

"СОГЛАСОВАНО"

Подлинник электронного документа, подписанного ЭЦ, "  
3 хранится в МБДОУ " Детский сад №137 "

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭЦ**

№ Сертификат: 02C096D9008DAD339A4BDC428D64F98E

Кому выдан: Контрорщикова Елена Николаевна

Действителен: с 24 . 04 . 23 до 17 . 07 . 24

**ПРИМЕРНОЕ 10 - ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

для организации питания детей в возрасте от 1 до 3 лет (с 12 часовым пребыванием)

МБДОУ "Детский сад № 2", МБДОУ "Детский сад № 8", МБДОУ "Детский сад № 9", МБДОУ "Детский сад № 10", МБДОУ "Детский сад № 14", МБДОУ "Детский сад № 16", МБДОУ "Детский сад № 17", МБДОУ "Детский сад № 20", МБДОУ "Детский сад № 21", МБДОУ "Детский сад № 23", МБДОУ "Детский сад № 25", МБДОУ "Детский сад № 26", МБДОУ "Детский сад № 28", МБДОУ "Детский сад № 36", МБДОУ "Детский сад № 37", МБДОУ "Детский сад № 39", МБДОУ "Детский сад № 44", МБДОУ "Детский сад № 50", МБДОУ "Детский сад № 57", МБДОУ "Детский сад № 58", МБДОУ "Детский сад № 61", МБДОУ "Детский сад № 62", МБДОУ "Детский сад № 63", МБДОУ "Детский сад № 65", МБДОУ "Детский сад № 69", МБДОУ "Детский сад № 80", МБДОУ "Детский сад № 82", МБДОУ "Детский сад № 85", МБДОУ "Детский сад № 87", МБДОУ "Детский сад № 89", МБДОУ "Детский сад № 90", МБДОУ "Детский сад № 95", МБДОУ "Детский сад № 97", МБДОУ "Детский сад № 99", МБДОУ "Детский сад № 100", МБДОУ "Детский сад № 101", МБДОУ "Детский сад № 102", МБДОУ "Детский сад № 103", МБДОУ "Детский сад № 105", МБДОУ "Детский сад № 108", МБДОУ "Детский сад № 109", МБДОУ "Детский сад № 110", МБДОУ "Детский сад № 111", МБДОУ "Детский сад № 114", МБДОУ "Детский сад № 115", МБДОУ "Детский сад № 116", МБДОУ "Детский сад № 117", МБДОУ "Детский сад № 118", МБДОУ "Детский сад № 120", МБДОУ "Детский сад № 124", МБДОУ "Детский сад № 125", МБДОУ "Детский сад № 126", МБДОУ "Детский сад № 127", МБДОУ "Детский сад № 128", МБДОУ "Детский сад № 130", МБДОУ "Детский сад № 131", МБДОУ "Детский сад № 132", МБДОУ "Детский сад № 133", МБДОУ "Детский сад № 134", МБДОУ "Детский сад № 135", МБДОУ "Детский сад № 137", МБДОУ "Детский сад № 139", МБДОУ "Детский сад № 140", МБДОУ "Детский сад № 141", МБДОУ "Детский сад № 142", МБДОУ "Детский сад № 143", МБДОУ "Детский сад № 145", МБДОУ "Детский сад № 146", МБДОУ "Детский сад № 147"

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор МБДОУ "Комбинат питания" г. Дзержинска "



Кузнецов О.В.

2024 год

Меню разработано на основе Сборника рецептов на  
продукцию для питания детей в дошкольных  
образовательных организациях 2016г.

