Приложение №1 к Приказу от 28.02.2024 № 59

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБДОУ - детского сада

комбинированного вида "Надежда" Де Е.В. Артеменко

"28" февраля 2024 г

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 1,5-3 лет, включающее горячее питание

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда" СанПиН 2.3/2.4.3590-20, в соответстви с нормами физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастных групп

Технологические карты из Сборника технических норматив для питания детей в дошкольных органзациях (Методические рекомендации и техничские документы) (1,5-3лет) 10,5 часов

(1,5-3лет) 10,5 часов Пищевые вещества и витамины день, неделя первая Вес блюда, Энергетическая ценность, Пишевые вешества ккал/ сут грамм № рецептуры Наименование блюда Белки, г/сут Жиры, г/сут Углеводы, г/сут Завтрак 7.8/4/2 Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 150 3,4 4,9 21,5 117,2 30./4 2,3 16 7.261 Батон с маслом 4,2 100,4 7.354/1 150 0 0 9,1 37,9 Чай с сахаром 5,7 300 9,1 255,5 Итого за завтрак: 46,6 10 часов 7.033/2 10,1 Сок 100 0,5 0,1 46 Итого за прием: 100 0.5 0.1 10.1 46 Обед 5,7 7.32/1/7 Салат из отварного картофеля с зеленым горошком 40 2,6 55,1 0,9 4.27/2 150 0,9 8,6 68,8 Суп-пюре из разных овощей 7.10/3/3 Морковь тушеная 100 1,4 2,6 10,5 70,8 7.104 Тефтели из мяса с рисом "Ежики" 60 6,7 105,9 5.2 3.6 7.078 150 0,1 13,8 Компот из изюма 0 56,6 1,4 0,2 40,7 7.34/2/6 Гренки из ржаного хлеба 15 8,6 7.050 20 1,5 0,2 10 46,2 Хлеб пшеничный витаминизированный 7.044 0 0 0 0 Соль 540 13 11.7 444.1 Итого за обед: 60.8 Полдник 7.19/5 Суфле творожное 100 8 10,5 13,6 181,6 7.004 15 49,2 1,1 1,3 8,6 Сгущеное молоко 120 3,1 7.340 2,8 13,1 89,6 Снежок 12,2 35,3 Итого за полдник: 235 14,6 320,4 1175 31,5 35,5 152,7 Итого за день: 1066

(1,5-3лет) 10,5 часов Пищевые вещества и витамины 2 день, неделя первая Вес блюда, Энергетическая ценность, Пищевые вещества № рецептуры Наименование блюда грамм ккал/ сут Белки, г/сут Жиры, г/сут Углеводы, г/сут Завтрак 3,7 7.16/4/2 Каша молочная ассорти (рис,пшено) с маслом сливочным 150 4,8 18,2 142,3 7.1/1/6 Джем 5 0 0 3,5 13.3 30 2.3 0,9 16 70,5 7.189-4 Батон 7.067 150 2,1 2,1 12,9 87,8 Кофейный напиток с молоком 335 8,1 7,8 50,5 313,9 Итого за завтрак: 10 часов 3.042 Фруктовое пюре / Фрукт 125 /100 0,6 0,1 10,1 40,5 125 / 100 0,6 0,1 10,1 40,5 Итого за прием: Обед 7.133 Салат из свеклы с соленым огурцом 40 0.5 3.9 3,7 24 7.014-1 Огурец свежий порционный 40 0,3 0 1,5 5,6 7.044c Суп овощной с мясом куры 150 3,5 1,7 4,8 50,1 2,4 17,7 7.н64-с-1 Картофельное пюре 120 6 114,4 7.089 Суфле из печени **или** 60 10,5 6,8 1,4 128,2 Запеканка картофельная с печенью 180 12,6 12,8 19,1 241,8 7.82 p/57.15/13/1 Напиток из вишни 150 0,1 0 13,1 50,7 Хлеб ржаной витаминизированный 20 1,3 0.2 8,4 36,2 7.н003-1 7.050 Хлеб пшеничный витаминизированный 20 1,5 0,210 46,2 7.044 0 0 0 0 Соль Итого за обед: 565 19,9 18.8 59 449,7 Полдник 7.43-2/3/4 Макаронные изделия отварные с сыром 110 2,9 25,5 211,2 150 0 0 6,8 28,9 04.11.2010 Чай с лимоном 2,9 32.3 Итого за полдник: 260 240.1

