

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА –
«ДЕТСКИЙ САД № 170 «АНТОШКА»
(МАДОУ ЦРР – «Д/с №170»)



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МАДОУ ЦРР – «Д/с № 170»
О.П.Каталийчук

«01 » декабря 2024 №188-осн

**ОСНОВНОЕ ОРГАНИЗОВАННОЕ МЕНЮ
ОБОГАЩЕННОЕ ВИТАМИНАМИ И
МИНЕРАЛЬНЫМИ ВЕЩЕСТВАМИ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ**

**МУНИЦИПАЛЬНОГО АВТОНОМНОГО ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЕ ЦЕНТР
РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА – «ДЕТСКИЙ САД № 170 «АНТОШКА»
(МАДОУ ЦРР – «Д/С №170»)
1-7 лет**

г.Барнаул

ПРИЛОЖЕНИЕ

При изготовлении блюд, включенных в меню, используются продукты с содержанием йода:

Молоко йодированное;

Соль йодированная;

Хлеб йодированный.

Используемая литература:

РФ от 27.10.2020 № 32 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20»
«Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения»

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы (реферативно).

Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях: Методические указания города Москвы, 2007.

Разработано: Конь И.Я. (ГУ НИИ питания РАМН); Мосов А.В. (Управление Роспотребнадзора по городу Москве, НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков ГУ НЦЗД РАМН); Тобис В.И., (Московский фонд содействия санитарно-эпидемиологическому благополучию населения); Цапенко М.М. (Департамент образования города Москвы)

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель учреждения Каталийчук О.П.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества(г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры	
				Б		Ж		У					
День 1		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад		
Завтрак													
	Каша пшеничная с маслом и сахаром	150	180	1,92	3,7	3,45	4,05	11,3	17,25	120,47	138,29	194	
	Кофейный напиток сладкий	150	200	0,01	0,01	0	0	8,91	10,32	34,80	49,80	2	
	Батон с маслом 20/5/30/5	20/5	30/5	1,3	1,8	4,9	8,51	8,47	10,58	110,2	132,60	136	
Итого		430	525	3,73	6,21	8,55	12,86	40,47	50,35	339,32	404,70		
Обед													
	Икра морковная	30	50	1,20	1,48	2,40	2,6	5,10	5,80	28,00	32,70	124	
	Борщ из свежей капусты на курином бульоне со сметаной	150	180	4,75	6,03	4,43	6,52	13,73	21,66	151,23	1	165,48	133
	Плов с мясом	160	180	9,91	12,43	11,53	13,04	26,6	35,06	252,29	322,94	72	
	Компот из сухофруктов с витамином «С»	150	180	0,70	0,96	0,05	0,06	15,84	19,06	68,85	88,50	122	
	Хлеб пшеничный	20	20	1,70	1,70	0,70	0,80	13,0	16,0	70,0	85,0	114	
	Хлеб ржаной	30	40	1,20	1,70	0,19	2,01	6,36	8,70	64,1	96,7	29	
Итого за обед		540	650	17,99	22,38	16,4	21,84	69,24	91,62	634,7	791,1		
Полдник													
	Булочка Дорожная	60	70	4,22	5,8	5,69	6,90	29,39	38,29	203,92	252,42	584	
	Кисломолочный напиток	150	200	4,90	5,90	4,2	5,18	7,18	8,80	97,00	108,0	418	
Итого за полдник		240	270	5,02	6,7	4,87	7,1	47,57	59,09	274,49	333,42		
Ужин													
	Пудинг творожный с яблоками	160	170	10,433	11,577	10,53	12,236	18,21	35,89	200,26	288,84	326	
	Соус молочный сладкий	50	50	1,016	1,185	1,6	1,702	11,48	13,93	58,06	61,57	451	
	Чай сладкий	150	180	5,8	6,3	1,10	1,7	6,94	7,33	69,0	93,8	420	
	Хлеб пшеничный	20	30	1,70	1,70	0,70	0,80	13,0	16,0	70,0	85,0	114	
Итого за ужин		410	450	13,71	16,04	23,62	14,45	59,85	85,3	389,2	509,6		
Итого за день.		1620	1895	42,45	54,33	47,53	60,56	203,13	268,48	1519,7	1924,7		

