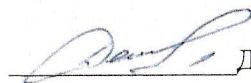


«Утверждаю»

Директор ООО «Агроинвест»

 Демьянченко Д.А.

«*07*» *сентября* 2025г

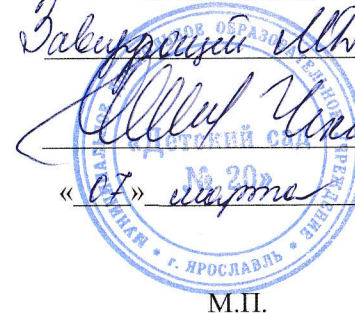


«Согласовано»

*Заведующий МДОУ «Детский сад № 20»*



«*07*» *сентября* 2025г



М.П.

## 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

*Категория детей 1-3 года*

Меню разработано с учетом требований санитарно-эпидемиологических правил и норм

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

«Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания»

| Приём пищи             | Наименование блюда                                   | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |            |                | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|------------------------|------------------------------------------------------|----------------|------------------|------------|----------------|-----------------------------|-------------|
|                        |                                                      |                | Белки,<br>г      | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г |                             |             |
| 1 неделя День первый   |                                                      |                |                  |            |                |                             |             |
| Завтрак 1              | Масло сливочное                                      | 8              | 0,08             | 5,84       | 0,08           | 59,2                        | № 6 2011г   |
|                        | Печенье                                              | 25             | 0,4              | 0,52       | 4,52           | 24,43                       |             |
|                        | Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом сливочным | 150/5          | 7,51             | 8,34       | 30,44          | 227,00                      | №177 2011г  |
|                        | Чай с сахаром и молоком                              | 150            | 2,22             | 1,95       | 11,92          | 74,16                       | №394 2011г  |
|                        |                                                      | 338            | 10,93            | 16,65      | 46,96          | 384,79                      |             |
| Завтрак 2              | Сок                                                  | 150            | 0,75             | 0          | 15,15          | 63,33                       |             |
|                        |                                                      | 150            | 0,75             | 0          | 15,15          | 63,33                       |             |
| Обед                   | Суп овощной на мясном бульоне со сметаной            | 150            | 4,14             | 3,27       | 8,12           | 78,48                       | №202 2005г  |
|                        | Каша гречневая рассыпчатая                           | 110            | 5,78             | 4,89       | 27,87          | 183,1                       | №168 2011г  |
|                        | Гуляш из отварного мяса                              | 60             | 7,7              | 6,19       | 1,98           | 112,2                       | №277 2011г  |
|                        | Напиток из ягод с/м                                  | 150            | 0,08             | 0,08       | 22,6           | 73,91                       | №394 2004г  |
|                        | Хлеб ржаной                                          | 35             | 2,56             | 0,38       | 12,98          | 74,35                       |             |
|                        |                                                      | 505            | 20,26            | 14,81      | 73,55          | 522,04                      |             |
| Уплотнённый<br>полдник | Омлет натуральный с зеленым горошком                 | 130/15         | 15,68            | 26,69      | 2,08           | 232,67                      | №216 2011   |
|                        | Сыр порционный                                       | 10             | 2,32             | 2,95       | 0              | 36,00                       | № 7 2011г   |
|                        | Чай с низким содержанием сахара                      | 150            | 0,05             | 0,016      | 7,88           | 31,57                       | №392 2011г  |
|                        | Хлеб пшеничный                                       | 25             | 1,91             | 0,16       | 12,33          | 59,16                       |             |
|                        |                                                      | 330            | 19,96            | 29,81      | 22,29          | 359,4                       |             |
| Итого за первый день:  |                                                      | 1323           | 51,9             | 61,27      | 157,95         | 1329,56                     |             |