1260

Итого за день:

31,5

33,7

152

1044,2

(1,5-3лет) 10,5 часов Пищевые вещества и витамины 3 день, неделя первая Вес блюда, Энергетическая ценность, Пищевые вещества грамм ккал/ сут Наименование блюда № рецептуры Белки, г/сут Жиры, г/сут Углеводы, г/сут Завтрак 7.14/4/2 150 2,9 2,8 12,6 110,9 Каша ячневая молочная с маслом сливочным 2,3 30./4 4,2 16 100,4 7.261 Батон с маслом 4.14/10 150 1,8 1,8 16,7 79,1 Какао с молоком 334 290.5 7,1 8,8 45,3 Итого за завтрак: 10 часов 7.033/2 100 0,5 10,1 0,1 46 Сок 0,5 10,1 46 100 0,1 Итого за прием: Обед 7.1/110 Салат яичный с соленым огурцом и зеленым горошком или 45 2,8 4.4 0,9 64,4 7.1/6/8 40 2,8 4,1 0,3 62,8 Яйцо вареное 40 0,5 2,4 7.098/1 Помидор порционный 0,1 10,9 7.274/3 Суп крестьянский с мясом со сметаной 150 1,8 4,6 8,5 76,8 7.180-2 110 2.1 4 10,9 92,6 Рагу из овощей или 7.50 m/22,1 2,7 5,9 60,3 Капуста цветная отварная с маслом 110 8,1 7.9/7/2 Биточки (котлеты) рыбные 60 1,2 4,6 80,6 57,3 Компот из кураги 150 0,4 7.110 0 14 Хлеб ржаной витаминизированный 20 1,3 0,2 8,4 36,2 7.н003-1 7.050 Хлеб пшеничный витаминизированный 20 1.5 0,2 10 46,2 7.044 0 0 0 Соль 5 750 Итого за обед: 18,1 12,9 51,6 420,1 Полдник 7.103/4 Манник 68 3.1 12.3 32.9 217 120 3,1 2,8 13.1 89,6 7.338 Иогурт питьевой 200 Итого за полдник: 6,2 15,1 46 306,6 153 Итого за день: 1384 31,8 36,9 1063,2

(1.5-3лет) 10.5 часов Пищевые вещества и витамины 4 день, неделя первая Вес блюда. Энергетическая ценность, Пишевые вешества грамм ккал/ сут № рецептуры Наименование блюда Белки, г/сут Жиры, г/сут Углеводы, г/сут Завтрак 7.15/4/2 Каша пшеничная молочная со сливочным маслом 150 3,2 3,2 16,2 115,7 3,8 7.4/13/1 Батон с маслом с сыром 30/5/6 6,1 16,1 124,4 3,9 4,2 88,4 7.381 Молоко 150 6,4 341 10,9 38,7 Итого за завтрак: 13.5 328.5 10 часов 7.033/2 Сок 100 0.5 0.1 10.1 46 0,5 100 0,1 10,1 46 Итого за прием: Обед 7.5/1/4 Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом 40 0,6 27.7 1.4 4.1 7.7/1.4 Салат из свежих огурцов с капустой 40 0.5 2 2 26 7.30/2/3-1 150 1,4 3,1 5,8 64,5 Уха рыбацкая (горбуша) 7.234 9,5 2,9 Шницель 60 8,6 139,8 2,9 18,2 95,5 7.368 Греча с овощами 100 2,8 7.248 Кисель из концентрата плодового или ягодного 150 0 0 19.1 82,9 7.н003-1 Хлеб ржаной витаминизированный 20 1.3 0.2 8,4 36.2 Хлеб пшеничный витаминизированный 7.050 20 1,5 0,2 10 46,2 0 0 0 0 7.044 Соль 545 17,3 68,4 492,8 Итого за обед: 16.3 Полдник 7.160 Суфле из картофеля 85 2,8 4,6 15,6 111,7 20 0,4 7.1/11/1 Соус молочный 1,3 17,5 7.15/10/1 150 0,4 12,9 53,3 Напиток из шиповника 0 3,5 235 Итого за полдник: 5,6 29,8 182,4 32,2 1221 35,5 147 1049,7 Итого за день:

