

"Согласовано"
Заведующий

М.П.

Приложение № 9 к Описанию закупки
Примерное десятидневное меню на 2024 год
(осенне-зимний)
от 1 до 3 лет (ясли)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1 День 1							
завтрак:	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным и сахаром	130	3,78	3,95	20,99	116,88	табл 2/168/м
	Чай с сахаром	150	0,075	0,023	6,83	18,75	266/п14
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	15	16,8	0,65	9,87	52,05	тгк
	Масло (порциями)	5	0,04	3,63	0,065	33	6/м
Итого за завтрак		300	20,695	8,253	37,755	220,68	

второй завтрак	Сок фруктовый (яблочный)	100	0,5	0	10,1	42,7	399/м
	Печенье	14	1,03	1,54	9,9	57,5	
итого за второй завтрак		114	1,53	1,54	20	100,2	
обед	Салат из моркови и яблок до 01.03	30	0,25	1,56	2,35	24,57	40/м
	Борщ с капустой и картофелем (150/5 сметана прокипяч)	155	1	2,9	7	58	53/п 2014
	Котлеты, биточки, шницели рубленные с соусом томатным 50/20	50	8,01	5,84	9,61	130,7	282/м
	Макаронные изделия отварные	110	4,1	3,3	19,38	123,45	317м
	Напиток из яблок	150	0	0	17,63	66,75	301/п
	Хлеб пшеничный витамины. (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		540	17,77	14,39	84,63	545,12	

уплотненн ый полдник	Каша пшенная молочная жидкая	133	4,84	5,7	22,8	161,5	187/п14
	Фрукт	100	1,5	0,5	21	95	368/м
	Чай с сахаром	150	0,075	0,023	6,83	18,75	394/м
	Хлеб пшеничный витамины. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	ТТК
Итого за уплотненн ый полдник		403	8,015	6,563	63,23	337,65	
	Итого за день	1357	48,01	30,746	205,615	1203,65	

85,98 % выполнения энергетическо

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетич еская ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
день 2							
завтрак:	Каша овсяная молочная жидкая (130/3масло)	133	5,01	6,22	20,99	159,77	185/п2014
	Чай с сахаром	150	0,075	0,023	6,83	18,75	266/п14

	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	15	16,8	0,65	9,87	52,05	ТТК
	Сыр (порциями)	8	2,1	2,16	0	27,2	7 /м
	итого за прием	306	23,985	9,053	37,69	257,77	
итого за завтрак	Кефир нежирный (100/3сахар)	103	2,9	2,5	4	50	262/п2014
	итого за прием	103	2,9	2,5	4	50	
обед	Салат из белокочанной капусты	30	0,2	1,52	2,71	26,22	20/м
	Суп - лапша домашняя	150	1,7	2,6	7,9	62	63/п2014
	Плов из птицы (курицы)	160	15,14	19,63	25,28	341,3	130/п 2014
	Компот из сушеных фруктов	150	0,33	0,015	20,83	84,75	376/м
	Хлеб пшеничный витамины. (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 прием	535	21,78	24,555	85,38	655,92	

уплотненн ый полдник	Омлет натуральный	130	11,5	20,5	23,1	240,1	209/п 2014
	д/г зеленый гороше отв	15	0,45	0	0,9	5,25	
	Хлеб пшеничный витамины. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	ТТК
	Чай с сахаром	150	0,075	0,023	6,83	18,75	266/п14
Итого за уплотненн ый полдник		315	13,625	20,863	43,43	326,5	
	Итого за день	1259	62,29	56,971	170,5	1290,19	

92 % выполнения энергетическо

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетич еская 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	3,42	2,63	13,1	84,25	397/м

	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	15	16,8	0,65	9,87	52,05	ТТК
	Масло (порциями)	5	0,04	3,63	0,065	33	6/м
	итого за прием	320	24,57	10,82	37,165	278,2	
итого за завтрак	Кисель из концентрата плодово-ягодный	100	0	0	10	38	303/п
	итого за прием	100	0	0	10	38	
обед	Салат из моркови (с сахаром) до 01.03	30	0,37	0,029	3,48	15,69	41/м
	Рассольник на мясном бульоне (мелкошинкованный (147/3 сметана)	150	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 (110/3 масло сл)	113	10,75	3,73	24,24	175,53	160/п14
	Напиток из яблок	150	0	0	17,63	66,75	301/п
	Хлеб пшеничный витамины. (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		548	22,34	12,719	83,67	549,53	
уплотненн ый полдник							
	каша "Артек" молочная вязкая (130/3)	133	5,26	4,92	48,27	255,6	176/п2014
	Чай с сахаром	150	0,075	0,023	6,83	18,75	266/п14
	Хлеб пшеничный витамины. (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 уплотненн ый полдник		353	10,145	7,403	99,2	495,35	
	итого за день	1321	34,715	30,942	230,035	1361,08	

