

«Утверждено»

Директор ООО «Агроинвест»

Демьяненко Д.А.

« 02 » октября 2025г



# 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Категория детей 1,5 до 3 лет

Меню разработано с учетом требований санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20

«Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания»

«Согласовано»

заведующий МДОУ

«Детский сад» № 80

« 01 » августа 2025г



М.П.

| Принём 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 первый</b>   |                                                         |                |                  |            |                |                             |             |
|                               | Масло сливочное                                         | 8              | 0,08             | 5,84       | 0,08           | 59,2                        | № 6 2011г   |
|                               | Печенье                                                 | 25             | 0,4              | 0,52       | 4,52           | 24,43                       |             |
| <b>Завтрак 1</b>              | Каша геркулесовая молочная жидкая с<br>маслом сливочным | 145/5          | 7,51             | 8,34       | 30,44          | 207,00                      | №177 2011г  |
|                               | Чай с сахаром и молоком                                 | 150            | 2,22             | 1,95       | 11,92          | 74,16                       | №394 2011г  |
|                               |                                                         | 333            | 10,93            | 16,65      | 46,96          | 364,79                      |             |
|                               | Сок яблочный                                            | 150            | 0,75             | 0          | 15,15          | 63,33                       |             |
| <b>Завтрак 2</b>              |                                                         | 150            | 0,75             | 0          | 15,15          | 63,33                       |             |
|                               | 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          | 163,1                       | №168 2011г  |
|                               | Гуляш из отварного мяса                                 | 60             | 7,7              | 6,19       | 1,98           | 112,2                       | №277 2011г  |
| <b>Обед</b>                   | 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          | 502,04                      |             |
|                               | Омлет натуральным с зеленым горошком                    | 130/15         | 15,68            | 26,69      | 2,08           | 202,67                      | №216 2011   |
| <b>Углотнённый<br/>подник</b> | 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                       |             |
| <b>Итого за первый день:</b>  |                                                         | 1318           | 51,9             | 61,27      | 157,95         | 1289,56                     |             |

| Приём пищи                    | Наименование блюда                              | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |                |        | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|-------------------------------|-------------------------------------------------|----------------|------------------|----------------|--------|-----------------------------|-------------|
|                               |                                                 | Белки,<br>г    | Жиры,<br>г       | Углеводы,<br>г |        |                             |             |
| <b>1 неделя День второй</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                       |             |
|                               | Каши пшеница молочная жидкая с маслом сливочным | 145/5          | 7,51             | 8,34           | 30,44  | 180,00                      | №177 2011г  |
|                               | Кофейный напиток с молоком                      | 150            | 1,86             | 1,75           | 20,8   | 99,00                       | №692 2004г  |
| <b>Завтрак 2</b>              |                                                 | 333            | 11,36            | 16,09          | 63,65  | 397,36                      |             |
|                               | Сок яблочный                                    | 150            | 0,75             | 0              | 15,15  | 63,33                       |             |
|                               |                                                 | 150            | 0,75             | 0              | 15,15  | 63,33                       |             |
|                               |                                                 |                |                  |                |        |                             |             |
|                               | Суп картофельный со свиной                      | 150            | 1,75             | 2,25           | 10,00  | 127,5                       | №89 2007г   |
|                               | Котлета мясная                                  | 60             | 13,7             | 13,1           | 12,4   | 181,3                       | №282 20011г |
|                               | Картофельное пюре                               | 110            | 2,87             | 45,14          | 17,36  | 119,3                       | №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                       |             |
|                               |                                                 | 505            | 21,25            | 60,87          | 68,59  | 567,4                       |             |
| <b>Уплотняющий<br/>подник</b> | Запеканка творожная с фруктовыми соусом         | 130/20         | 13,15            | 12,38          | 12,86  | 200,87                      | №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                       |             |
|                               |                                                 | 325            | 15,11            | 12,55          | 33,07  | 291,6                       |             |
| <b>Итого за второй день:</b>  |                                                 | 1313           | 48,47            | 89,51          | 180,45 | 1319,69                     |             |

| Приём пищи                       | Наименование блюда                   | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |            |                | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|----------------------------------|--------------------------------------|----------------|------------------|------------|----------------|-----------------------------|-------------|
|                                  |                                      | г              | 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>Завтрак 2</b>                 |                                      | 341            | 11,41            | 15,21      | 39,26          | 386,94                      |             |
|                                  | Яблоко                               | 100            | 0,4              | 0,4        | 9,8            | 44,00                       |             |
|                                  |                                      | 100            | 0,4              | 0,4        | 9,8            | 44,00                       |             |
|                                  | 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 |
| <b>Обед</b>                      | Котлета рыбная                       | 60             | 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                       |             |
|                                  | Овощи свежие                         | 30             | 0,24             | 0,03       | 0,75           | 4,20                        |             |
|                                  |                                      | 545            | 24,56            | 28,52      | 83,3           | 600,20                      |             |
| <b>Употребляемый<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 |
|                                  |                                      | 370            | 6,99             | 12,98      | 50,81          | 451,76                      |             |
| <b>Итого за третий день:</b>     |                                      | 1373           | 43,36            | 57,11      | 183,17         | 1482,9                      |             |