**Примерное 10-ти дневное меню для детей от 1 до 3 лет (с 12 часовым пребыванием)**

**ПЕРВЫЙ ДЕНЬ (ПОНЕДЕЛЬНИК)**

№ по сборнику рецептов	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества			
			Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность (к/кал)
<b>Завтрак</b>						
№6	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,00
Пр.пр.	Печенье	20	1,52	3,10	12,72	85,65
№182	Каша пшеничная молочная	150	5,97	8,91	23,46	197,35
№414	Кофейный напиток с молоком	170	2,69	2,28	13,60	85,80
	<b>Итого:</b>	<b>345</b>	<b>10,22</b>	<b>17,92</b>	<b>49,85</b>	<b>401,80</b>
<b>Второй завтрак</b>						
№418	Сок для раннего возраста фасованный	125	0,10	0,00	14,50	56,25
	<b>Итого:</b>	<b>125</b>	<b>0,10</b>	<b>0,00</b>	<b>14,50</b>	<b>56,25</b>
<b>Обед</b>						
ТТК	Морковь свежая (термообработанная) порционно	40	0,50	0,04	4,66	21,00
№ 90	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	15/150	6,24	6,77	13,00	125,00
№303	Тефтели мясные в соусе	60/30	11,45	9,60	13,90	178,10
№334	Рис отварной с овощами	120	2,70	3,90	25,00	126,00
ТТК	Напиток яблочный	150	0,08	0,08	19,80	81,00
Пр.пр.	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>595</b>	<b>23,07</b>	<b>20,69</b>	<b>89,26</b>	<b>594,10</b>
<b>Полдник</b>						
№437	Пирог с картофелем и луком	60	3,91	4,70	23,75	153,00
№354	Капуста тушеная	120	2,48	3,88	11,31	90,00
№411	Чай с сахаром	150	0,06	0,01	11,00	45,00
	<b>Итого:</b>	<b>330</b>	<b>6,45</b>	<b>8,59</b>	<b>46,06</b>	<b>288,00</b>
	<b>ВСЕГО</b>	<b>1395</b>	<b>39,84</b>	<b>47,20</b>	<b>199,67</b>	<b>1340,15</b>

**ВТОРОЙ ДЕНЬ (ВТОРНИК)**

№ по сборнику рецептов	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества			
			Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность (к/кал)
<b>Завтрак</b>						
№1	Бутерброд с маслом	5/25	2,02	3,83	12,10	91,00
№ 227	Яйцо вареное	30	3,18	2,88	0,18	39,38
№182	Каша кукурузная молочная	150	4,67	4,86	20,94	146,00
№416	Какао с молоком	170	3,50	3,00	14,60	101,00
	<b>Итого:</b>	<b>410</b>	<b>13,37</b>	<b>14,57</b>	<b>47,82</b>	<b>377,38</b>
<b>Второй завтрак</b>						
№386	Фрукты свежие	1 шт	0,48	0,48	5,20	56,00
	<b>Итого:</b>		<b>0,48</b>	<b>0,48</b>	<b>5,20</b>	<b>56,00</b>
<b>Обед</b>						
ТТК	Закуска из отварных овощей	40	0,60	2,56	3,80	40,20
№73	Щи из свежей капусты с картофелем на мясо-костном бульоне со сметаной	150/7	1,28	3,67	5,57	60,37
№309	Макаронник с мясом, с маслом	140/5	16,74	10,95	33,61	295,50
№394	Компот из сушеных фруктов	150	0,24	0,03	14,70	60,60
Пр.пр.	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>522</b>	<b>20,96</b>	<b>17,51</b>	<b>70,58</b>	<b>519,67</b>
<b>Полдник</b>						
№ 441	Ватрушка с повидлом	60	3,82	2,30	39,72	196,32
№362	Рагу овощное	120	2,82	5,34	9,90	103,20
№411	Чай с сахаром	150	0,06	0,01	11,00	45,00
Пр.пр.	Батон пшеничный	30	2,40	0,60	17,10	84,00
	<b>Итого:</b>	<b>360</b>	<b>9,10</b>	<b>8,25</b>	<b>77,72</b>	<b>428,52</b>
	<b>ВСЕГО</b>	<b>1442</b>	<b>43,91</b>	<b>40,81</b>	<b>276,84</b>	<b>1381,57</b>