97,22

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетич еская ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
день 4							

завтрак:	Каша манная молочная жидкая (130/3 масло сл)	133	3,2	4,98	12,83	116,49	183/п2014
	Чай с сахаром	150	0,075	0,023	6,83	18,75	266/п14
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	15	16,8	0,65	9,87	52,05	тгк
	Сыр порциями	8	2,1	2,16	0	27,2	
итого за завтрак		306	22,175	7,813	29,53	214,49	
второй завтрак	Сок фруктовый (яблочный)	100	0,75	0	10,05	42,7	399/м
	Печенье	14	1,03	1,54	9,9	57,5	
	итого за прием	114	1,78	1,54	19,95	100,2	
обед	Салат из свеклы	30	0,43	1,82	28,17	28,17	33/м
	Щи из свежей капусты с картофелем (150/5 смет прокипяч)	155	1,1	3,3	5	55	50/п2014
	Котлеты или биточки рыбные с соусом томатным 50/20	50	8,33	5,74	8,51	126,85	80/п2014
	Картофельное пюре	110	2,24	3,52	14,98	100,65	321/м

	Компот из сушеных фруктов	150	0,33	0,015	20,83	84,75	376/м
	Хлеб пшеничный витамини. (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		540	16,84	15,185	106,15	537,07	
уплотненный полдник	Запеканка из творога (с манной крупой) /соус молочный сладкий 50/15	65	17,76	12,73	19,14	262,22	237/351м
	Каша молочная "Дружба"(90/2 масло сл)	92	2,81	3,64	14,99	103,94	189/п2014
	Чай с сахаром	150	0,075	0,023	6,83	18,75	266/п14
	Хлеб пшеничный витамини. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	ТТК
	Фрукт	100	1,5	0,5	21	95	368/м
Итого уплотненный полдник		427	23,745	17,233	74,56	542,31	
	Итого за день	1387	64,54	41,771	230,19	1394,07	

100 % выполнения энс

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая 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	0,065	33	6/м
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	15	16,8	0,65	9,87	52,05	тгк
итого за завтрак		303	24,04	11,47	45,565	317,2	
второй завтрак	Чай с сахаром	150	0,075	0,023	6,83	18,75	266/п14
	Печенье	14	1,03	1,54	9,9	57,5	
итого за второй завтрак		150	0,075	0,023	6,83	18,75	

обед	Икра морковная	30	0,66	1,38	3,26	28,11	54/м
	Суп картофельный с крупой	150	1,31	0,76	8,58	67,5	80/м
	Котлеты из птицы с соусом томатным	50	5,06	6,26	60,2	99,4	128/п2014
	Макаронные изделия отварные	110	4,06	3,9	22,9	145,9	317м
	Чай с лимоном и сахаром	150	0,1	0,03	4,7	19	268/п2014
	Хлеб пшеничный витамины. (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		535	15,6	13,12	128,3	501,56	
уплотненн ый полдник	Суп молочный с мак.изд (вермишель)	150	4,31	3,91	14,13	108,9	93/м
	Пирожки печены с картофелем или кыстыбый с картофелем	50	3,43	3,36	19,65	123,57	738/м2004
	Чай с сахаром	150	0,075	0,023	6,83	18,75	266/п2014
	Хлеб пшеничный витамины. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	ТТК

Итого за уплотнен ый полдник		370	9,415	7,633	53,21	313,62	
	Итого за день	1358	49,13	32,246	233,905	1151,13	

82 % выполнения энс

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетич еская ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя вторая День 6							
завтрак:	Каша вязкая изюмом (рисовая) (130/4 масло сл)	134	4,64	4,94	33,61	201,07	176/м
	Чай с сахаром	150	0,075	0,023	6,83	18,75	266/п14
	Масло (порциями)	5	0,04	3,63	0,065	33	6/м
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	15	16,8	0,65	9,87	52,05	ТТК
Итого за завтрак		304	21,555	9,243	50,375	304,87	

второй завтрак	Сок фруктовый (виноградный)	100	0,3	0,2	16,3	68	399/м
	Печенье	14	1,03	1,54	9,9	57,5	
итого за второй завтрак		114	1,33	1,74	26,2	125,5	
обед	Салат из моркови (с сахаром) до 01.03	30	0,37	0,029	3,48	15,69	41/м
	Суп овощной	150	1,08	2,33	6,08	50	65/п11
	Тефтели из говядины с томатным соусом (50/20соус)	50	5,71	8,57	7,14	132,14	99/п2014
	Каша гречневая рассыпчатая (110/3 масло сл)	113	6,16	3,96	25,4	164,36	164/п2014
	Напиток из яблок	150	0	0	17,6	66,75	301/п
	Хлеб пшеничный витамины. (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		538	17,73	15,679	88,36	570,59	