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель учреждения Каталийчук О.П.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества(г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Б		Ж		У				
День 2		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак												
	Каша пшеничная на молоке с сахаром	130	180	2,09	3,9	3,45	4,05	11,3	17,25	110,47	128,32	199
	Какао сладкое с молоком	150	180	4,7	6,2	4,8	6,4	18,91	22,32	74,80	89,80	416
	Батон с маслом с сыром 20/5/10/30/5/15	20/5/10	30/5/15	2,3	3,8	4,9	6,51	11,47	14,58	135,35	159,75	114
	Яблоко	95	100	0,5	0,7	0,2	0,3	11,79	12,20	73,70	84,00	386
Итого		420	520	4,73	7,41	9,55	13,86	40,47	50,35	394,32	464,69	
Обед												
	Свекла вареная порционно	30	50	0,75	0,64	0,05	0,05	3,10	3,40	18,0	20,0	32
	Суп овощной со сметаной на курином бульоне	150	180	5,01	7,03	3,43	4,52	13,73	21,66	121,23	155,47	66
	Картофельное пюре	110	130	2,91	4,43	2,53	4,05	16,6	21,06	85,29	112,59	56
	Ежики мясные	70	80	8,3	9,2	11,54	13,38	3,15	10,0	101,10	113,38	304
	Компот из сухофруктов с витамином «С»	150	180	0,70	0,96	0,05	0,06	15,84	19,06	68,85	88,50	394
	Хлеб пшеничный	20	20	1,70	1,70	0,70	0,80	13,0	16,0	70,0	85,0	114
	Хлеб ржаной	30	40	1,20	1,70	0,19	2,01	6,36	8,70	64,1	96,7	115
Итого за		540	670	23,87	30,09	22,32	30,68	65,97	95,48	522,95	671,61	
Полдник												
	Булочка Российская	60	70	4,22	5,8	4,69	6,9	29,39	38,29	196,49	252,42	415
	Молоко кипяченое	150	180	4,90	5,90	4,2	5,18	7,18	8,80	97,00	108,0	420
Итого за		210	250	9,12	11,9	8,89	12,08	36,57	47,09	293,49	360,42	
Ужин												
	Суфле из сердца(печень)	170	200	7,8	8,53	5,002	6,4	17,85	21,6	120,27	157,94	164
	Соус сметанный с томатом	40	40	1,30	1,40	1,8	2,12	8,1	11,49	18,62	26,19	373
	Отварное яйцо	40	40	2,80	2,80	5,00	5,00	0	0	52,00	52,00	227
	Хлеб пшеничный	20	30	1,70	1,70	0,70	0,80	13,0	16,0	70,0	85,0	114
	Чай сладкий	150	180	5,8	6,3	1,10	1,7	6,94	7,33	69,0	93,8	420
Итого за		370	450	12,2	14,31	10,86	12,56	52,73	67,18	314,01	355,74	
Итого за 2		1590	1880	42,94	54,12	48,03	62,74	195,74	260,1	1584,7	1993,4	

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель учреждения Каталийчук О.П.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества(г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Б		Ж		У				
День 3		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак												
	Омлет	150	160	3,50	4,50	3,02	4,37	11,6	20,5	122,5	156,20	307
	Кофейный напиток с сахаром и молоком	150	200	3,42	4,026	2,80	3,40	15,61	17,20	101,32	120,70	570
	Батон с маслом 20/5/30/5	20/5	30/5	1,3	1,8	4,9	8,51	8,47	10,58	110,2	132,60	136
	Яблоко	95	100	0,5	0,7	0,2	0,3	11,79	12,20	73,70	84,00	386
Итого за		430	510	8,72	11,026	10,96	16,58	47,47	60,46	352,98	462,45	
Обед												
	Морковь вареная порционно	30	50	1,21	1,48	0,60	1,20	6,10	5,87	25,00	28,70	37
	Суп с вермишелью на курином бульоне	150	180	3,21	4,47	6,5	8,69	17,52	23,01	94,7	132,43	163
	Котлета куриная	60	70	8,54	9,63	11,90	12,67	3,31	6,69	101,25	133,85	307
	Капуста тушеная	110	130	2,72	3,57	3,22	4,71	10,01	20,02	104,24	139,50	143
	Кисель фруктово-ягодный с витамином «С»	150	180	0,70	1,00	0,02	0,02	7,40	9,80	40,0	53,0	401
	Хлеб пшеничный	20	20	1,70	1,70	0,70	0,80	13,0	16,0	70,0	85,0	114
	Хлеб ржаной	30	40	1,20	1,70	0,19	2,01	6,36	8,70	64,1	96,7	115
Итого за		520	620	20,49	25,49	26,24	34,6	72,33	103,6	542,84	705,66	
Полдник												
	Печенье	30	50	2,50	3,70	4,9	5,8	37,2	44,65	208,5	250,2	609
	Сок	180	200	0,80	0,90	0,18	0,20	18,18	20,80	75,00	81,00	418
Итого за		210	250	3,3	4,6	5,08	6,00	55,38	65,45	283,5	331,2	
Ужин												
	Суфле рыбное	160	180	8,53	7,34	5,37	6,45	17,4	21,6	120,55	179,12	284
	Соус сметанный с томатом	40	40	1,30	1,40	1,8	2,12	8,1	11,49	18,62	26,19	373
	Хлеб пшеничный	20	30	1,70	1,70	0,70	0,80	13,0	16,0	70,0	85,0	114
	Чай сладкий	150	180	5,8	6,3	1,10	1,7	6,94	7,33	69,0	93,8	420
Итого за		400	450	12,95	16,12	11,23	12,61	52,28	67,18	303,29	377,49	
Итого за		1565	1830	45,46	54,23	47,05	60,79	207,46	266,71	1492,61	1816,8	