ТРЕТИЙ ДЕНЬ (СРЕДА)						
№ по сборнику рецептов	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества			
			Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность (к/кал)
<b>Завтрак</b>						
№3	Бутерброд с маслом и сыром	10/5/25	4,34	6,78	12,10	127,00
№182	Каша «Дружба»	150	5,32	8,64	23,34	191,72
№413	Чай с молоком	170	2,53	2,21	13,52	84,15
	<b>Итого:</b>	<b>360</b>	<b>12,19</b>	<b>17,63</b>	<b>48,96</b>	<b>402,87</b>
<b>Второй завтрак</b>						
№418	Сок для раннего возраста фасованный	125	0,10	0,00	14,50	56,25
	<b>Итого:</b>	<b>125</b>	<b>0,10</b>	<b>0,00</b>	<b>14,50</b>	<b>56,25</b>
<b>Обед</b>						
ТТК	Свекла отварная порционно	40	0,64	0,03	3,40	17,20
№86	Суп картофельный с крупой на мясо-костном бульоне	150	1,18	1,64	8,74	54,45
ТТК	Мясо, тушенное с капустой	150	16,50	8,01	13,50	218,59
№394	Компот из сушеных фруктов	150	0,24	0,03	14,70	60,60
Пр.пр.	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>520</b>	<b>20,66</b>	<b>10,01</b>	<b>53,24</b>	<b>413,84</b>
<b>Полдник</b>						
№277	Тефтели рыбные тушеные со сметанным соусом	60/15	7,71	3,14	9,16	96,00
№339	Пюре картофельное	120	2,45	3,84	13,35	110,00
№417	Напиток из плодов шиповника	150	0,50	0,23	18,30	77,00
Пр.пр.	Батон пшеничный	30	2,40	0,60	17,10	84,00
	<b>Итого:</b>	<b>375</b>	<b>13,06</b>	<b>7,81</b>	<b>57,91</b>	<b>367,00</b>
	<b>ВСЕГО</b>	<b>1380</b>	<b>46,01</b>	<b>35,45</b>	<b>174,61</b>	<b>1239,96</b>
<b>ЧЕТВЕРТЫЙ ДЕНЬ (ЧЕТВЕРГ)</b>						
№ по сборнику рецептов	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества			
			Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность (к/кал)
<b>Завтрак</b>						
№1	Бутерброд с маслом	5/25	2,02	3,83	12,10	91,00
№199	Каша гречневая на молоке	150	5,94	8,85	21,34	188,06
№414	Кофейный напиток с молоком	170	2,69	2,28	13,60	85,80
	<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>10,65</b>	<b>14,96</b>	<b>47,04</b>	<b>364,86</b>
<b>Второй завтрак</b>						
№386	Фрукты свежие	1 шт	0,48	0,48	5,20	56,00
	<b>Итого:</b>		<b>0,48</b>	<b>0,48</b>	<b>5,20</b>	<b>56,00</b>
<b>Обед</b>						
№55	Икра морковная	40	1,70	3,20	4,04	52,00
№69	Борщ с фасолью и картофелем на курином бульоне со сметаной	150/7	2,12	3,06	8,71	71,40
№ 327	Суфле куриное	60	9,88	10,40	1,84	140,00
№218	Макаронные изделия отварные	120	4,40	3,80	25,00	152,80
№394	Компот из сушеных фруктов	150	0,24	0,03	14,70	60,60
Пр.пр.	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>557</b>	<b>20,44</b>	<b>20,79</b>	<b>67,19</b>	<b>539,80</b>
<b>Полдник</b>						
№243	Запеканка из творога с морковью, сгущенное молоко	130/15	19,78	12,60	21,10	288,70
№419	Молоко кипяченое	150	4,58	4,08	7,58	85,00
Пр.пр.	Батон пшеничный	30	2,40	0,60	17,10	84,00
	<b>Итого:</b>	<b>325</b>	<b>26,76</b>	<b>17,28</b>	<b>45,78</b>	<b>457,70</b>
	<b>ВСЕГО</b>	<b>1382</b>	<b>58,33</b>	<b>53,51</b>	<b>165,21</b>	<b>1418,36</b>
<b>ПЯТЫЙ ДЕНЬ (ПЯТНИЦА)</b>						
			<b>Пищевые вещества</b>			