уплотненн ый полдник	Макароны запеченные с сыром	110	5,03	4,97	21,03	149,03	207/м
	Хлеб пшеничный витамины. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	ТТК
	Чай с сахаром	150	0,075	0,023	6,83	18,75	266/п14
Итого за уплотненн ый полдник		280	6,705	5,333	40,46	230,18	
		560	13,41	10,666	80,92	460,36	
	Итого за день	1227	49,27	28,735	205,35	1208,5	

86 % выполнения энс

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетич еская ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 7							
завтрак:	Каша пшеничная 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	16,8	0,65	9,87	52,05	ТТК
	Сыр порциями	8	2,1	2,16	0	27,2	7/М
Итого за завтрак		306	26,11	10,52	44,64	316,55	
второй завтрак	Кефир нежирный (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	0,52	2,17	2,77	32,25	45/п2014
	суп картофельный с бобовыми и гренками 150/10	160	4,5	2,6	17,7	114	60/п14
	Рагу овощное с мясом птицы (куры, индейка)	180	14,63	19,48	14,51	292,75	ТТК Уфа 2017
	Компот из сушеных фруктов	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		565	24,39	25,055	84,47	665,4	

уплотненн ый полдник	каша "Артек" молочная вязкая (130/3)	133	5,26	4,92	48,27	255,6	176/п2014
	Ватрушка с творогом	50	6,58	3,91	31,5	158,57	458/м
	Чай с сахаром	150	0,075	0,023	6,83	18,75	266/п14
	Хлеб пшеничный витамины. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	ТТК
итого за уплотненн ый полдник		353	13,515	9,193	99,2	495,32	
	итого за день	1327	66,915	47,268	232,31	1527,27	

109,09 % выполнения энс

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетич еская ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 8							
завтрак:	Каша ячневая молочная (130/3)	133	4,58	4,92	23,84	158,91	175/п2014

	Чай с сахаром	150	0,075	0,023	6,83	18,75	266/п14
	Масло (порциями)	5	0,04	3,63	0,065	33	6/м
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	15	16,8	0,65	9,87	52,05	ТТК
итого за завтрак		303	21,495	9,223	40,605	262,71	
итого за завтрак	Сок фруктовый (яблочный)	100	0,5	0	10,1	42,7	399/м
итого за второй завтрак	Печенье	14	1,03	1,54	9,9	57,5	
		114	1,53	1,54	20	100,2	
обед	Салат "Здоровье"	30	0,49	2,21	1,72	28,5	48/п14
	Суп - лапша домашняя	150	1,7	2,6	7,9	62	63/п2014
	Фрикадельки мясные с соусом молочным 50/20	50	5,5	5,42	4,57	89,28	98/п2014
	Каша перловая рассыпчатая	130	3,86	0,77	26,81	132,16	297/м
	Напиток из яблок	180	0	0	21,15	80,1	301/п
	Хлеб пшеничный витамины. (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		585	15,96	11,79	90,81	533,69	
уплотненный полдник	Омлет натуральный	130	11,5	20,5	23,1	240,1	209/п 2014
	д/г зеленый гороше отв	15	0,45	0	0,9	5,25	
	Чай с сахаром	150	0,075	0,023	6,83	18,75	266/п14
	Фрукты (яблоки)	100	0,4	0,4	0,4	44	368/м
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	ТТК
итого за уплотненный полдник		415	14,025	21,263	43,83	370,5	
	итого за день	1129	48,315	35,243	164,51	1267,1	

90,51

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	3,2	4,98	12,83	116,49	183/п2014
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	15	16,8	0,65	9,87	52,05	ТТК
	Сыр порциями	8	2,1	2,16	0	27,2	
	Какао с молоком	150	3,07	2,62	13,12	75,83	397/м
Итого за завтрак		306	25,17	10,41	35,82	271,57	
второй завтрак	Кисель из концентрата плодово-ягодный	100	0	0	10	38	303/п
Итого за второй завтрак		100	0	0	10	38	
обед	Салат из моркови (с сахаром) до 01.03	30	0,37	0,029	3,48	15,69	41/м
	Щи из свежей капусты с картофелем (150/5 смет прокипяч)	155	1,1	3,3	5	55	50/п2014
	Тефтели рыбные тушеные 50/20	70	7,8	6,7	8,8	127	82/п2014