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель учреждения Каталийчук О.П.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества(г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Б		Ж		У				
День 4												
Завтрак		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
	Каша рисовая на молоке с маслом с сахаром	150	180	1,92	3,7	3,45	4,05	11,3	17,25	100,47	138,32	199
	Какао сладкое с молоком	150	180	4,7	6,2	4,8	6,4	18,91	22,32	74,80	89,80	416
	Батон с маслом с сыром 20/5/10/30/5/15	20/5/10	30/5/15	2,3	3,8	4,9	6,51	11,47	14,58	135,35	159,75	114
Итого за		430	520	3,73	6,21	8,55	12,86	40,47	50,35	264,32	373,87	
Обед												
	Суп с клецками со смет на курином бульоне	150	180	3,16	4,10	6,6	7,87	16,42	17,21	114,99	129,37	159
	Зразы с яйцом	80	90	10,54	11,63	8,08	9,72	5,31	7,69	121,25	133,85	373
	Свекла тушеная	140	180	4,150	4,905	0,490	0,58	27,06	31,98	61,77	72,81	218
	Компот из сухофруктов с витамином «С»	150	180	0,70	0,96	0,05	0,06	15,84	19,06	68,85	88,50	394
	Хлеб пшеничный	20	20	1,70	1,70	0,70	0,80	13,0	16,0	70,0	85,0	114
	Хлеб ржаной	30	40	1,20	1,70	0,19	2,01	6,36	8,70	64,1	96,7	115
Итого за		570	680	24,56	29,03	19,82	26,74	84,72	106,3	517,19	601,9	601
Полдник												
	Расстегай с повидлом	60	70	4,22	5,8	4,69	6,9	31,4	37,3	202,69	242,72	442
	Кисломолочный напиток	150	200	4,90	5,90	4,2	5,18	7,18	8,80	97,00	108,0	418
Итого за		210	250	8,52	11,4	8,39	12,5	38,6	46,6	283,99	350,82	
Ужин												
	Каша гречневая	160	180	3,39	4,40	3,26	4,34	23,03	26,03	187,6	232,2	144
	Морковь вареная порционно	30	50	1,21	1,48	0,60	1,20	6,10	5,87	25,00	28,70	37
	Хлеб пшеничный	20	30	1,70	1,70	0,70	0,80	13,0	16,0	70,0	85,0	114
	Чай сладкий с шиповником	150	180	5,8	6,3	1,10	1,7	6,94	7,33	69,0	93,8	420
Итого за		390	450	9,59	11,6	13,68	16,32	40,13	45,6	348,44	422,7	
Итого за 4 день		1540	1840	42,82	57,41	47,65	60,42	203,92	269,15	1445,0	1861,5	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения Каталийчук О.П.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества(г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Б		Ж		У				
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
День 5												
Завтрак												
	Запеканка из творога с повидлом	140	165	10,433	11,577	10,53	12,23	18,21	35,89	170,26	188,84	319
	Кофейный напиток с сахаром и молоком	150	200	3,42	4,026	2,80	3,40	15,61	17,20	101,32	120,70	513
	Батон с маслом 20/5/30/5	20/5	30/5	1,3	1,8	4,9	8,51	8,47	10,58	110,2	132,60	136
		95	100	0,5	0,7	0,2	0,3	11,79	12,20	73,70	84,00	386
Итого за		420	510	15,66	18,103	18,44	24,44	54,08	78,87	430,7	595,08	
Обед												
	Свекла вареная порционно	30	50	1,20	1,48	2,40	2,51	5,10	5,80	28,00	26,70	124
	Суп с фасолью со сметаной на курином бульоне	150	180	3,21	4,47	6,5	8,69	17,52	23,01	94,7	132,43	137
	Биточки из рубленого мяса	70	80	4,74	5,171	3,32	3,785	13,811	15,784	175,59	197,79	299
	Картофельное пюре	110	130	8,54	9,63	11,90	12,67	6,71	9,89	101,25	133,85	56
	Компот из сухофруктов с витамином « С»	150	180	0,70	0,96	0,05	0,06	15,84	19,06	68,85	88,50	122
	Хлеб пшеничный	20	20	1,70	1,70	0,70	0,80	13,0	16,0	70,0	85,0	114
	Хлеб ржаной	30	40	1,20	1,70	0,19	2,01	6,36	8,70	64,1	96,7	115
Итого за		550	670	23,22	27,97	26,98	33,71	73,97	98,10	590,72	729,74	
Полдник												
	Печенье	30	50	2,50	3,70	4,9	5,8	37,2	44,65	208,5	250,2	609
	Сок	180	200	0,80	0,90	0,18	0,20	18,18	20,80	75,00	81,00	418
Итого за		210	250	7,4	9,6	9,10	10,98	44,38	53,45	305,5	358,2	
Ужин												
	Рагу из овощей	160	200	2,72	3,57	3,22	4,71	10,01	20,02	104,24	139,51	148
	Отварное яйцо	40	40	2,80	2,80	5,00	5,00	0	0	52,00	52,00	227
	Чай сладкий	150	180	5,8	6,3	1,10	1,7	6,94	7,33	69,0	93,8	420
	Хлеб пшеничный	20	30	1,70	1,70	0,70	0,80	13,0	16,0	70,0	85,0	114
Итого за		380	450	28,32	39,17	14,74	16,09	10,17	20,26	218,08	258,27	
Итого за 5		1560	1880	44,59	54,15	47,02	60,02	203,1	261,04	1530,01	1801,2	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения Каталийчук О.П.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества(г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Б		Ж		У				
День 6		ясли	сал	ясли	сал	ясли	сал	ясли	сал	ясли	сал	
Завтрак												
	Каша манная на сух.молоке с маслом	140	180	3,55	4,22	3,96	4,94	17,96	22,45	151,2	253,5	199
	Кофейный напиток злаковый сладкий	150	200	2,42	3,026	1,60	2,30	11,1	12,60	70,2	90,60	414
	Батон с маслом 20/5/30/5	20/5	30/5	1,3	1,8	4,9	8,51	8,47	10,58	110,2	132,60	136
Итого за завтрак		95	100	0,5	0,7	0,2	0,3	11,79	12,20	73,70	84,00	386
Обед		410	515	7,77	9,74	10,66	16,05	49,032	57,83	405,3	560,7	
	Свекла вареная порционно	30	50	0,75	0,84	0,05	0,15	3,10	3,40	18,0	23,0	32
	Щи на курином бульоне со сметаной	150	180	3,21	4,47	6,5	8,69	17,52	23,01	114,8	127,3	73
	Гуляш из говядины	70	80	17,85	18,85	8,34	10,48	7,50	11,1	108,2	128,89	373
	Каша пшеничная со сливочным маслом	110	130	2,30	3,80	3,58	5,37	24,1	35,35	139,7	145,7	330
	Компот из сухофруктов с витамином «С»	150	180	0,70	1,00	0,02	0,02	7,40	9,80	40,0	53,0	375
	Хлеб пшеничный	20	20	1,70	1,70	0,70	0,80	13,0	16,0	70,0	85,0	69
	Хлеб ржаной	30	40	1,20	1,70	0,19	2,01	6,36	8,70	64,1	96,7	115
Итого обед		560	690	17,96	21,22	18,23	25,08	64,28	82,96	554,8	659,9	
Полдник	Сдоба Венская	60	70	4,22	5,8	5,69	6,90	29,39	38,29	203,92	252,42	449
	Кисломолочный напиток	150	200	4,90	5,90	4,2	5,18	7,18	8,80	97,00	108,0	418
Итого за полдник		210	270	9,12	11,7	8,89	12,08	36,57	47,09	300,92	360,42	
Ужин	Вермишель в молоке	180	200	3,32	4,53	3,5	4,3	27,3	31,17	125,7	137,1	382
	Хлеб пшеничный	20	30	1,70	1,70	0,70	0,80	13,0	16,0	70,0	85,0	114
	Отварное яйцо	40	40	2,80	2,80	5,00	5,00	0	0	52,00	52,00	227
	Чай сладкий	150	180	5,8	6,3	1,10	1,7	6,94	7,33	69,0	93,8	420
Итого за ужин		420	450	9,34	11,31	8,86	9,74	49,54	58,33	249,70	284,60	
Итого за день		1600	1925	44,19	53,9	46,64	62,95	199,71	259,01	1510,70	1865,3	