№ по сборнику рецептов	Наименование блюд	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность (к/кал)
<b>Завтрак</b>						
№1	Бутерброд с маслом	5/25	2,02	3,83	12,10	91,00
№101	Суп молочный с крупой	150	4,72	8,46	20,81	177,26
№411	Чай с сахаром	170	0,06	0,01	13,00	51,00
	<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>6,80</b>	<b>12,30</b>	<b>45,91</b>	<b>319,26</b>
<b>Второй завтрак</b>						
№418	Сок для раннего возраста фасованный	125	0,10	0,00	14,50	56,25
	<b>Итого:</b>	<b>125</b>	<b>0,10</b>	<b>0,00</b>	<b>14,50</b>	<b>56,25</b>
<b>Обед</b>						
ТТК	Закуска из отварных овощей	40	0,60	2,56	3,80	40,20
№88	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне	150	3,90	2,80	20,00	121,00
№292	Жаркое по-домашнему	150	18,30	4,71	16,30	181,00
№394	Компот из сушеных фруктов	150	0,24	0,03	14,70	60,60
Пр.пр.	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>520</b>	<b>25,14</b>	<b>10,40</b>	<b>67,70</b>	<b>465,80</b>
<b>Полдник</b>						
№263	Рыба, запеченная в омлете	60	10,30	3,56	2,57	84,00
№332	Рис отварной	120	2,92	4,30	29,35	168,00
ТТК	Чай с шиповником	150	0,23	0,02	13,05	50,25
Пр.пр.	Батон пшеничный	30	2,40	0,60	17,10	84,00
	<b>Итого:</b>	<b>360</b>	<b>15,85</b>	<b>8,48</b>	<b>62,07</b>	<b>386,25</b>
	<b>ВСЕГО</b>	<b>1355</b>	<b>47,89</b>	<b>31,18</b>	<b>190,18</b>	<b>1227,56</b>
<b>ШЕСТОЙ ДЕНЬ (ПОНЕДЕЛЬНИК)</b>						
№ по сборнику рецептов	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность (к/кал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак</b>						
№6	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,00
Пр.пр.	Печенье	20	1,52	3,10	12,72	85,65
№182	Каша овсяная «Геркулес» молочная	150	5,87	9,51	20,16	188,76
№414	Кофейный напиток с молоком	170	2,69	2,28	13,60	85,80
	<b>Итого:</b>	<b>345</b>	<b>10,12</b>	<b>18,52</b>	<b>46,55</b>	<b>393,21</b>
<b>Второй завтрак</b>						
№418	Сок для раннего возраста фасованный	125	0,10	0,00	14,50	56,25
	<b>Итого:</b>	<b>125</b>	<b>0,10</b>	<b>0,00</b>	<b>14,50</b>	<b>56,25</b>
<b>Обед</b>						
№55	Икра морковная	40	1,70	3,20	4,04	52,00
№99	Суп из овощей со сметаной	150/7	0,95	2,99	5,49	57,00
№305	Фрикадельки мясные в соусе	60/30	10,10	12,40	11,78	168,00
№179	Каша гречневая рассыпчатая	120	6,88	4,87	30,91	195,00
ТТК	Напиток яблочный	150	0,08	0,08	19,80	81,00
Пр.пр.	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>587</b>	<b>21,81</b>	<b>23,84</b>	<b>84,92</b>	<b>616,00</b>
<b>Полдник</b>						
№437	Пирог печеный с капустой и яйцом	60	3,70	3,20	21,40	130,00
ТТК	Картофель тушеный	120	3,90	7,80	14,30	137,00
№413	Чай с молоком	150	2,53	2,21	13,52	84,15
	<b>Итого:</b>	<b>330</b>	<b>10,13</b>	<b>13,21</b>	<b>49,22</b>	<b>351,15</b>
	<b>ВСЕГО</b>	<b>1387</b>	<b>42,16</b>	<b>55,57</b>	<b>195,19</b>	<b>1416,61</b>
<b>СЕДЬМОЙ ДЕНЬ (ВТОРНИК)</b>						
			<b>Пищевые вещества</b>			