	Картофельное пюре	110	2,24	3,52	14,98	100,65	321/м
	Чай с лимоном и сахаром	150	0,1	0,03	4,7	19	268/п2014
	Хлеб пшеничный витамини. (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	16,02	14,369	65,62	458,99	
уплотненн ый полдник	Каша рисовая молочная жидкая (130/3масло сл)	133	3,28	5,1	20,47	141,64	186/п2014
	Печенье	14	1,03	1,54	9,9	57,5	
	Чай с сахаром	150	0,075	0,023	6,83	18,75	266/п14
	Хлеб пшеничный витамини. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	ТТК
итого за уплотненн ый полдник		317	5,985	7,003	49,8	280,29	
	итого за день	1127	25,075	23,992	138,54	1048,85	

74,92 % выполнения энс

Прием		Выход	Пищевые вещества (г)	Энергетическая	
-------	--	-------	----------------------	----------------	--

прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Б	Ж	У	Эквивалентная ценность (ккал/п.)	№ рецептуры
День 10							
завтрак:	Каша молочная "Дружба"(130/3 масло сл)	133	4,1	5,3	21,68	150,27	189/п14
	Масло (порциями)	5	0,04	3,63	0,065	33	6/м
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	15	16,8	0,65	9,87	52,05	ТТК
	Чай с сахаром	150	0,075	0,023	6,83	18,75	266/п14
Итого за завтрак		303	21,015	9,603	38,445	254,07	
второй завтрак	Чай с сахаром	150	0,05	0,03	8,32	33,3	266/п14
	Печенье	14	1,03	1,54	9,9	57,5	
Итого за второй завтрак		150	0,05	0,03	8,32	33,3	
обед	Салат из картофеля с зеленым горошком	30	0,59	1,57	2,93	28,26	25/м
	Свекольник	150	1,38	3,32	9	71,35	11/п11
	Котлеты из птицы	50	7,5	10,6	7,6	157	128/п2014

	Макаронные изделия отварные	110	4,06	3,3	19,38	123,45	317м
	соус сметанный с томатом	20	0,35	1	1,4	16	355/м
	Напиток из яблок	150	0	0	17,63	66,75	301/п
	Хлеб пшеничный витамины. (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	18,29	20,58	86,6	604,46	
уплотненн ый полдник							
	Капуста тушеная	110	2,17	4,08	10,44	86,9	132/м
	Вак-беляш	50	5,7	5,7	11,7	123	42п/11
	Чай с сахаром	150	0,075	0,023	6,83	18,75	266/п14
	Хлеб пшеничный витамины. (йодир.)	20	1,6	0,34	12,6	62,4	ТТК
итого за уплотненн ый полдник		330	9,545	10,143	41,57	291,05	
	итого за день	1338	48,9	40,356	174,935	1182,88	

84,49 % выполнения энс

90 % всего за 10 дней среднее выполнение энергет

При разработке примерного меню были использованы:

1 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна 2014г.

2. Сборник технологических нормативов Партнер г. Уфа. 2014 г.

3. Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий, Пермь 2008г.

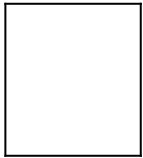
4. Примерное меню разработано инженер-технологом МКУ Управление образования (Амировой Г.Р.) с условием предусмотренных условий и затрат, направленных на выполнение утвержденного размера стоимости питания на одного воспитанника в день и в соответствии с постановлением Администрации МР Мелеузовский район РБ № 318 от 20.03.2023 года.

й ценности от суточной нормы

й ценности от суточной нормы

% выполнения энергетической ценности

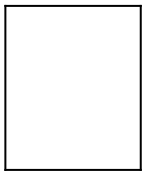
энергетической ценности



энергетической ценности



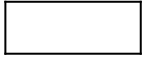
энергетической ценности



энергетической ценности

% выполнения энергетической ценности

энергетической ценности



энергетической ценности

ической ценности

"Согласовано"
Заведующий

М.П.

Приложение № 9 к Описанию закупки
Примерное десятидневное меню на 2024год
(осенне-зимний)
от 3 лет до 7 лет (сад)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1 День 1							
завтрак:	Каша гречневая вязкая с сахаром и маслом	160	4,67	4,86	25,83	155,6	168/м
	Чай с сахаром	200	0,07	0,04	11,1	44,4	392/м
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	45	5,04	1,9	29,6	156,1	ТТК
	Масло (порциями)	5	0,04	3,63	0,065	33	6/м