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель учреждения Каталийчук О.П.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества(г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
				Б		Ж		У				
День 7		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак												
	Каша геркулесовая молочная с маслом	130	150	1,92	3,7	3,45	4,05	11,3	17,25	150,47	238,32	268
	Какао сладкое с молоком	150	180	4,7	6,2	4,8	6,4	18,91	22,32	74,80	89,80	416
	Батон с маслом с сыром 20/5/10/30/5/15	20/5/10	30/5/15	2,3	3,8	4,9	6,51	11,47	14,58	135,35	159,75	114
	Яблоко	95	100	0,5	0,7	0,2	0,3	11,79	12,20	73,70	84,00	386
Итого завтрак		410	480	3,73	6,21	8,55	12,86	40,47	50,35	434,32	571,87	
Обед												
	Морковь вареная порционно	30	50	0,75	0,84	0,05	0,15	3,10	3,40	18,0	23,0	37
	Борщ на курином бульоне со сметаной	150	180	4,75	6,03	4,43	6,52	13,73	18,66	141,23	155,47	40
	Тефтели мясные	70	80	14,74	15,11	3,32	3,785	13,811	15,784	125,59	137,79	122
	Капуста тушеная	110	130	2,2	3,8	1,7	2,62	13,72	17,15	124,25	132,81	59
	Кисель из ягол протертых с сахаром с витамином «С»	150	180	0,70	0,96	0,05	0,06	15,84	19,06	68,85	88,50	394
	Хлеб пшеничный	20	20	1,70	1,70	0,70	0,80	13,0	16,0	70,0	85,0	69
	Хлеб ржаной	30	40	1,20	1,70	0,19	2,01	6,36	8,70	64,1	96,7	115
Итого за обед		560	680	15,29	19,361	11,29	16,35	75,82	94,75	569,92	646,57	
Полдник												
	Булочка Домашняя с повидлом	70	80	6,23	7,18	3,39	4,5	25,78	30,13	234,5	253,45	583
	Сок	150	200	0,80	0,90	0,18	0,20	18,18	20,80	75,00	81,00	419
Итого за полдник		210	270	7,03	8,08	3,57	4,7	43,096	44,93	279,5	294,45	
Ужин												
	Запеканка творожно-рисовая	130	150	9,33	10,37	8,8	10,26	16,71	25,79	192,71	218,98	322
	Соус молочный сладкий	50	50	1,30	1,30	1,8	1,8	12,95	12,95	48,62	48,62	351
	Хлеб пшеничный	20	30	1,70	1,70	0,70	0,80	13,0	16,0	70,0	85,0	114
	Чай сладкий с шиповником	150	200	5,8	6,3	1,10	1,7	6,94	7,33	69,0	93,8	420
Итого за ужин		350	450	13,85	15,75	10,96	12,82	48,65	68,9	313,33	380,67	
Итого за день		1530	1880	42,05	56,07	47,13	60,45	208,94	265,02	1597,4	1893,56	