| 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> |                                        |                |                  |            |                |                             |             |
| Завтрак 1                      | 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 молотая с маслом сливочным | 145/5          | 5,17             | 6,22       | 20,9           | 160,00                      | №179 2011г  |
|                                | Дйцо куриное варёное                   | 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  |
| Завтрак 2                      | Сок яблочный                           | 366            | 11,77            | 16,33      | 45,36          | 382,16                      |             |
|                                |                                        | 150            | 0,75             | 0          | 15,15          | 63,33                       |             |
|                                |                                        | 150            | 0,75             | 0          | 15,15          | 63,33                       |             |
|                                |                                        | 150            | 0,75             | 0          | 15,15          | 63,33                       |             |
|                                | Рассольник Ленинградский со сметаной   | 150            | 1,9              | 3,06       | 10,14          | 96,6                        | №76 2011г   |
| Обед                           | 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          |
|                                |                                        | 505            | 22,26            | 11,99      | 78,06          | 554,56                      |             |
| Употребляемый<br>подлив        | Запеканка творожная с фруктовым соусом | 130/20         | 13,15            | 12,38      | 12,86          | 250,87                      | №237 2011г  |
|                                | Чай с низким содержанием сахара        | 150            | 0,05             | 0,016      | 7,88           | 31,57                       | №393 2011г  |
|                                | Хлеб пшеничный                         | 25             | 1,91             | 0,16       | 12,33          | 59,16                       | ту          |
| Итого за четвёртый день:       |                                        | 1316           | 49,89            | 40,87      | 171,64         | 1341,65                     |             |

| 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>      |                                           |                |                  |                |        |                             |             |
| 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                       |             |
|                                 | Кофейный напиток                          | 150            | 1,86             | 1,75           | 20,8   | 99,00                       | №692 2004г  |
|                                 | Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным | 145/5          | 5,02             | 7,35           | 20,32  | 167,25                      | №84 2004г   |
| Завтрак 2                       |                                           | 333            | 8,87             | 15,1           | 53,53  | 384,61                      |             |
|                                 | Сок яблочный                              | 150            | 0,75             | 0              | 15,15  | 63,33                       | №399 2011г  |
|                                 |                                           | 150            | 0,75             | 0              | 15,15  | 63,33                       |             |
|                                 | Солянка по домашнему с курой              | 150            | 1,8              | 3,45           | 14,46  | 99,00                       | №157 2004г  |
| Обед                            | Птица( кура) тушенная 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                       |             |
|                                 |                                           | 505            | 18,42            | 15,52          | 75,19  | 537,18                      |             |
| Углеотнённый<br>подлик          | Каша рисовая молочная с маслом сливочным  | 145/5          | 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  |
|                                 |                                           | 350            | 11,16            | 15,39          | 58,86  | 392,07                      |             |
| Итого за пятый день:            |                                           | 1348           | 39,2             | 56,01          | 202,73 | 1377,19                     |             |
| Итого среднее за первую неделю: |                                           |                |                  |                |        |                             |             |

| 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 недели День первый</b> |                                                  |                |                  |            |                |                             |             |
|                             | Масло сливочное                                  | 8              | 0,08             | 5,84       | 0,08           | 59,2                        | № 6 2011г   |
|                             | Печенье                                          | 25             | 0,4              | 0,52       | 4,52           | 24,43                       |             |
| Завтрак 1                   | Каша гречневая молочно-жидкая с маслом сливочным | 145/5          | 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  |
|                             |                                                  | 333            | 10,21            | 16,65      | 46,96          | 384,79                      |             |
|                             | Сок яблочный                                     | 150            | 0,75             | 0          | 15,15          | 63,33                       | №399 2011г  |
| Завтрак 2                   |                                                  | 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 свиной                                   | 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 см                                | 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                      |             |
| Углеводный<br>подник        | 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                       |             |
| Итого за первый день:       |                                                  | 1348           | 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 |                             |             |
| <b>2 недели День второй</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 манная молочная с маслом сливочным | 145/5          | 5,17             | 6,22       | 20,9           | 160,00                      | №179 2011г  |
|                                  | Какао с молоком                         | 150            | 3,05             | 2,65       | 13,18          | 129,00                      | №397 2011г  |
| <b>Завтрак 2</b>                 |                                         | 333            | 10,21            | 14,87      | 46,49          | 407,36                      |             |
|                                  | Сок яблочный                            | 150            | 0,75             | 0          | 15,15          | 63,33                       | №399 2011г  |
|                                  |                                         | 150            | 0,75             | 0          | 15,15          | 63,33                       |             |
|                                  | Борщ с картофелем и сметаной            | 150            | 3,52             | 4,57       | 7,57           | 85,66                       | №57 2011 г  |
| <b>Обед</b>                      | Макаронные изделия отварные             | 100            | 4,26             | 7,9        | 26,8           | 186,53                      | №204 2011г  |
|                                  | Тфтели мясные с соусом                  | 50/10          | 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                       |             |
| <b>Успокоительный<br/>подник</b> |                                         | 495            | 16,73            | 19,01      | 68,87          | 548,83                      |             |
|                                  | Жаркое по-домашнему                     | 170            | 9,29             | 12,75      | 17,77          | 207,00                      | №66 2003г   |
|                                  | Огулец 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  |
| <b>Итого за второй день:</b>     | Булочка домашняя                        | 50             | 3,64             | 6,26       | 26,96          | 178,00                      | №469 2011г  |
|                                  |                                         | 400            | 13,82            | 19,02      | 53,51          | 420,17                      |             |
|                                  |                                         | 1378           | 41,51            | 52,9       | 184,02         | 1439,69                     |             |
|                                  |                                         |                |                  |            |                |                             |             |