итого за завтрак		410	9,82	10,43	66,595	389,1	
второй завтрак	Сок фруктовый (яблочный)	100	0,75	0	10,05	42,7	399/м
	Печенье	14	1,03	1,54	9,9	57,5	
итого за второй завтрак		114	1,78	1,54	19,95	100,2	
обед	Салат из моркови и яблок до 01.03	50	0,41	2,6	3,9	40,9	41/м
	Борщ с капустой и картофелем (180/б сметана пррокипяч)	186	1,25	3,69	8,45	71,02	53/п 2014
	Котлеты, биточки, шницели рубленные с томатным соусом	70	10,8	8,1	11,2	162,1	282/м
	Макаронные изделия отварные	130	4,8	3,9	22,9	145,9	317м
	Напиток из яблок	180	0	0	21,15	80,1	301/п
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	25	2	0,42	15,75	78	м
	Хлеб пшенично-ржаной	30	3,3	0,54	19,2	95,1	м

итого за обед		671	22,56	19,25	102,55	673,12	
уплотненны й полдник	Каша пшенная молочная жидкая	154	5,6	6,6	26,4	187	187/п14
	Фрукт	100	1,5	0,5	21	95	368/м
	Чай с сахаром	200	0,07	0,04	11,1	44,4	392/м
	Хлеб пшеничный витамины. (йодир.)	25	2	0,42	15,75	78	м
итого за уплотненн ый полдник		479	9,17	7,56	74,25	404,4	
	итого за день	1674	43,33	38,78	263,345	1566,82	

87,05 % выполнения энергетической ценнс

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическ ая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
день 2							
завтрак:	Каша овсяная молочная жидкая	154	5,8	7,2	24,3	185	185/п2014
	Чай с сахаром	200	0,07	0,04	11,1	44,4	392/м

	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	36	4	1,5	23,6	124,9	тгк
	Сыр порциями	10	2,63	2,7	0	34	7/м
	итого за прием	400	12,5	11,44	59	388,3	
итого за завтрак	Кефир нежирный	150	4,4	3,8	6	75	262/п2014
	итого за прием	150	4,4	3,8	6	75	
обед	Салат из белокочанной капусты	50	0,33	2,53	4,52	43,7	20/м
	Суп - лапша домашняя	180	1,89	3,06	8,37	69,3	63/п2014
	Плов из птицы (курицы)	160	15,14	19,63	25,28	341,3	130/п 2014
	Компот из сушеных фруктов	180	0,4	0,018	25	101,7	376/м
	Хлеб пшеничный витамины. (йодир.)	25	2	0,42	15,75	78	м
	Хлеб пшенично-ржаной	30	3,3	0,54	19,2	95,1	м
	итого за прием	625	23,06	26,198	98,12	729,1	

уплотненны й полдник	Омлет натуральный	150	13,27	23,75	2,65	277,05	209/п 2014
	д/г зеленый горошек отв	15	0,45	0	0,9	5,25	
	Хлеб пшеничный витамины. (йодир.)	25	2	0,42	15,75	78	м
	Чай с сахаром	200	0,07	0,04	11,1	44,4	266/п14
итого за уплотненн ый полдник		390	15,79	24,21	30,4	404,7	
	итого за день	1565	55,75	65,648	193,52	1597,1	

89 % выполнения энергетической ценнс

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическ ая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 3							
завтрак:	Суп молочный с мак.изд. (вермишель)	180	5,2	4,69	16,95	130,68	93/м
	Какао с молоком	200	4,1	3,5	17,5	101,1	397/м
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	20	2,24	0,86	13,16	69,4	тгк

	Масло (порциями)	5	0,04	3,63	0,065	33	6/м
	итого за прием	405	11,58	12,68	47,675	334,18	
итого за завтрак	Кисель из концентрата плодово-ягодный	150	0	0	15	57	303/п
	итого за прием	150	0	0	15	57	
обед	Салат из моркови (с сахаром) до 01.03	50	0,61	0,048	5,8	26,15	41/м
	Рассольник на мясном бульоне (мелкошинкованный) со сметаной кипяч.	180	2,01	2,37	9,22	66,24	74/м
	Гуляш из отварной говядины (35/35)	70	5,99	7,2	2,31	110,5	277/м
	Пюре гороховое	134	12,74	4,42	28,75	208,1	160/п2014
	Напиток из яблок	180	0,12	0,012	16,92	64,8	278/п2014
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	25	2	0,42	15,75	78	м
	Хлеб пшенично-ржаной	30	3,3	0,54	19,2	95,1	м
итого за обед		669	26,77	15,01	97,95	648,89	
уплотненны й полдник							

	каша "Артек" молочная вязкая	154	6,1	5,7	55,9	296	176/п14
	Чай с сахаром	200	0,07	0,04	11,1	44,4	266/п14
	Хлеб пшеничный витамины. (йодир.)	25	2	0,42	15,75	78	м
	Ватрушка с повидлом	50	3,21	2,12	31,5	158,6	458/м
ИТОГО за уплотненн ый полдник		429	11,38	8,28	114,25	577	
	Итого за день	1653	22,96	35,97	274,875	1617,07	