№ по сборнику рецептов	Наименование блюд	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность (к/кал)
<b>Завтрак</b>						
№3	Бутерброд с маслом и сыром	10\5\25	4,34	6,78	12,10	127,00
№182	Каша манная молочная жидкая	150	5,22	8,46	20,35	176,96
№416	Какао с молоком	170	3,50	3,00	14,60	101,00
	<b>Итого:</b>	<b>360</b>	<b>13,06</b>	<b>18,24</b>	<b>47,05</b>	<b>404,96</b>
<b>Второй завтрак</b>						
№386	Фрукты свежие	1 шт	0,48	0,48	5,20	56,00
	<b>Итого:</b>		<b>0,48</b>	<b>0,48</b>	<b>5,20</b>	<b>56,00</b>
<b>Обед</b>						
ТТК	Закуска из отварных овощей	40	0,60	2,56	3,80	40,20
№63	Борщ с капустой и картофелем на мясо-костном бульоне со сметаной	150/7	1,45	3,93	10,20	83,00
№308	Запеканка картофельная с мясом	150	11,10	8,24	26,00	221,00
№394	Компот из сушеных фруктов	150	0,24	0,03	14,70	60,60
Пр.пр.	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>527</b>	<b>15,49</b>	<b>15,06</b>	<b>67,60</b>	<b>467,80</b>
<b>Полдник</b>						
№226	Лапшевник с творогом, со сгущенным молоком	150\15	14,30	12,90	32,70	304,60
№419	Молоко кипяченое	150	4,58	4,08	7,58	85,00
Пр.пр.	Батон пшеничный	30	2,40	0,60	17,10	84,00
	<b>Итого:</b>	<b>335</b>	<b>21,28</b>	<b>17,58</b>	<b>57,38</b>	<b>473,60</b>
	<b>ВСЕГО</b>	<b>1372</b>	<b>50,31</b>	<b>51,36</b>	<b>177,23</b>	<b>1402,36</b>

### ВОСЬМОЙ ДЕНЬ (СРЕДА)

№ по сборнику рецептов	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества			Эн. ценность (к/кал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак</b>						
№1	Бутерброд с маслом	5/25	2,02	3,83	12,10	91,00
№100	Суп молочный с макаронными изделиями	150	5,28	8,51	20,36	178,01
№413	Чай с молоком	170	2,53	2,21	13,52	84,15
	<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>9,83</b>	<b>14,55</b>	<b>45,98</b>	<b>353,16</b>
<b>Второй завтрак</b>						
№418	Сок для раннего возраста фасованный	125	0,10	0,00	14,50	56,25
	<b>Итого:</b>	<b>125</b>	<b>0,10</b>	<b>0,00</b>	<b>14,50</b>	<b>56,25</b>
<b>Обед</b>						
ТТК	Свекла отварная порционно	40	0,64	0,03	3,40	17,20
№87	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	150	3,29	3,16	9,79	81,00
№322	Котлета рубленая из птицы с маслом сливочным	60/5	8,98	9,25	9,30	157,20
№334	Рис отварной с овощами	120	2,70	3,90	25,00	126,00
№394	Компот из сушеных фруктов	150	0,24	0,03	14,70	60,60
Пр.пр.	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>555</b>	<b>17,95</b>	<b>16,67</b>	<b>75,09</b>	<b>505,00</b>
<b>Полдник</b>						
№284	Суфле из рыбы	60	9,70	4,63	2,44	90,00
ТТК	Овощи тушеные	120	3,00	4,11	11,70	100,80
№411	Чай с сахаром	150	0,06	0,01	11,00	45,00
Пр.пр.	Батон пшеничный	30	2,40	0,60	17,10	84,00
	<b>Итого:</b>	<b>360</b>	<b>15,16</b>	<b>9,35</b>	<b>42,24</b>	<b>319,80</b>
	<b>ВСЕГО</b>	<b>1390</b>	<b>43,04</b>	<b>40,57</b>	<b>177,81</b>	<b>1234,21</b>