| Приём пищи             | Наименование блюда                              | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |            |                | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|------------------------|-------------------------------------------------|----------------|------------------|------------|----------------|-----------------------------|-------------|
|                        |                                                 |                | Белки,<br>г      | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г |                             |             |
| 1 неделя День второй   |                                                 |                |                  |            |                |                             |             |
| Завтрак 1              | Масло сливочное                                 | 8              | 0,08             | 5,84       | 0,08           | 59,2                        | № 6 2011г   |
|                        | Хлеб пшеничный                                  | 25             | 1,91             | 0,16       | 12,33          | 59,16                       |             |
|                        | Каша пшенная молочная жидкая с маслом сливочным | 150/5          | 7,51             | 8,34       | 30,44          | 227,00                      | №177 2011г  |
|                        | Кофейный напиток с молоком                      | 150            | 1,86             | 1,75       | 20,8           | 99,00                       | №692 2004г  |
|                        |                                                 | 338            | 11,36            | 16,09      | 63,65          | 444,36                      |             |
| Завтрак 2              | Кефир                                           | 150            | 4,35             | 3,75       | 6,00           | 79,5                        |             |
|                        |                                                 | 150            | 4,35             | 3,75       | 6,00           | 79,5                        |             |
|                        |                                                 |                |                  |            |                |                             |             |
|                        | Суп картофельный со свининой                    | 150            | 1,75             | 2,25       | 10,00          | 127,5                       | №89 2007г   |
|                        | Котлета мясная                                  | 70             | 13,7             | 13,1       | 12,4           | 221,3                       | №282 20011г |
|                        | Картофельное пюре                               | 110            | 2,87             | 45,14      | 17,36          | 129,3                       | №321 2011г  |
|                        | Напиток из сухофруктов                          | 150            | 0,37             | 0          | 15,85          | 64,95                       | 2004г       |
|                        | Хлеб ржаной                                     | 35             | 2,56             | 0,38       | 12,98          | 74,35                       |             |
|                        |                                                 | 515            | 21,25            | 60,87      | 68,59          | 617,4                       |             |
| Уплотнённый<br>полдник | Запеканка творожная с фруктовым соусом          | 100/20         | 13,15            | 12,38      | 12,86          | 250,87                      | №237 2011г  |
|                        | Чай с низким содержанием сахара                 | 150            | 0,05             | 0,016      | 7,88           | 31,57                       | №392 2011г  |
|                        | Хлеб пшеничный                                  | 25             | 1,91             | 0,16       | 12,33          | 59,16                       |             |
|                        |                                                 | 295            | 15,11            | 12,55      | 33,07          | 341,6                       |             |
| Итого за второй день:  |                                                 | 1298           | 52,07            | 93,26      | 171,31         | 1482,86                     |             |