89,84

% выпол.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическ ая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
день 4							
завтрак:	Каша манная молочная жидкая	154	3,8	5,9	17,6	138	183/п2014
	Чай с сахаром	200	0,07	0,04	11,1	44,4	266/п14
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	36	4	1,5	23,6	124,9	тгк
	Сыр порциями	10	2,6	2,7	0	34	7/м

итого за завтрак		400	10,47	10,14	52,3	341,3	
второй завтрак	Сок фруктовый (яблочный)	100	0,75	0	10,05	42,7	399/м
	Печенье	14	1,03	1,54	9,9	57,5	
	итого за прием	114	1,78	1,54	19,95	100,2	
обед	Салат из свеклы	50	0,71	3,04	46,95	46,95	33/м
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной прокипяч	180	1,28	3,8	5,8	63,87	50/п2014
	Котлеты или биточки рыбные с соусом томтаным	70	11,69	9,24	12,07	179,07	80/п2014
	Картофельное пюре	130	2,65	4,16	17,71	118,95	321/м
	Компот из сушеных фруктов	180	0,4	0,018	25	101,7	376/м
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	25	2	0,42	15,75	78	м
	Хлеб пшенично-ржаной	30	3,3	0,54	19,2	95,1	м
итого за обед		665	22,03	21,218	142,48	683,64	

уплотненный полдник	Запеканка из творога (с манной крупой) /соус молочный сладкий 50/15	65	17,76	12,73	19,14	262,22	237/351м
	Каша молочная "Дружба"(100/3 масло сл)	103	3,14	4,1	16,78	116,37	189/п2014
	Чай сахаром	200	0,07	0,04	11,1	44,4	266/п14
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	25	2	0,42	15,75	78	м
	Фрукт	100	1,5	0,5	21	95	368/м
ИТОГО уплотненный полдник		493	24,47	17,79	83,77	595,99	
	итого за день	1672	58,75	50,688	298,5	1721,13	

96 % выполнения энергет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 5							
	Каша пшеничная молочная жидкая	154	5,6	6	27,4	181	188/п2014

	Кофейный напиток на молоке	200	3,08	2,6	15,95	101,1	395/м
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	45	5,04	1,9	29,6	156,1	тгк
	Масло (порциями)	5	0,04	3,63	0,065	33	6/м
итого за завтрак		404	13,76	14,13	73,015	471,2	
второй завтрак	Чай с сахаром	150	0,05	0,03	8,32	33,3	266/п14
	Печенье	14	1,03	1,54	9,9	57,5	
итого за второй завтрак		164	1,08	1,57	18,22	90,8	
обед	Икра морковная	50	1,1	2,3	5,44	46,85	54/м
	Суп картофельный с крупой	180	1,57	0,91	10,3	81	80/м
	Котлеты из птицы с соусом томатным	70	7,09	8,77	8,43	139,13	128/п2014
	Макаронные изделия отварные	130	4,8	3,9	22,9	145,9	317м
	Чай с лимоном и сахаром	180	0,18	0,03	8,37	33,3	268/п2014

	Хлеб пшеничный витамины. (йодир.)	25	2	0,42	15,75	78	м
	Хлеб пшенично-ржаной	30	3,3	0,54	19,2	95,1	м
итого за обед		665	20,04	16,87	90,39	619,28	
уплотненны й полдник	Суп молочный с мак.изд. (вермишель)	180	5,2	4,69	16,95	130,68	93/м
	Пирожки печеные с картофелем или кыстыбый с картофелем	50	3,43	3,36	19,65	123,57	738/м2004
	Чай с сахаром	200	0,1	0,03	9,1	25	266/п14
	Хлеб пшеничный витамины. (йодир.)	25	2	0,42	15,75	78	м
итого за уплотненн ый полдник		455	10,73	8,5	61,45	357,25	
	итого за день	1688	45,61	41,07	243,075	1505,23	

84 % выполнения энергет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическ ая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		

Неделя вторая День 6							
завтрак:	Каша вязкая изюмом (рисовая) с маслом сл	155	4,64	4,94	33,61	201,07	176/м
	Чай с сахаром	200	0,07	0,04	11,1	44,4	266/п14
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	40	4,48	1,72	26,3	138,8	тгк
	Масло (порциями)	5	0,04	3,63	0,065	33	6/м
итого за завтрак		400	9,23	10,33	71,075	417,27	
второй завтрак	Сок фруктовый (виноградный)	100	0,3	0,2	16,3	68	399/м
	Печенье	14	1,03	1,54	9,9	57,5	
итого за второй завтрак		114	1,33	1,74	26,2	125,5	
обед	Салат из моркови (с сахаром) до 01.03	50	0,61	0,048	5,8	26,15	41/м
	Суп овощной	180	1,3	2,8	7,3	60	65/п11
	Тефтели из говядины с томатным соусом	70	8	12	10	185	99/п2014