УТВЕРЖДАЮ
 Руководитель учреждения Каталийчук О.П.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход		Пищевые вещества(г)						Энергетическая ценность		№ рецепу-ры
				Б		Ж		У		ясли	сад	
День 8												
Завтрак		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
	Капа куврузная молочная с маслом и сахаром	150	170	2,08	3,14	4,5	5,12	13,015	15,47	128,9	142,92	199
	Кофейный напиток с молоком и сахаром	150	180	2,42	3,026	1,60	2,30	11,1	12,60	70,2	90,60	513
	Батон с маслом 20/5/30/5	20/5	30/5	1,3	1,8	4,9	8,51	8,47	10,58	110,2	132,60	136
	Яблоко	95	100	0,5	0,7	0,2	0,3	11,79	12,20	73,70	84,00	386
Итого завтрак		430	495	7,8	10,96	12,7	17,73	37,1	43,55	383,0	450,12	
Обед												
	Икра свекольная	30	50	1,20	1,48	2,40	2,58	5,10	5,80	28,00	32,70	129
	Суп с вермишелью на курином бульоне	150	180	2,15	3,15	8,01	8,83	18,45	22,1	106,7	117,33	163
	Жаркое по-домашнему с курицей	160	180	9,91	12,43	11,53	13,04	26,6	35,06	252,29	322,59	292
	Компот из сухофруктов с витамином «С»	150	180	0,70	0,96	0,05	0,06	15,84	19,06	68,85	88,50	531
	Хлеб пшеничный	20	20	1,70	1,70	0,70	0,80	13,0	16,0	70,0	85,0	69
	Хлеб ржаной	30	40	1,20	1,70	0,19	2,01	6,36	8,70	64,1	96,7	115
Итого за обед		540	650	15,62	19,93	20,38	24,48	79,12	97,32	544,94	667,82	
Полдник												
	Молоко кипяченое	170	200	4,30	5,60	3,70	5,60	7,20	9,60	81,3	108,1	419
	Печенье	40	50	2,50	3,70	4,9	5,8	37,2	44,65	208,5	250,2	609
Итого за полдник		200	250	6,8	9,3	8,6	11,4	44,4	54,25	289,8	358,3	
Ужин												
	Рыба запеченная в яйце	130	170	8,53	10,34	5,373	6,45	17,4	21,6	192,55	229,12	343
	Морковь вареная порционно	50	50	0,65	0,65	0,50	0,5	1,50	2,45	17,50	17,50	32
	Хлеб пшеничный	20	30	1,70	1,70	0,70	0,80	13,0	16,0	70,0	85,0	114
	Чай сладкий	150	200	5,8	6,3	1,10	1,7	6,94	7,33	69,0	93,8	420
Итого за ужин		350	450	12,4	14,97	6,23	7,39	41,14	51,21	349,05	425,42	29
Итого за 8		1520	1845	42,05	53,14	47,32	61,00	202,48	295,33	1566,79	1901,6	