| Приём пищи                     | Наименование блюда                   | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |              |                | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|--------------------------------|--------------------------------------|----------------|------------------|--------------|----------------|-----------------------------|-------------|
|                                |                                      |                | Белки,<br>г      | Жиры,<br>г   | Углеводы,<br>г |                             |             |
| <b>1 неделя День третий</b>    |                                      |                |                  |              |                |                             |             |
| <b>Завтрак 1</b>               | Масло сливочное порционное           | 8              | 0,08             | 5,84         | 0,08           | 59,2                        | № 6 2011г   |
|                                | Хлеб пшеничный                       | 25             | 1,91             | 0,16         | 12,33          | 59,16                       |             |
|                                | Сыр порционный                       | 8              | 1,85             | 2,36         | 0              | 28,8                        | № 7 2011г   |
|                                | Суп молочный с макаронными изделиями | 150            | 4,52             | 4,2          | 13,67          | 110,78                      | № 93 2011г  |
|                                | Какао с молоком                      | 150            | 3,05             | 2,65         | 13,18          | 129,00                      | №397 2011г  |
|                                |                                      | <b>341</b>     | <b>11,41</b>     | <b>15,21</b> | <b>39,26</b>   | <b>386,94</b>               |             |
| <b>Завтрак 2</b>               | Яблоко                               | 100            | 0,4              | 0,4          | 9,8            | 44,00                       |             |
|                                |                                      | <b>100</b>     | <b>0,4</b>       | <b>0,4</b>   | <b>9,8</b>     | <b>44,00</b>                |             |
| <b>Обед</b>                    | Щи с картофелем со сметаной          | 150            | 6,93             | 16,52        | 7,56           | 87,00                       | №61 2011    |
|                                | Рис отварной                         | 110            | 3,96             | 5,06         | 44,22          | 234,00                      | №168 2011г  |
|                                | Котлета рыбная                       | 70             | 10,59            | 6,47         | 4,17           | 117,00                      | №248 2011г  |
|                                | Напиток из изюма                     | 150            | 0,28             | 0,06         | 13,62          | 56,65                       | №401 2008г  |
|                                | Хлеб ржаной                          | 35             | 2,56             | 0,38         | 12,98          | 74,35                       |             |
|                                |                                      | <b>515</b>     | <b>24,32</b>     | <b>28,49</b> | <b>82,55</b>   | <b>596,00</b>               |             |
| <b>Уплотнённый<br/>полдник</b> |                                      |                |                  |              |                |                             |             |
|                                | Рагу овощное со свининой             | 170            | 3,30             | 6,71         | 15,97          | 242,19                      | №331 2011г  |
|                                | Чай с низким содержанием сахара      | 150            | 0,05             | 0,016        | 7,88           | 31,57                       | №392 2011г  |
|                                | Булочка домашняя                     | 50             | 3,64             | 6,26         | 26,96          | 178,00                      | №469 2011г  |
|                                |                                      | <b>370</b>     | <b>6,99</b>      | <b>12,98</b> | <b>50,81</b>   | <b>451,76</b>               |             |
| <b>Итого за третий день:</b>   |                                      | <b>1373</b>    | <b>43,12</b>     | <b>57,08</b> | <b>182,42</b>  | <b>1478,7</b>               |             |

| Приём пищи                      | Наименование блюда                      | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |              |                | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|---------------------------------|-----------------------------------------|----------------|------------------|--------------|----------------|-----------------------------|-------------|
|                                 |                                         |                | Белки,<br>г      | Жиры,<br>г   | Углеводы,<br>г |                             |             |
| <b>1 неделя День четвёртый</b>  |                                         |                |                  |              |                |                             |             |
| <b>Завтрак 1</b>                | Масло сливочное порционное              | 8              | 0,08             | 5,84         | 0,08           | 59,2                        | № 6 2011г   |
|                                 | Хлеб пшеничный                          | 25             | 1,91             | 0,16         | 12,33          | 59,16                       |             |
|                                 | Каша манная молочная с маслом сливочным | 150/5          | 5,17             | 6,22         | 20,9           | 160,00                      | №179 2011г  |
|                                 | Яйцо вареное                            | 40             | 2,39             | 2,16         | 0,13           | 29,64                       |             |
|                                 | Чай с сахаром и молоком                 | 150            | 2,22             | 1,95         | 11,92          | 74,16                       | №394 2011г  |
|                                 |                                         | <b>371</b>     | <b>11,77</b>     | <b>16,33</b> | <b>45,36</b>   | <b>382,16</b>               |             |
| <b>Завтрак 2</b>                | Сок                                     | 150            | 0,75             | 0            | 15,15          | 63,33                       |             |
|                                 |                                         | <b>150</b>     | <b>0,75</b>      | <b>0</b>     | <b>15,15</b>   | <b>63,33</b>                |             |
| <b>Обед</b>                     | Рассольник Ленинградский со сметаной    | 150            | 1,9              | 3,06         | 10,14          | 96,6                        | №76 2011г   |
|                                 | Печень тушеная в сметане                | 60             | 11,94            | 3,58         | 4,47           | 126,6                       | 2003г       |
|                                 | Каша гречневая рассыпчатая              | 110            | 5,78             | 4,89         | 27,87          | 183,1                       | №168 2011г  |
|                                 | Напиток из ягод с/м                     | 150            | 0,08             | 0,08         | 22,6           | 73,91                       | №394 2004г  |
|                                 | Хлеб ржаной                             | 35             | 2,56             | 0,38         | 12,98          | 74,35                       | ту          |
|                                 |                                         | <b>505</b>     | <b>22,26</b>     | <b>11,99</b> | <b>78,06</b>   | <b>554,56</b>               |             |
| <b>Уплотнённый<br/>полдник</b>  | Запеканка творожная с фруктовым соусом  | 100/20         | 13,15            | 12,38        | 12,86          | 250,87                      | №237 2011 г |
|                                 | Чай с низким содержанием сахара         | 150            | 0,05             | 0,016        | 7,88           | 31,57                       | №393 2011г  |
|                                 | Хлеб пшеничный                          | 25             | 1,91             | 0,16         | 12,33          | 59,16                       | ту          |
|                                 |                                         | <b>295</b>     | <b>15,11</b>     | <b>12,55</b> | <b>33,07</b>   | <b>341,6</b>                |             |
| <b>Итого за четвёртый день:</b> |                                         | <b>1291</b>    | <b>49,89</b>     | <b>40,87</b> | <b>171,64</b>  | <b>1341,65</b>              |             |

