

«Согласовано»

Заведующая МАДОУ № 25 «Чайка»

 Шлычкова О.А.

«21» 11 20 22 г.



«Утверждено»

ИП Бикташева С.В.

 Бикташева С.В.

«21» 11 20 22 г.



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

1 (приложение № 2 к Контракту/11приложение №9 к описанию объекта закупки Примерное •есятидневное меню на 2023 год Осенне - зимнее от 1 до 3 лет (ясли)

Прием пищи	Наименование б.иода	Выход блюда	Пищевые вещества (Г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 1							
завтрак:	Каша гречневая вязкая (с сахаром)	133	4,1	4,21	18,15	126,53	182/м
	Чай с сахаром	150	0,07		6,8	26	266/Н14
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшеп.	15	1,68	0,65	9,87	52,05	тгк
	Масло (порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33	6/м
итого за завтрак		303	5,89	8,49	34,89	237,58	
второй завтрак	Компот из смеси сухофруктов	100	0,22	0	13,88	56,5	399/м
итого за второй завтрак		100	0,22	0	13,88	56,5	
обед	Салат из моркови с яблоком до 01.03	30	0,28	1,18	2,77	23,08	40/м
	Борш с капустой и картофелем (150/Зметана прокипяч)	153	1	2,9	7	58	53/п 2014
	Котлеты, биточки, шницели	50	7,78	5,8	8	115,85	282/м
	Макаронные изделия отварные (110/2 с маслом сл)	112	4	2,87	24,07	140,5 5	317/м
	Соус томатный	20	0,41	0,79	1,36	14,34	348/м
	Компот из свежих плодов (яблок)	150	0,12	0,12	17,9	73,2	301/п
	Хлеб пшеничный витамини. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	пк
	ХлеО пшенично-ржаной	25	2,81	0,45	16,06	79,25	тгк
итого за обед		560	18	14,45	89,76	566,67	
уплотненный полдник	Запеканка овощная/котлеты из овощей 100/15 (с соусом томатным)	115	3,93	6,56	18,17	147	146м/155 м
	Печенье	20	1,5	2,36	14,88	83,4	
	Чай с молоком и сахаром	150	1,05	1,05	8,4	45,75	3947м
	Хлеб пшеничный витамини. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	тгк
итого за уплотненный полдник		305	8,08	10,31	54,05	338,55	
	итого за день	1268	32,19	33,25	192,58	1199,3	

83,96% 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 (130/3масло)	133	5,01	6,22	20,99	159,77	185/п2014
	Чай с сахаром	150	0,07		6,8	26	266/П14
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	15	1,68	0,65	9,87	52,05	тле
	Сыр (порциями)	8	2,1	2,16	0	27,2	7 /м
итого за завтрак		306	8,86	9,03	37,66	265,02	
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 из белокочанной кап 'сты	30	0,63	1,35	3,09	26,82	20/м
	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	ГТК
	Хлеб пшенично-ржаной	25	2,81	0,45	16,06	79,25	тис
итого за обед		535	22,21	23,435	88,56	660,52	
уплотненный полдник	Омлет натуральный (973)	100	8,85	15,83	1,77	184,7	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
	Фрукты (яблоки)	100	0,4	0,4	12	60	368/м
итого за уплотненный полдник		370	10,92	16,57	33,17	333,1	
	итого за день	1314	44,89	51,535	163,39	1308,64	