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель учреждения Каталийчук О.П.

Прием пищи	Наименование блюда	Порции блюда		Пищевые вещества(г)						Энергетическая ценность (ккал)	№ рецепу - ры	
				Б		Ж		У				
День 9		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак												
	Каша Дружба молочная с маслом с сахаром	130	150	2,02	3,4	3,45	4,05	12,13	15,15	110,7	128,9	266
	Какао сладкое с молоком	150	180	2,42	3,026	1,60	2,30	11,1	12,60	70,2	90,60	416
	Батон с маслом с сыром 20/5/10/30/5/15	20/5/10	30/5/15	2,3	3,8	4,9	6,51	11,47	14,58	135,35	159,75	114
	Яблоко	95	100	0,5	0,7	0,2	0,3	11,79	12,20	73,70	84,00	386
Итого за		420	490	3,67	5,91	8,55	12,86	41,3	47,25	389,95	463,45	
Обед												
	Морковь вареная порционно	30	50	0,75	0,84	0,05	0,15	3,10	3,40	18,0	23,0	32
	Свекольник на курином бульонесо сметаной	150	180	3,87	4,50	6,3	8,25	13,2	17,6	123,1	131,1	136
	Бефстроганов из печени(сердца)	70	80	2,4	4,11	2,29	4,50	18,1	19,4	145,2	167,13	103
	Макароны отварные	110	130	2,2	3,8	1,7	2,62	13,72	17,15	124,25	132,81	218
	Компот из сухофруктов с витамином «С»	150	180	0,70	0,96	0,05	0,06	15,84	19,06	68,85	88,50	531
	Хлеб пшеничный	20	20	1,70	1,70	0,70	0,80	13,0	16,0	70,0	85,0	114
	Хлеб ржаной	30	40	1,20	1,70	0,19	2,01	6,36	8,70	64,1	96,7	115
Итого за обед		560	600	318	378,6	16,42	21,99	32,25	39,82	505,96	578,97	
Полдник												
	Крендель сахарный	60	70	4,22	5,8	4,69	6,9	33,29	42,9	206,49	252,12	574
	Кисломолочный напиток	150	200	4,90	5,90	4,2	5,18	7,18	8,80	97,00	108,0	418
Итого за		210	270	9,12	11,7	83,89	12,08	40,47	51,7	303,49	360,12	
Ужин												
	Суфле рыбное	110	130	2,2	3,8	1,7	2,62	13,72	17,15	124,25	132,81	110
	Овощной маринад	50	50	0,65	0,65	0,50	0,5	1,50	2,45	67,50	67,50	179
	Каша перловая	100	110	2,91	4,43	2,53	4,05	16,6	21,06	85,29	112,54	2,91
	Хлеб пшеничный	20	30	1,70	1,70	0,70	0,80	13,0	16,0	70,0	85,0	114
	Чай сладкий	150	200	5,8	6,3	1,10	1,7	6,94	7,33	69,0	93,8	420
Итого за		390	490	15,2	17,77	112,3	12,39	41,14	51,21	416,34	507,96	
Итого за день.		1580	1850	344,42	413,99	215,9	59,23	155,13	190,99	1615,0	1910,06	