	Каша гречневая рассыпчатая с маслом слив.	133	7,3	4,7	30,1	194,91	164/п2014
	Напиток из яблок	180	0,12	0,012	16,92	64,8	278/п2014
	Хлеб пшеничный витамины. (йодир.)	25	2	0,42	15,75	78	м
	Хлеб пшенично-ржаной	30	3,3	0,54	19,2	95,1	м
итого за обед		668	22,63	20,52	105,07	703,96	
уплотненный полдник	Макароны запеченные с сыром	130	5,95	5,88	24,85	176,13	207/м
	Хлеб пшеничный витамины. (йодир.)	25	2	0,42	15,75	78	м
	Чай с сахаром	200	0,07	0,04	11,1	44,4	266/п14
итого за уплотненный полдник		355	8,02	6,34	51,7	298,53	
	итого за день	1523	40,18	37,39	244,145	1545,26	

86 % выполнения энергет

Прием	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)	Энергетическая ценность	№ рецептуры
-------	--------------------	-------	----------------------	-------------------------	-------------

пищи	наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	ая ценность (ккал)	рецептуры
День 7							
завтрак:	Каша пшенная молочная жидкая (156/4масло сл)	160	5,8	6,8	27,4	194,3	187/п14
	Кофейный напиток на молоке	180	2,85	2,41	14,36	91	395/м
	Сыр порциями	10	2,6	2,7	0	34	
	Бутерброд с повидлом	50	1,78	7,45	22,89	164,5	
итого за завтрак		400	13,03	19,36	64,65	483,8	
второй завтрак	Кефир нежирный	150	4,4	3,8	6	75	262/п2014
итого за второй завтрак		150	4,4	3,8	6	75	
обед	Икра свекольная	50	0,92	3,58	3,1	35,8	45/п2014
	суп картофельный с бобовыми и гренками 180/15	195	5,5	3,1	21,42	137,7	60/п14
	Рагу овощное с мясом птицы (куры, индейка)	200	16,26	21,64	16,12	325,28	к Уфа 2017
	Компот из сушеных фруктов	180	0,4	0,018	25	101,7	376/м

	Хлеб пшеничный витамины. (йодир.)	25	2	0,42	15,75	78	м
	Хлеб пшенично-ржаной	30	3,3	0,54	19,2	95,1	м
итого за обед		680	28,38	29,298	100,59	773,58	

уплотненны й полдник	каша "Артек" молочная вязкая с маслом слив.	154	6,1	5,7	55,9	296	176/п14
	Ватрушка с творогом	50	6,58	3,91	31,5	158,57	458/м
	Чай с сахаром	200	0,07	0,04	11,1	44,4	266/п14
	Хлеб пшеничный витамины. (йодир.)	25	2	0,42	15,75	78	м
итого за уплотненн ый полдник		429	14,75	10,07	114,25	576,97	
	итого за день	1659	60,56	62,528	285,49	1909,35	

106,08 % выполнения энергет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическ ая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 8							

завтрак:	Каша ячневая молочная с маслом слив.	154	5,3	5,7	27,6	184	175/п2014
	Чай с сахаром	200	0,07	0,04	11,1	44,4	266/п14
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	41	4,59	1,76	26,97	142,27	ТТК
	Масло (порциями)	5	0,04	3,63	0,065	33	6/м
итого за завтрак		400	10	11,13	65,735	403,67	
второй завтрак	Сок фруктовый (яблочный)	100	0,75	0	10,05	42,7	399/м
итого за второй завтрак	Печенье	14	1,03	1,54	9,9	57,5	
		100	0,75	0	10,05	42,7	
обед	Салат "Здоровье"	50	0,81	3,69	2,87	47,5	48/п14
	Суп - лапша домашняя	180	1,89	3,06	8,37	69,3	63/п2014
	Фрикадельки мясные с соусом молочным	75	7,7	7,6	6,4	125	98/п2014
	Каша перловая рассыпчатая	130	3,86	0,77	26,81	132,16	297/м