| 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 недели 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 | 145/5          | 5,7              | 9,06       | 28,90          | 220,0                       | № 172 2011г |
|                                    | Чай с сахаром                                     | 150            | 0,05             | 0,016      | 7,88           | 31,57                       | № 392 2011г |
|                                    |                                                   | 333            | 7,74             | 15,07      | 49,19          | 369,93                      |             |
| <b>Завтрак 2</b>                   | Яблоко                                            | 100            | 0,4              | 0,4        | 9,8            | 44,00                       |             |
|                                    |                                                   | 100            | 0,4              | 0,4        | 9,8            | 44,00                       |             |
|                                    | 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 |
| <b>Обед</b>                        | 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                       |             |
|                                    |                                                   | 505            | 22,46            | 11,97      | 69,08          | 537,3                       |             |
|                                    | Пюре картофельное                                 | 110            | 2,60             | 41,03      | 15,78          | 117,54                      | № 321 2011г |
|                                    | Суп рыбный                                        | 60             | 14,29            | 8,4        | 4,13           | 188,2                       | № 282 2011г |
| <b>Успокоительный<br/>поладекс</b> | 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                       |             |
|                                    |                                                   | 345            | 18,85            | 49,60      | 40,12          | 396,47                      |             |
| <b>Итого за третий день:</b>       |                                                   | 1293           | 49,45            | 76,94      | 168,19         | 1347,7                      |             |

| 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 недели День четвёртый</b> |                                                 |                |                  |            |                |                             |             |
| 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                       | ту          |
|                                | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 145/5          | 5,70             | 9,06       | 28,90          | 220,0                       | №172 2011г  |
|                                | Кофейный напиток                                | 150            | 1,86             | 1,75       | 20,8           | 99,00                       | №692 2004г  |
|                                |                                                 | 333            | 9,55             | 16,81      | 62,11          | 437,36                      |             |
| Завтрак 2                      | Сок яблочный                                    | 150            | 0,75             | 0          | 15,15          | 63,33                       |             |
|                                |                                                 | 150            | 0,75             | 0          | 15,15          | 63,33                       |             |
| Обед                           | 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          |
|                                |                                                 | 485            | 22,15            | 17,67      | 74,58          | 510,59                      |             |
| Уплотнённый<br>подлив          | Запеканка творожная с фруктовым соусом          | 130/20         | 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                       |             |
| Итого за четвёртый день:       |                                                 | 1293           | 47,56            | 47,03      | 184,91         | 1352,88                     |             |

| 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 недели День пятый</b> |                                                   |                |                  |            |                |                             |             |
| 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 | 145/5          | 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  |
| Завтрак 2                  | Сок яблочный                                      | 150            | 0,75             | 0          | 15,15          | 63,33                       |             |
|                            |                                                   | 150            | 0,75             | 0          | 15,15          | 63,33                       |             |
|                            | 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   |
| Обед                       | Хлеб ржаной                                       | 35             | 2,56             | 0,38       | 12,98          | 74,35                       | ту          |
|                            |                                                   | 505            | 9,46             | 21,18      | 40,48          | 487,2                       |             |
|                            | Каша гречневая молочная с маслом сливочным        | 145/5          | 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  |
| Итого за пятый день:       |                                                   | 1346           | 34,94            | 55,37      | 177,02         | 1390,92                     |             |

- Нормативная документация:
- 2.3/ 4.3590-20 «САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Мотыляного и Г.В. Тучельяна – М.: ДеЛи принт 2011 – 584 с.
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост. А.И.Заболов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересечиний. – К.: АС К., 2005, с. 86
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Мотыляного, 2007 г
- Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. Корюка Л.С., доц. Добросердова И.И. и др., Уральский региональный центр питания, 2004г
- Абдука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таронская. –М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2002.
- Организация детского питания в дошкольных учреждениях. Методические материалы / Под ред. И.А. Коца –М.: АРКТИ-МИПКО, 2003.
- Н.В. Злобина, И.А. Киселева. Алгоритм разработки перспективного меню при приготовлении питания детей в дошкольных образовательных учреждениях/ РИЦ «Мир Кулинарии» г.Краснодар, 2007г – 182 с
- Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков Санкт-Петербурга – СПб.: Речь, 2008 – 800с