| Приём пищи                             | Наименование блюда                        | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |              |                | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|----------------------------------------|-------------------------------------------|----------------|------------------|--------------|----------------|-----------------------------|-------------|
|                                        |                                           |                | Белки,<br>г      | Жиры,<br>г   | Углеводы,<br>г |                             |             |
| <b>1 неделя День пятый</b>             |                                           |                |                  |              |                |                             |             |
| <b>Завтрак 1</b>                       | Масло сливочное                           | 8              | 0,08             | 5,84         | 0,08           | 59,2                        | № 6 2011г   |
|                                        | Хлеб пшеничный                            | 25             | 1,91             | 0,16         | 12,33          | 59,16                       |             |
|                                        | Кофейный напиток                          | 150            | 1,86             | 1,75         | 20,8           | 99,00                       | №692 2004г  |
|                                        | Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным | 150/5          | 5,02             | 7,35         | 20,32          | 167,25                      | №84 2004г   |
|                                        |                                           | <b>338</b>     | <b>8,87</b>      | <b>15,1</b>  | <b>53,53</b>   | <b>384,61</b>               |             |
| <b>Завтрак 2</b>                       | Сок                                       | 150            | 0,75             | 0            | 15,15          | 63,33                       | №399 2011г  |
|                                        |                                           | <b>150</b>     | <b>0,75</b>      | <b>0</b>     | <b>15,15</b>   | <b>63,33</b>                |             |
| <b>Обед</b>                            | Солянка по домашнему с курой              | 150            | 1,8              | 3,45         | 14,46          | 99,00                       | №157 2004г  |
|                                        | Птица( кура) тушеная в сметанном соусе    | 60             | 9,00             | 3,00         | 2,4            | 93,69                       |             |
|                                        | Макаронные изделия отварные               | 110            | 4,69             | 8,69         | 29,5           | 205,19                      | №204 2011г  |
|                                        | Напиток из смеси сухофруктов              | 150            | 0,37             | 0            | 15,85          | 64,95                       | №639 2004   |
|                                        | Хлеб ржаной                               | 35             | 2,56             | 0,38         | 12,98          | 74,35                       |             |
|                                        |                                           | <b>505</b>     | <b>18,42</b>     | <b>15,52</b> | <b>75,19</b>   | <b>537,18</b>               |             |
| <b>Уплотнённый<br/>полдник</b>         | Каша рисовая молочная с маслом сливочным  | 150            | 7,51             | 8,34         | 30,44          | 227,00                      | №177 2011г  |
|                                        | Манник                                    | 50             | 3,6              | 7,04         | 20,54          | 133,5                       | №274 2004г  |
|                                        | Чай с низким содержанием сахара           | 150            | 0,05             | 0,016        | 7,88           | 31,57                       | №392 2011г  |
|                                        |                                           | <b>350</b>     | <b>11,16</b>     | <b>15,39</b> | <b>58,86</b>   | <b>392,07</b>               |             |
| <b>Итого за пятый день:</b>            |                                           | <b>1353</b>    | <b>39,2</b>      | <b>56,01</b> | <b>202,73</b>  | <b>1377,19</b>              |             |
| <b>Итого среднее за первую неделю:</b> |                                           |                |                  |              |                |                             |             |