### ДЕВЯТЫЙ ДЕНЬ (ЧЕТВЕРГ)

№ по	Пищевые вещества				
------	------------------	--	--	--	--

сборнику рецептур	Наименование блюд	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
<b>Завтрак</b>						
№3	Бутерброд с маслом и сыром	10\5\25	4,34	6,78	12,10	127,00
№229	Омлет натуральный с маслом	150/5	10,60	17,50	9,80	208,00
№414	Кофейный напиток с молоком	170	2,69	2,28	13,60	85,80
	<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>17,63</b>	<b>26,56</b>	<b>35,50</b>	<b>420,80</b>
<b>Второй завтрак</b>						
№386	Фрукты свежие	1 шт	0,48	0,48	5,20	56,00
	<b>Итого:</b>		<b>0,48</b>	<b>0,48</b>	<b>5,20</b>	<b>56,00</b>
<b>Обед</b>						
ТТК	Морковь свежая (термообработанная) порционно	40	0,50	0,04	4,66	21,00
№83	Суп картофельный с куриными фрикадельками	15/150	3,98	3,11	9,27	81,00
№315	Голубцы ленивые в сметанном соусе	110/40	10,61	6,81	17,80	182,00
№394	Компот из сушеных фруктов	150	0,24	0,03	14,70	60,60
Пр.пр.	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>535</b>	<b>17,43</b>	<b>10,29</b>	<b>59,33</b>	<b>407,60</b>
<b>Полдник</b>						
ТТК	Запеканка из творога с яблоками, сгущенное молоко	130/15	17,90	11,30	19,80	275,00
№417	Напиток из плодов шиповника	150	0,50	0,23	18,30	77,00
Пр.пр.	Батон пшеничный	30	2,40	0,60	17,10	84,00
	<b>Итого:</b>	<b>315</b>	<b>20,80</b>	<b>12,13</b>	<b>55,20</b>	<b>436,00</b>
	<b>ВСЕГО</b>	<b>1350</b>	<b>56,34</b>	<b>49,46</b>	<b>155,23</b>	<b>1320,40</b>
<b>ДЕСЯТЫЙ ДЕНЬ (ПЯТНИЦА)</b>						
№ по сборнику рецептур	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества			
			Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
<b>Завтрак</b>						
№1	Бутерброд с маслом	5/25	2,02	3,83	12,10	91,00
№182	Каша рисовая молочная	150	4,86	8,48	22,23	183,86
№411	Чай с сахаром	170	0,06	0,01	13,00	51,00
	<b>Итого:</b>	<b>360</b>	<b>6,94</b>	<b>12,32</b>	<b>47,33</b>	<b>325,86</b>
<b>Второй завтрак</b>						
№418	Сок для раннего возраста фасованный	125	0,10	0,00	14,50	56,25
	<b>Итого:</b>	<b>125</b>	<b>0,10</b>	<b>0,00</b>	<b>14,50</b>	<b>56,25</b>
<b>Обед</b>						
ТТК	Закуска из отварных овощей	40	0,60	2,56	3,80	40,20
ТТК	Суп картофельный с яйцом на курином бульоне	15/150	3,18	3,20	8,70	76,37
ТТК	Гуляш из куриного филе	50/50	16,00	11,80	3,30	184,00
№339	Пюре картофельное	120	2,45	3,84	13,35	110,00
№394	Компот из сушеных фруктов	150	0,24	0,03	14,70	60,60
Пр.пр.	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>605</b>	<b>24,57</b>	<b>21,73</b>	<b>56,75</b>	<b>534,17</b>
<b>Полдник</b>						
ТТК	Булочка с сыром	70	5,30	9,20	38,10	253,10
№272	Котлеты рыбные любительские	60	8,25	2,69	6,68	84,00
№354	Капуста тушеная	120	2,48	3,88	11,31	90,00
ТТК	Чай с шиповником	150	0,23	0,02	13,05	50,25
Пр.пр.	Батон пшеничный	30	2,40	0,60	17,10	84,00
	<b>Итого:</b>	<b>430</b>	<b>18,66</b>	<b>16,39</b>	<b>86,24</b>	<b>561,35</b>
	<b>ВСЕГО</b>	<b>1520,00</b>	<b>50,27</b>	<b>50,44</b>	<b>204,82</b>	<b>1477,63</b>
	<b>ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ:</b>	<b>13973,00</b>	<b>478,12</b>	<b>455,57</b>	<b>1897,60</b>	<b>13458,81</b>
	<b>В СРЕДНЕМ ЗА 1 ДЕНЬ:</b>	<b>1397,3</b>	<b>47,81</b>	<b>45,56</b>	<b>189,76</b>	<b>1345,88</b>