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель учреждения О.П.Каталийчук

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества(г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ репертуры
				Б		Ж		У				
День 10												
Завтрак		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
	Запеканка из творога	110	140	8,53	10,27	10,38	11,36	19,21	25,89	210,71	228,14	252
	Кофейный напиток с молоком и сахаром	150	180	2,42	3,026	1,60	2,30	11,1	12,60	70,2	90,60	414
	Соус молочный сладкий	30	40	1,30	1,40	1,8	2,12	9,7	12,95	48,62	66,19	351
	Батон с маслом 20/5/30/5	20/5	30/5	1,3	1,8	4,9	8,51	8,47	10,58	110,2	132,60	136
	Яблоко	95	100	0,5	0,7	0,2	0,3	11,79	12,20	73,70	84,00	386
Итого за		420	505	10,95	11,75	20,38	36,09	53,19	66,92	457,9	556,78	
Обед												
	Икра морковная	30	50	1,20	1,48	2,40	2,52	5,10	5,80	28,00	26,70	124
	Суп гороховый на курином бульоне	150	180	2,98	3,10	5,6	7,65	11,42	15,4	112,5	119,7	87
	Биточки рубленые из мяса	70	80	4,74	5,171	3,32	3,785	13,811	15,784	115,59	127,79	299
	Картофель тушеный	110	130	2,2	3,8	2,7	3,62	13,72	17,15	94,25	112,81	144
	Компот из сухофруктов с витамином «С»	150	180	0,70	0,96	0,05	0,06	15,84	19,06	68,85	88,50	531
	Хлеб пшеничный	20	20	1,70	1,70	0,70	0,80	13,0	16,0	70,0	85,0	114
	Хлеб ржаной	30	40	1,20	1,70	0,19	2,01	6,36	8,70	64,1	96,7	115
Итого за обед		560	660	13,52	16,43	12,46	17,66	73,55	88,49	553,29	657,50	
Полдник												
	Печенье	30	50	2,50	3,70	4,9	5,8	37,2	44,65	208,5	250,2	609
	Сок	180	200	0,80	0,90	0,18	0,20	18,18	20,80	75,00	81,00	419
Итого за		210	250	3,32	4,61	5,08	6,0	55,38	65,48	283,5	331,2	
Ужин												
	Каша гречневая с овощами	160	200	2,91	4,43	2,53	4,05	16,6	21,06	145,29	172,59	76
	Отварное яйцо	40	40	2,80	2,80	5,00	5,00	0	0	52,00	52,00	227
	Хлеб пшеничный	20	30	1,70	1,70	0,70	0,80	13,0	16,0	70,0	85,0	114
	Чай сладкий	180	180	1,50	2,280	0,160	0,240	9,840	14,760	66,00	70,00	413
Итого за ужин		400	450	1,6	2,1	3,90	3,8	16,94	19,33	333,2	379,61	
Итого за 10		1570	1880	135,12	150,31	45,77	59,028	218,4	271,44	1627,8	1925,1	