| Приём пищи             | Наименование блюда                                | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |            |                | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|------------------------|---------------------------------------------------|----------------|------------------|------------|----------------|-----------------------------|-------------|
|                        |                                                   |                | Белки,<br>г      | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г |                             |             |
| 2 неделя День первый   |                                                   |                |                  |            |                |                             |             |
| Завтрак 1              | Масло сливочное                                   | 8              | 0,08             | 5,84       | 0,08           | 59,2                        | № 6 2011г   |
|                        | Печенье                                           | 25             | 0,4              | 0,52       | 4,52           | 24,43                       |             |
|                        | Каша гречневая молочная жидкая с маслом сливочным | 150/5          | 7,51             | 8,34       | 30,44          | 227,00                      | №177 2011г  |
|                        | Чай с сахаром и молоком                           | 150            | 2,22             | 1,95       | 11,92          | 74,16                       | №394 2011г  |
|                        |                                                   | 338            | 10,21            | 16,65      | 46,96          | 384,79                      |             |
| Завтрак 2              | Сок                                               | 150            | 0,75             | 0          | 15,15          | 63,33                       | №399 2011г  |
|                        |                                                   | 150            | 0,75             | 0          | 15,15          | 63,33                       |             |
| Обед                   |                                                   |                |                  |            |                |                             |             |
|                        | Суп картофельный с горохом                        | 150            | 4,56             | 1,26       | 12,67          | 93,11                       | №66 2003г   |
|                        | Плов со свининой                                  | 170            | 18,36            | 10,03      | 32,13          | 292,4                       | №443 2004г  |
|                        | Икра свекольная                                   | 30             | 0,18             | 0,94       | 1,18           | 13,92                       | №54 2011г   |
|                        | Компот из ягод с/м                                | 150            | 0,08             | 0,08       | 22,6           | 73,91                       | №394 2004г  |
|                        | Хлеб ржаной                                       | 35             | 2,56             | 0,38       | 12,98          | 74,35                       |             |
|                        |                                                   | 535            | 25,74            | 12,69      | 81,56          | 547,69                      |             |
| Уплотнённый<br>полдник | Омлет натуральный с зеленым горошком              | 130/15         | 15,68            | 26,69      | 2,08           | 232,67                      | №216 2011   |
|                        | Сыр порционный                                    | 10             | 2,32             | 2,95       | 0              | 36,00                       | № 7 2011г   |
|                        | Чай с низким содержанием сахара                   | 150            | 0,05             | 0,016      | 7,88           | 31,57                       | №392 2011г  |
|                        | Хлеб пшеничный                                    | 25             | 1,91             | 0,16       | 12,33          | 59,16                       |             |
|                        |                                                   | 330            | 19,96            | 29,81      | 22,29          | 359,4                       |             |
| Итого за первый день:  |                                                   | 1353           | 56,66            | 59,15      | 165,96         | 1355,21                     |             |