## Ведомость контроля за рационом питания Июнь 2024г.

по примерному 10-дневному меню

**Режим питания:** четырёхразовое (завтрак, 2 завтрак, обед, полдник)

**Возрастная категория:** 1-3 лет (с 12 часовым пребыванием)

Наименование группы пищевой продукции	Рекомендуемое количество продуктов(нетто) в день на одного ребенка в зависимости от возраста 90%	Количество пищевой продукции в нетто по дням в граммах на одного человека										В сумме за 10 дней	В среднем за 1 день	Отклонение от нормы в % (+/-)
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
Масло сливочное	16,20	15,00	20,80	18,00	16,00	14,00	14,00	12,00	19,50	14,00	17,00	160,30	16,03	98,95
Кондитерские изделия	10,80	20,00				20,00						40,00	4,00	37,04
Крупы, бобовые	27,00	60,60	30,00	22,00	26,00	58,00	55,00	15,00	54,60	14,00	17,00	352,20	35,22	130,44
Молоко и кисломолочные пр	351,00	247,00	254,30	301,00	455,00	196,00	317,00	439,50	297,00	142,80	184,00	2833,60	283,36	80,73
Сахар	22,50	28,30	25,60	26,40	22,00	19,00	24,50	19,50	28,50	20,30	21,50	235,60	23,56	104,71
Соль пищевая поваренная	2,70	3,90	3,10	1,76	2,80	1,96	3,50	2,30	2,26	3,20	3,72	28,50	2,85	105,56
Кофейный напиток	0,90	2,50			2,50							10,00	1,00	111,11
Соки фруктовые (овощные)	90,00	125,00			125,00	125,00						750,00	75,00	83,33
Овощи, зелень	162,00	243,10	166,30	197,00	126,70	61,50	143,80	103,50	146,60	133,90	235,00	1557,40	155,74	96,14
Масло растительное	8,10	13,15	9,36	6,10	8,40	9,00	13,40	8,10	7,00	10,90	12,50	97,91	9,79	120,88
Картофель	108,00	72,00	61,00	148,00	15,00	160,00	158,00	156,00	98,00	60,00	170,50	1098,50	109,85	101,71
Рыба	28,80	23,00		41,00		49,00			55,00		41,00	209,00	20,90	72,57
Яйцо	36,00	5,60	47,40		31,00	25,60	14,00	14,00	18,40	136,00	33,40	325,40	32,54	90,39
Мясо	45,00	38,00	87,00	65,00		65,00	46,00	67,00		45,00		413,00	41,30	91,78
Хлеб пшеничный	54,00	18,00	58,80	65,00	59,00	55,00	19,00	59,50	71,20	59,00	65,00	529,50	52,95	98,06
Мука пшеничная	22,50	36,20	33,60	6,80	3,00	2,00	34,20		3,00	2,25	51,30	172,35	17,24	76,60
Сметана	8,10	7,80	9,00	4,00	9,00		14,80	10,00		16,50		71,10	7,11	87,78
Фрукты (плоды) свежие	85,50	19,00	150,00		150,00		19,00	150,00		181,00		669,00	66,90	78,25
Хлеб ржаной (ржано-пшенич)	36,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	300,00	30,00	83,33
Дрожжи хлебопекарные	0,36	1,00	0,80									3,99	0,40	110,83
Чай, включающая фиточай	0,45	0,20	0,20	0,30		0,55	0,20		0,50		0,55	2,50	0,25	55,56
Какао-порошок	0,45		2,50					2,50				5,00	0,50	111,11
Макаронные изделия	7,20	39,00			41,00	6,00		36,00				111,00	11,10	154,17
Фрукты (плоды) сухие	8,10	20,10	17,10	8,10	11,10			8,10	8,10	17,10	11,10	100,80	10,08	124,44
Сыр твердый	3,60			10,00				10,00		10,00	3,00	33,00	3,30	91,67
Птица	18,00				83,00				44,40	17,10	64,00	208,50	20,85	115,83
Творог, творожные изделия	27,00			70,00				50,00		70,00		190,00	19,00	70,37