ё

	Напиток из яблок	180	0	0	21,15	80,1	301/п
	Хлеб пшеничный витамины. (йодир.)	25	2	0,42	15,75	78	м
	Хлеб пшенично-ржаной	30	3,3	0,54	19,2	95,1	м
итого за обед		670	19,56	16,08	100,55	627,16	
уплотненны й полдник	Омлет натуральный	150	13,27	23,75	2,65	277,05	209/п 2014
	д/г зеленый гороше отв	15	0,45	0	0,9	5,25	
	Чай с сахаром	200	0,07	0,04	11,1	44,4	266/п14
	Фрукты (яблоки)	100	0,4	0,4	0,4	44	368/м
	Хлеб пшеничный витамины. (йодир.)	25	2	0,42	15,75	78	м
итого за уплотненн ый полдник		490	16,19	24,61	30,8	448,7	
	итого за день	1265	36,54	44,32	141,465	1522,23	

84,57

% выпол.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическ ая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		

День 9							
завтрак:	Каша манная молочная жидкая с маслом сл	154	3,8	5,9	17,6	138	183/п2014
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	36	4	1,5	23,6	124,9	тتك
	Сыр порциями	10	2,6	2,7	0	34	7/м
	Какао с молоком	200	4,1	3,5	17,5	101,1	397/м
итого за завтрак		400	14,5	13,6	58,7	398	
второй завтрак	Кисель из концентрата плодово-ягодный	150	0	0	15	57	303/п
итого за второй завтрак		150	0	0	15	57	
обед	Салат из моркови (с сахаром) до 01.03	50	0,62	0,048	5,81	16,15	41/м
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной прокипяч	180	1,28	3,8	5,8	63,87	50/п2014

	Тефтели рыбные тушеные с соусом	70	6,8	5,8	7,55	109,5	82/п2014
	Картофельное пюре	130	2,65	4,16	17,71	118,95	321/м
	Чай с лимоном и сахаром	180	0,18	0,03	8,37	33,3	268/п2014
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	25	2	0,42	15,75	78	м
	Хлеб пшенично-ржаной	30	3,3	0,54	19,2	95,1	м
итого за обед		665	16,83	14,798	80,19	514,87	
уплотненный полдник	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сл	154	3,8	5,9	23,7	164	186/п2014
	Печенье	14	1,03	1,54	9,9	57,5	
	Чай с сахаром	200	0,07	0,04	11,1	44,4	266/п14
	Хлеб пшеничный витамин. (йодир.)	25	2	0,42	15,75	78	м
итого за уплотненный полдник		393	6,9	7,9	60,45	343,9	
	итого за день	1408	27,83	26,198	173,14	1313,77	

72,99% выполнения энергет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 10							
завтрак:	Каша молочная "Дружба" масло сл	154	4,7	6,1	25,1	174	189/п14
	Батон нарезной для детей дошкольного возраста или хлеб пшен.	41	4,5	1,7	26,9	142,2	ТТК
	Масло (порциями)	5	0,04	3,63	0,065	33	6/м
	Чай с сахаром	200	0,07	0,04	11,1	44,4	266/п14
итого за завтрак		400	9,31	11,47	63,165	393,6	
второй завтрак	Чай с сахаром	150	0,05	0,03	8,32	33,3	266/п14
	Печенье	14	1,03	1,54	9,9	57,5	
итого за второй завтрак		164	1,08	1,57	18,22	90,8	
обед	Салат из картофеля с зеленым горошком	50	0,98	2,62	4,89	47,1	25/м
	Свекольник	185	1,7	4,1	11,1	88	11/п11
	Котлеты из птицы с соусом томатным	70	7,09	8,77	8,43	139,13	128/п2014

	Макаронные изделия отварные	130	4,8	3,9	22,9	145,9	317м
	Компот из сушеных фруктов	180	0,4	0,018	25	101,7	376/м
	Хлеб пшеничный витамины. (йодир.)	25	2	0,42	15,75	78	м
	Хлеб пшенично-ржаной	30	3,3	0,54	19,2	95,1	м
итого за обед		670	20,27	20,368	107,27	694,93	
уплотненны й полдник							
	Капуста тушеная	130	2,57	4,82	12,34	104	132/м
	Вак-беляш	50	5,7	5,7	11,7	123	42п/11
	Чай с сахаром	200	0,07	0,04	11,1	44,4	266/п14
	Хлеб пшеничный витамины. (йодир.)	25	2	0,42	15,75	78	м
итого за уплотненн ый полдник		405	10,34	10,98	50,89	349,4	
	итого за день	1639	41	44,388	239,545	1528,73	

84,93 % выполнения энергет
88 % всего за 10 дней среднее выполнение энергетической

При разработке примерного меню были использованы:

1 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна 2014г.

2. Сборник технологических нормативов Партнер г. Уфа 2014г.

3. 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 № 318 от 20.03.2023 года.



ости от суточной нормы

ости от суточной нормы

нения энергетической ценности

лической ценности

лической ценности

лической ценности

лической ценности

нения энергетической ценности

лической ценности

лической ценности

ценности