| Приём пищи             | Наименование блюда                      | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |            |                | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|------------------------|-----------------------------------------|----------------|------------------|------------|----------------|-----------------------------|-------------|
|                        |                                         |                | Белки,<br>г      | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г |                             |             |
| 2 неделя День второй   |                                         |                |                  |            |                |                             |             |
| Завтрак 1              | Масло сливочное                         | 8              | 0,08             | 5,84       | 0,08           | 59,2                        | № 6 2011г   |
|                        | Хлеб пшеничный                          | 25             | 1,91             | 0,16       | 12,33          | 59,16                       |             |
|                        | Каша манная молочная с маслом сливочным | 150/5          | 5,17             | 6,22       | 20,9           | 160,00                      | №179 2011г  |
|                        | Какао с молоком                         | 150            | 3,05             | 2,65       | 13,18          | 129,00                      | №397 2011г  |
|                        |                                         | 338            | 10,21            | 14,87      | 46,49          | 407,36                      |             |
| Завтрак 2              | Кефир                                   | 150            | 4,35             | 3,75       | 6,00           | 79,5                        |             |
|                        |                                         | 150            | 4,35             | 3,75       | 6,00           | 79,5                        |             |
| Обед                   | Борщ с картофелем и сметаной            | 150            | 3,52             | 4,57       | 7,57           | 85,66                       | №57 2011 г  |
|                        | Макаронные изделия отварные             | 100            | 4,26             | 7,9        | 26,8           | 186,53                      | №204 2011г  |
|                        | Тефтели мясные с соусом                 | 50/20          | 6,02             | 6,16       | 5,67           | 137,34                      | №286 2012г  |
|                        | Напиток из смеси сухофруктов            | 150            | 0,37             | 0          | 15,85          | 64,95                       | №639 2004   |
|                        | Хлеб ржаной                             | 35             | 2,56             | 0,38       | 12,98          | 74,35                       |             |
|                        |                                         | 505            | 16,73            | 19,01      | 68,87          | 548,83                      |             |
| Уплотнённый<br>полдник |                                         |                |                  |            |                |                             |             |
|                        | Жаркое по-домашнему                     | 170            | 9,29             | 12,75      | 17,77          | 297,07                      | №66 2003г   |
|                        | Огурец солёный порционный               | 30             | 0,84             |            | 0,9            | 3,6                         |             |
|                        | Чай с низким содержанием сахара         | 150            | 0,05             | 0,016      | 7,88           | 31,57                       | №392 2011г  |
|                        | Булочка домашняя                        | 50             | 3,64             | 6,26       | 26,96          | 178,00                      | №469 2011г  |
|                        |                                         | 400            | 13,82            | 19,02      | 53,51          | 510,24                      |             |
| Итого за второй день:  |                                         | 1393           | 45,11            | 56,65      | 174,87         | 1545,93                     |             |



| Приём пищи                     | Наименование блюда                                | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |              |                | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|--------------------------------|---------------------------------------------------|----------------|------------------|--------------|----------------|-----------------------------|-------------|
|                                |                                                   |                | Белки,<br>г      | Жиры,<br>г   | Углеводы,<br>г |                             |             |
| <b>2 неделя День третий</b>    |                                                   |                |                  |              |                |                             |             |
| <b>Завтрак 1</b>               | Масло сливочное                                   | 8              | 0,08             | 5,84         | 0,08           | 59,2                        | № 6 2011г   |
|                                | Хлеб пшеничный                                    | 25             | 1,91             | 0,16         | 12,33          | 59,16                       |             |
|                                | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 150/5          | 5,7              | 9,06         | 28,90          | 220,0                       | №172 2011г  |
|                                | Чай с низким содержанием сахара                   | 150            | 0,05             | 0,016        | 7,88           | 31,57                       | №392 2011г  |
|                                |                                                   | <b>338</b>     | <b>7,74</b>      | <b>15,07</b> | <b>49,19</b>   | <b>369,93</b>               |             |
| <b>Завтрак 2</b>               | Яблоко                                            | 100            | 0,4              | 0,4          | 9,8            | 44,00                       |             |
|                                |                                                   | <b>100</b>     | <b>0,4</b>       | <b>0,4</b>   | <b>9,8</b>     | <b>44,00</b>                |             |
| <b>Обед</b>                    | Рассольник ленинградский со сметаной              | 150            | 1,9              | 3,06         | 10,14          | 96,6                        | №76 2011г   |
|                                | Печень тушенная в сметане                         | 60             | 11,94            | 3,58         | 4,47           | 126,6                       | 2003г       |
|                                | Каша гречневая рассыпчатая                        | 110            | 5,78             | 4,89         | 27,87          | 183,1                       | №168 2011г  |
|                                | Напиток из изюма                                  | 150            | 0,28             | 0,06         | 13,62          | 56,65                       | №401 2008г  |
|                                | Хлеб ржаной                                       | 35             | 2,56             | 0,38         | 12,98          | 74,35                       |             |
|                                |                                                   | <b>505</b>     | <b>22,46</b>     | <b>11,97</b> | <b>69,08</b>   | <b>537,3</b>                |             |
| <b>Уплотнённый<br/>полдник</b> | Пюре картофельное                                 | 100            | 2,60             | 41,03        | 15,78          | 117,54                      | №321 2011г  |
|                                | Суфле рыбное                                      | 60             | 14,29            | 8,4          | 4,13           | 188,2                       | №282 2011г  |
|                                | Чай с низким содержанием сахара                   | 150            | 0,05             | 0,016        | 7,88           | 31,57                       | №392 2011г  |
|                                | Хлеб пшеничный                                    | 25             | 1,91             | 0,16         | 12,33          | 59,16                       |             |
|                                |                                                   | <b>335</b>     | <b>18,85</b>     | <b>49,60</b> | <b>40,12</b>   | <b>396,47</b>               |             |
| <b>Итого за третий день:</b>   |                                                   | <b>1288</b>    | <b>49,45</b>     | <b>76,94</b> | <b>168,19</b>  | <b>1347,7</b>               |             |

