птицы (куры, индейка)	180	14,63	19,48	14,51	292,75	Тпк Уфа 2017
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,33	0,015	20,83	84,75	376/м
	Хлеб пшеничный витамин. (Йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	тпк
	Хлеб пшенично-ржаной	25	2,81	0,45	16,06	79,25	тпк
итого за обед		555	21,52	23,465	76,86	609,15	
уплотненный полдник	Каша пшеничная молочная жидкая	133	4,83	5,18	23,66	156,32	176/п2014
	Ватрушка с творогом	50	6,58	3,91	20,84	144,28	458/м
	Чай с сахаром	150	0,07		6,8	26	266/п14
	Хлеб пшеничный витамин. (Йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	тпк
итого за уплотненный полдник		353	13,08	9,43	63,9	389	
	итого за день	1366	48,64	45,525	210,49	1446,79	

100,97% выполнения энергетической ценности от суточной нормы

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 8							
завтрак:	Каша ячневая молочная	165	5,65	6,08	29,44	196,27	175/п2014
	Чай с сахаром	150	0,07	0	6,8	26	411/м
	Масло (порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33	6/м
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	30	3,36	1,3	19,74	104,1	тгк
итого за завтрак		350	9,12	11,01	56,05	359,37	
итого за завтрак	Компот из смеси сухофруктов	100	0,22	0	13,88	56,5	399/м
	Печенье	14	1,03	1,54	9,9	57,5	
итого за второй завтрак		114	1,25	1,54	23,78	114	
обед	Салат из белокочанной капусты	30	0,63	1,35	3,09	26,82	43/м
	Суп картофельный с крупой	150	1,33	1,78	8,46	55,35	80/м
	Фрикадельки мясные (СТР) с молочным соусом	75	7,7	7,6	6,4	125	98/п2014
	Каша перловая рассыпчатая	110	3,27	0,65	22,68	111,83	297/м
	Компот из свежих плодов (яблок)	150	0,12	0,12	17,9	73,2	301/п
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	тгк
	Хлеб пшенично-ржаной	25	2,81	0,45	16,06	79,25	тгк
итого за обед		560	17,46	12,29	87,19	533,85	
уплотненный полдник	Омлет натуральный	130	11,5	20,58	2,3	240,11	209/п 2014
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	тгк
	Чай с сахаром	150	0,07		6,8	26	266/п14
	Д/г зеленый горошек отв	15	0,45	0	0,9	5,25	
итого за уплотненный полдник		315	13,62	20,92	22,6	333,76	
итого за день		1339	41,45	45,76	189,62	1340,98	

94,61% выполнения энергетической ценности от суточной нормы

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 9							
завтрак:	Каша манная молочная жидкая	165	4,8	6,4	23,82	172,37	183/п2014
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	25	2,8	1,08	16,45	86,75	ТТК
	Сыр порциями	10	2,63	2,7	0	34	
	Какао с молоком	150	3,07	2,63	13,1	75,82	397/м
итого за завтрак		350	13,3	12,81	53,37	368,94	
второй завтрак	Кисель витаминизированный	100	0	0	10	38	303/п
итого за второй завтрак		100	0	0	10	38	
обед	Салат из свеклы с маслом растительным	30	0,39	2,46	1,98	31,5	64/м2003
	Щи из свежей капусты с картофелем	153	1,1	3,2	4,9	53,22	50/п2014
	Котлеты или биточки рыбные (СГР) с томатным соусом	70	8,51	6,49	8,26	126,34	80/п2014
	Картофельное пюре	110	2,24	3,52	14,98	100,65	321/м
	Чай с лимоном и сахаром	150	0,07	0,01	7,1	29	268/п2014
	Хлеб пшеничный витамин. (Нодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	ТТК
	Хлеб пшенично-ржаной	25	2,81	0,45	16,06	79,25	ТТК
итого за обед		558	16,72	16,47	65,88	482,36	
уплотненный полдник	Каша рисовая молочная жидкая	133	3,28	5,1	20,47	141,64	186/п2014
	Фрукты (яблоки)	100	0,4	0,4	12	60	368/м
	Чай с сахаром	150	0,07		6,8	26	266/п14
	Хлеб пшеничный витамин. (Нодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	ТТК
итого за уплотненный полдник		403	5,35	5,84	51,87	290,04	
итого за день		1411	35,37	35,12	181,12	1179,34	

82,95% выполнения энергетической ценности от суточной нормы

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 10							
завтрак:	Каша молочная "Дружба"	165	5	6,5	26,77	185,6	189/п14
	Чай с сахаром	150	0,07	0	6,8	26	411/м
	Масло (порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33	6/м
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшени.	30	3,36	1,3	19,74	104,1	т/тк
итого за завтрак		350	8,47	11,43	53,38	348,7	
второй завтрак	Чай с сахаром	150	0,07		6,8	26	266/п14
	Печенье	14	1,03	1,54	9,9	57,5	
итого за второй завтрак		164	1,1	1,54	16,7	83,5	
обед	Салат из картофеля с зеленым горошком	30	0,59	2,65	3	38,77	25/м
	Свекольник	153	1,38	3,32	9	71,35	11/п11
	Котлеты из птицы (СГР) с томатным соусом	70	7,91	9,63	8,96	151,84	128/п2014
	Макаронные изделия отварные	112	4	2,87	24,07	140,55	317/м
	Компот из свежих плодов	150	0,12	0,12	17,91	73,2	301/п
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	т/тк
	Хлеб пшенично-ржаной	25	2,81	0,45	16,06	79,25	т/тк
итого за обед		560	18,41	19,38	91,6	617,36	
уплотненный полдник	Каша овсяная "Геркулесовая" молочная жидкая	92	3,47	4,3	14,52	110,52	185/п2014
	Вак-беляш	50	5,7	5,7	11,7	123	42п/11
	Чай с сахаром	150	0,07		6,8	26	266/п14
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	т/тк
итого за уплотненный полдник		312	10,84	10,34	45,62	321,92	
итого за день		1386	38,82	42,69	207,3	1371,48	

95,24% выполнения энергетической ценности от суточной нормы
94,15 % всего за 10 дней среднее выполнение энергетической ценности

При разработке примерного меню были использованы:
 1 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях под ред. М.П. Могиляного и В.А. Тутельяна 2014г.
 2. Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий, Пермь 2008г.
 3. Сборник Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий, Пермь 2008г.
 4. Примерное меню разработано инженер-технологом МКУ Управление образования (Амировой Г.Р.) с условием предусмотренных условий и затрат, направленных на выполнение утвержденного размера стоимости питания на одного воспитанника в день и в соответствии с постановлением Администрации МР Мелеузовский район РБ № 1819 от 25.12.2020года.