95% выполнения энергетической ценности от суточной нормы

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 3							
Завтрак:	Суп молочный с мак.изд (вермишель)	150	4,31	3,91	14,13	108,9	93/м
	Какао с молоком	150	3,07	2,63	13,1	75,82	397/м
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	15	1,68	0,65	9,87	52,05	тк
	Масло (порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33	6/м
Итого за завтрак		320	9,1	10,82	37,17	269,77	
второй завтрак	Кисель из концентрата плодово-ягодный	100	0	0	10	38	303/п
Итого за второй завтрак		100	0	0	10	38	
Обед	Салаг из моркови до 01.03	30	0,3	1,35	4,35	30	41/м
	Рассольник Ленинградский на мясном бульоне (мелкошинкованный) (150/Земетана)	153	1,67	1,97	7,68	55,2	74/м
	Гуляш из отварной говядины (30/30)	60	5,14	6,2	1,98	94,71	277/м
	Пюре гороховое	ПО	10,75	3,73	24,24	175,53	160/П14
	Напиток апельсиновый или лимонный	150	0,1	0,01	14,1	54	278/п2014
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	ПК
	Хлеб пшенично-ржаной	25	2,81	0,45	16,06	79,25	тк
Итого за обед		548	22,37	14,05	81,01	551,09	
уплотненный полдник	Каша пшеничная молочная жидкая (130/3 масло сл)	133	4,83	5,18	23,66	156,32	176/п2014
	Чай с сахаром	150	0,07		6,8	26	266/П14
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	ТТК
	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	1321	18,81	32,51	202,74	1262,18	

96,31% 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 (130/3 масло сл)	133	3,9	5,2	19,35	140,11	183/П2014
	Чай с сахаром	150	0,07		6,8	26	266/П14
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	15	1,68	0,65	9,87	52,05	ТТК
	Сыр порциями	8	2,1	2,16	0	27,2	
итого за завтрак		306	7,75	8,01	36,02	245,36	
второй завтрак	Компот из свежих плодов (яблок)	100	0,08	0,08	11,93	48,8	301/П
итого за и юром заи трак		100	0,08	0,08	11,93	48,8	
обед	Салат из свеклы	30	0,43	1,82	2,51	28,17	33/м
	Щи из свежей капусты с картофелем (150/3 смет прокипяч)	153	1,1	3,2	4,9	53,22	50/П2014
	Котлеты или биточки рыбные	50	8,1	5,7	6,9	112	80/м2014
	Картофельное пюре	100	2,24	3,52	14,98	100,65	321/м
	Соус томатный	20	0,41	0,79	1,36	14,34	348/м
	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	ТТК
	Хлеб пшенично-ржаной	25	2,81	0,45	16,06	79,25	ТТК
итого за обед		558	17,02	15,835	80,14	534,78	
уплотненный полдник	Запеканка из творога (с манной крупой) /соус молочный сладкий 50/15	65	9,09	7,01	10,57	139,22	237/351М
	Каша молочная "Дружба"(90/2 масло сл)	92	2,81	3,64	14,99	103,94	189/м2014
	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		327	13,57	10,99	44,96	331,56	
	итого за день	1291	38,42	34,915	173,05	1160,5	

88% выполнения энергетической ценности от суточной нормы

Прием пищи	Наименование б пода	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 5							
	Каша пшеничная молочная жидкая (130/3)	133	4,83	5,18	23,66	156,32	188/П2014
	Кофейный напиток на молоке	150	2,37	2,01	11,97	75,83	395/м
	Масло (порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33	6/м
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	15	1,68	0,65	9,87	52,05	ТТК
ИТОГА за завтрак		303	8,92	11,47	45,57	317,2	
второй завтрак	Молоко кипяченое	100	2,8	3,2	4,7	61	400/м
итого за второй завтрак		100	2,8	3,2	4,7	61	
обед	Икра морковная	30	0,66	1,38	3,26	28,11	54/м
	Суп картофельный с бобовыми и гречками 150/12	162	4,5	2,6	17,7	114	60/П14
	Фрикадельки мясные (50/25 соус молочный)	75	7,7	7,6	6,4	125	98/П2014
	Макаронные изделия отварные	112	4	2,87	24,07	140,55	317м
	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	ПК
итого за обед		574	21,34	15,25	87,19	578,31	
уплотненный полдник	Суп молочный с мак. изд (вермишель)	150	4,31	3,91	14,13	108,9	93/м
	Кыстыбый с картофелем или кыстыбый с кашей пшенной	50	2,5	4,5	12,9	103	251/252П 2014
	Чай с сахаром	150	0 07		6,8	26	266/П14
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	ТТК
итого за уплотненный полдник		370	8,48	8,75	46,43	300,3	
	итого за день	1347	41,54	38,67	183,89	1256,81	