| Приём пищи                      | Наименование блюда                              | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |              |                | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|---------------------------------|-------------------------------------------------|----------------|------------------|--------------|----------------|-----------------------------|-------------|
|                                 |                                                 |                | Белки,<br>г      | Жиры,<br>г   | Углеводы,<br>г |                             |             |
| <b>2 неделя День четвёртый</b>  |                                                 |                |                  |              |                |                             |             |
| <b>Завтрак 1</b>                | Масло сливочное                                 | 8              | 0,08             | 5,84         | 0,08           | 59,2                        | № 6 2011г   |
|                                 | Хлеб пшеничный                                  | 25             | 1,91             | 0,16         | 12,33          | 59,16                       | ту          |
|                                 | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 150/5          | 5,70             | 9,06         | 28,90          | 220,0                       | №172 2011г  |
|                                 | Кофейный напиток                                | 150            | 1,86             | 1,75         | 20,8           | 99,00                       | №692 2004г  |
|                                 |                                                 | <b>338</b>     | <b>9,55</b>      | <b>16,81</b> | <b>62,11</b>   | <b>437,36</b>               |             |
| <b>Завтрак 2</b>                | Сок                                             | 150            | 0,75             | 0            | 15,15          | 63,33                       |             |
|                                 |                                                 | <b>150</b>     | <b>0,75</b>      | <b>0</b>     | <b>15,15</b>   | <b>63,33</b>                |             |
| <b>Обед</b>                     | Суп картофельный с яйцом                        | 150            | 6,9              | 3,36         | 10,68          | 111,75                      | №140 2004г  |
|                                 | Ежики мясные с соусом                           | 100/50         | 12,61            | 13,85        | 28,32          | 250,58                      | №450 1996г  |
|                                 | Напиток из ягод с/м                             | 150            | 0,08             | 0,08         | 22,6           | 73,91                       | №394 2004г  |
|                                 | Хлеб ржаной                                     | 35             | 2,56             | 0,38         | 12,98          | 74,35                       | ту          |
|                                 |                                                 | <b>485</b>     | <b>22,15</b>     | <b>17,67</b> | <b>74,58</b>   | <b>510,59</b>               |             |
| <b>Уплотнённый<br/>полдник</b>  | Запеканка творожная с фруктовым соусом          | 100/20         | 13,15            | 12,38        | 12,86          | 250,87                      | №237 2011 г |
|                                 | Чай с низким содержанием сахара                 | 150            | 0,05             | 0,016        | 7,88           | 31,57                       | №393 2011г  |
|                                 | Хлеб пшеничный                                  | 25             | 1,91             | 0,16         | 12,33          | 59,16                       |             |
|                                 |                                                 | <b>295</b>     | <b>15,11</b>     | <b>12,55</b> | <b>33,07</b>   | <b>341,60</b>               |             |
| <b>Итого за четвёртый день:</b> |                                                 | <b>1268</b>    | <b>47,56</b>     | <b>47,03</b> | <b>184,91</b>  | <b>1352,88</b>              |             |

| Приём пищи             | Наименование блюда                                | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |            |                | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|------------------------|---------------------------------------------------|----------------|------------------|------------|----------------|-----------------------------|-------------|
|                        |                                                   |                | Белки,<br>г      | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г |                             |             |
| 2 неделя День пятый    |                                                   |                |                  |            |                |                             |             |
| Завтрак 1              | Масло сливочное                                   | 8              | 0,08             | 5,84       | 0,08           | 59,2                        | № 6 2011г   |
|                        | Хлеб пшеничный                                    | 25             | 1,91             | 0,16       | 12,33          | 59,16                       |             |
|                        | Сыр порционный                                    | 8              | 1,85             | 2,36       | 0              | 28,8                        | № 7 2011г   |
|                        | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 150/5          | 7,51             | 8,34       | 30,44          | 227,00                      | №177 2011г  |
|                        | Чай с сахаром и молоком                           | 150            | 2,22             | 1,95       | 11,92          | 74,16                       | №394 2011г  |
|                        |                                                   | 346            | 13,57            | 18,65      | 54,77          | 448,32                      |             |
| Завтрак 2              | Сок                                               | 150            | 0,75             | 0          | 15,15          | 63,33                       |             |
|                        |                                                   | 150            | 0,75             | 0          | 15,15          | 63,33                       |             |
| Обед                   | Суп вермишелевый с курой                          | 150            | 1,65             | 3,45       | 8,25           | 114,15                      |             |
|                        | Капуста тушеная с курой                           | 170            | 4,91             | 17,35      | 3,40           | 233,75                      | №534        |
|                        | Напиток из смеси сухофруктов                      | 150            | 0,37             | 0          | 15,85          | 64,95                       | №639 2004   |
|                        | Хлеб ржаной                                       | 35             | 2,56             | 0,38       | 12,98          | 74,35                       | ту          |
|                        |                                                   | 505            | 9,46             | 21,18      | 40,48          | 487,2                       |             |
| Уплотнённый<br>полдник | Каша гречневая молочная с маслом сливочным        | 150            | 7,51             | 8,34       | 30,44          | 227,00                      | №177 2011г  |
|                        | Чай с низким содержанием сахара                   | 150            | 0,05             | 0,016      | 7,88           | 31,57                       | №392 2011г  |
|                        | Манник                                            | 50             | 3,6              | 7,04       | 20,54          | 133,5                       | №274 2004г  |
|                        |                                                   | 350            | 11,16            | 15,54      | 58,86          | 392,07                      |             |
| Итого за пятый день:   |                                                   | 1351           | 34,94            | 55,37      | 177,02         | 1390,92                     |             |
|                        |                                                   |                |                  |            |                |                             |             |

Нормативная документация :

2.3/2.4.3590-20 «САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2005, с. 86

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного , 2007 г

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. Коровка Л.С., доц. Добросердова И.И. и др., Уральский региональный центр питания , 2004г

Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. –М.: ЛИНКА –ПРЕСС, 2002.

Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Коня –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Н.В. Злобина ,Н.А. Киселева. Алгоритм разработки перспективного меню при приготовлении питания детей в дошкольных образовательных учреждениях/ РИЦ «Мир Кубани» г.Краснодар, 2007г – 182 с

Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков Санкт-Петербурга – СПб ; Речь, 2008 – 800с