85% 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 вязкая изюмом (рисовая) (130/3 масло сл)	133	4,01	4,27	29,05	173,82	176/м
	Чай с сахаром	150	0,07		6,8	26	266/П14
	Масло (порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33	6/м
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	15	1,68	0,65	9,87	52,05	ТТК
итого за завтрак		303	5,8	8,55	4579	284,87	
второй завтрак	Компот из смеси сухофруктов	100	0,22	0	13,88	56,5	399/м
итого за второй завтрак		100	0,22	0	13,88	56,5	
обед	Салат из моркови до 01.03	30	0,3	1,35	4,35	30	41/м
	Суп овощной	150	1,08	2,33	6,08	50	65/П11
	Тефтели из говядины (50/20соус)	70	8	12	10	185	99/п2014
	Каша гречневая рассыпчат	ПО	6,14	1,79	25,4	144,56	164/П2014
	Напиток апа исиновый	150	0,1	0,01	14,1	Г4	278/п2014
	Хлеб пшеничный витамин н (йодир)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	ТТК
	Хлеб пшенично-ржаной	25	2,81	0,45	16,06	79,25	ТТК
итого за обед		555	20,03	18,27	88,59	605,21	
уплотненный подник	Макароны запеченные с сыром	113	5,2	5,13	21,72	154	207/м
	Хлеб пшеничный витаминн. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	ТТК
	Чай с сахаром	150	0,07		6,8	26	266/п14
итого за уплотненный ПО.УНВК		283	6,87	5,47	41,12	242,4	
	итого за день	1241	32,92	32,29	18938	1188,98	

83% 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 пшенная молочная жидкая (130/3 масло сл)	133	4,84	5,7	22,8	161,5	187/П14
	Кофейный напиток на молоке	150	2,37	2,01	11,97	75,8	395. м
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	15	1,68	0,65	9,87	52,05	тгк
	Сыр порциями	8	2,1	2,16	0	27,2	7/м
итого за завтрак		306	10,99	10,52	44,64	316,55	
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	Икра свекольная	30	0,54	2,13	2,79	32,4	45/П2014
	Суп картофельный с крупой	150	1,33	1.78	8.46	55,35	80/м
	Голубцы ленивые (2 вариант) 140/60 соус томатный	200	13,3	13,7	11,5	222	118/П2014
	Компот из свежих яблок (яблок)	150	0,12	0,12	17,91	73,2	372/м
	Хлеб шпичичный питамини (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	тгк
	Хлеб шпичично-ржапой	25	2,81	0,45	16,06	79,25	тгк
итого за обед		575	19,7	18,52	69,32	524,6	
уплотненный полдник	Каша пшеничная молочная жидкая (130/3 масло сл)	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 витамини (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	тгк
итого за уплотненный полдник		353	13,08	9,43	63,9	389	
	итого за день	1337	46,67	40,97	181,86	1280,15	г

104,2% 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:	Какао яичная молочная (130/3)	133	4,58	4,92	23,84	158,91	175/п2014
	Чай с сахаром	150	0,07		6,8	26	266/П14
	Масло (порцилли)	5	0,04	3,63	0,065	33	6/м
	Баюн нарезной для дез сй дошкольного возраста или хлеб ишен.	15	1,68	0,65	9,87	52,05	тгк
итого за завтрак		303	6,37	9,2	40,575	269,96	
итого чая завтрак	Компот из свежих плодов (яблоко)	100	0,08	0,08	11,93	48,8	301/п
итого за второй завтрак		100	0,08	0,08	11,93	48,8	
обед	Салат "Здоровье"	30	0,45	1,53	2,16	24	48/П14
	Суп картофельный с лапшой домашней	150	1,7	1,65	10,7	66	63/П2014
	Рагу овощное с мясом птицы (куры, индейка)	180	14,63	19,48	14,51	292,75	Тгк 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	тгк
	Хлеб пшенично-ржаной	25	2,81	0,45	16,06	79,25	тгк
итого за обед		555	21,52	23,465	76,86	609,15	
уплотненный полдник	Омлет натуральный (97/3)	100	8,85	15,83	1,77	184,7	209/п2014
	Чай с сахаром	150	0,07		6,8	26	266/П14
	Фрукты (яблоки)	100	0,4	0,4	12	60	368/м
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	пк
итого за уплотненный полдник		370	10,92	16,57	33,17	333,1	
	итого за день	1040	34,2	40,765	131,83	1261,01	

86,01% 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 (130/3 масло сл)	133	3,9	5,2	19,35	140,11	183/П2014
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	15	1,68	0,65	9,87	52,05	тгк
	Сыр порциями	8	2,1	2,16	0	27,2	
	Какао с молоком	150	3,07	2,63	13,12	75,82	397/м
итого за завтрак		306	10,75	10,64	42,34	295,18	
второй завтрак	Кисель из концентрата г плодово-ягодный	100	0	0	10	38	303/п
итого за второй завтрак		100	0	0	10	38	
обед	Салат из моркови до 01 03	30	0,3	1,35	4,35	30	41/м
	Щи из свежей капусты с картофелем (150/3 смет прокипяч)	153	1,1	3,2	4,9	53,22	50/П2014
	Тефтели рыбные тушеные 50/20	70	7,05	6,35	8,1	118,41	82/п2014
	Картофельное пюре	ПО	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. (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		558	15,17	15,22	68,09	472,93	
уплотненный полдник	Каша рисовая молочная жидкая (130/3 масло сл)	133	3,28	5,1	20,47	141,64	186/п2014
	Пс ченье	20	1,5	2,36	14,88	83,4	
	Чай с сахаром	150	0,07		6,8	26	266/П114
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	%тгк
итого за уплотненный полдник		323	6,45	7,8	54,75	313,44	
итого за день		1131	24,69	25,65	145,96	1119,55	

76,71% 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" (130/3 масло сл)	133	4,1	5,3	21,68	150,27	189/П14
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	15	1,68	0,65	9,87	52,05	ГТК
	Масло (порциями)	5	0,04	3,63	0,065	33	6/М
	Чай с сахаром	150	0,07		6,8	26	266/П14
итого за завтрак		303	5,89	9,58	38,415	26132	
второй завтрак	Молоко кипяченое	100	2,8	3,2	4,7	61	400/М
итого за второй завтрак		100	2,8	3,2	4,7	61	
обед	Салат из картофеля с зеленым горошком	30	0,59	2,65	3	38,77	25/М
	Свекольник	153	1,38	3,32	9	71,35	11/П11
	Котлеты из птицы	50	7,5	8,84	7,6	137,5	128/П2014
	Макаронные изделия отварные	112	4	2,87	24,07	140,55	317/М
	Соус томатный	20	0,41	0,79	1,36	1434	355/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	ТТК
	Хлеб пшенично-ржаной	25	2,81	0,45	16,06	79,25	ПК
итого за обед		560	18,41	1938	91,6	61736	
уплотненный полдник	Капуста тушеная	ПО	2,17	4,38	10,44	86,9	132/М
	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	ТТК
итого за уплотненный полдник		330	9,54	10,12	41,54	2983	
итого за день		1293	36,64	4238	176355	1237,98	

86,16% выполнения энергетической ценности от суточной нормы

88 % всего та 10 дней среднее выполнение энергетической ценности

При разработке примерного меню были использованы

Могильного и В.А. Тутельяна 2(114г

Я Сборник кСборник техно.логических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий, Пермь 2008г.

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 РЕ № 1 819 от 25.12.2020года

1 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях под ред. МП.

2. Сборник технологий веских нормативов Партия г Уфа 2С14 г

4 Примерное меню разработано инженером технологом МКУ