					пасов	
день, неде.	ля первая	D. C	Пищевь	не вещества и	витамины	
рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Ι	Тищевые вещес	ства	Энергетическая ценность, ккал/ сут
№ рецептуры	паименование олюда	трамім	Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/суг	KKdJi/ Cy1
	Завтрак					
7.7/4/2	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150	3,1	3,4	15,3	114,7
.261	Батон с маслом	30./4	2,3	4,2	16	100,4
7.067	Кофейный напиток с молоком	150	2,1	2,1	12,9	87,9
	Итого за завтрак:	334	7,5	9,7	44,2	303
	10 часов					
7.79/5	Иогурт	100	2,8	3,2	11,3	55
	Итого за прием:	100	2,8	3,2	11,3	55
	Обед					
	Салат из отварного картофеля, моркови с реп. луком с соленым					
7.30/1/2	огурцом	40	0,6	3,4	2,4	64,6
7.55c-2	Суп геркулесовый с мясом	150	2,5	3,3	5,8	80,2
7.019	<u>Биточки из куры</u>	60	8,5	6,8	4,7	144,3
7.233	Капуста тушеная	120	1,7	3,7	6,7	56,4
7.197/2	Компот из свежих яблок	150	0,1	0	11,1	46,3
7.н003-1	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1,3	0,2	8,4	36,2
7.050	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,5	0,2	10	46,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0
	Итого за обед:	565	16,1	17,6	49,1	474,2
	Полдник					
7.1241/2/1	Березка	100	4,4	5,5	44,3	188
04.11.2010	Чай с лимоном	150	0	0	6,8	28,9
	Итого за прием:	375	4,4	5,5	51,1	216,9
	Итого за день:	1374	30,9	36,1	155,7	1049,1
	Итого за неделю:		31,6	35,5	152,1	1054

(1.5-3лет) 10.5 часов Пищевые вещества и витамины 6 день, неделя вторая Вес блюда. Энергетическая ценность, Пищевые вещества грамм ккал/ сут № рецептуры Наименование блюда Белки, г/сут Жиры, г/сут Углеводы, г/сут Завтрак 7.н119с-1 Каша пшенная молочная с маслом сливочным 150 4,5 5,5 17,3 121,8 2,3 7.261 Батон с маслом 30./4 4,2 16 100,4 37,9 7.354/1 150 0 0 9,1 Чай с сахаром 334 6.8 9,7 42,4 Итого за завтрак: 260,1 10 часов 7.033/2 Сок 100 0.5 0.1 10.1 46 0,5 100 0,1 10,1 46 Итого за прием: Обед 7.27/1/2 40 1,4 8,8 Салат из отварного картофеля, кукурузы, реп.лука с раст.маслом 3,6 61,3 7.137 Щи с мясом со сметаной 150 1,6 3,3 6 57,1 7.243/ Голубцы ленивые в молочном соусе 180 5.4 3.7 11.4 167 0,1 7.078 Компот из изюма 150 0 13,8 56,6 20 1,3 0,2 8,4 7.н003-1 Хлеб ржаной витаминизированный 36,2 20 1,5 10 46,2 7.050 Хлеб пшеничный витаминизированный 0.2 0 7.044 Соль 5 0 0 0 565 11 58,4 424,5 Итого за обед: 11,4 Полдник 7.н039-5 100 13,6 181,6 Запеканка творожная 8 10,5 7.004 Сгущеное молоко 15 1.1 1.3 8,6 49,2 7.340 120 3.1 2.8 13.1 89,6 Снежок 12,2 235 14,6 35,3 320,4 Итого за полдник: 1234 30,9 1050,9 35,4 146,1 Итого за день:

					(1,5-3лет) 10,5 ча	лет) 10,5 часов	
7 день, неделя вторая		Вес блюда,	Пищевы	е вещества и	витамины	Энергетическая ценность,	
рецептуры		грамм		Іищевые вещес		энергетическая ценность, ккал/ сут	
№ рецептуры		транн	Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/суг	KKWF 071	
	Завтрак						
7.н027	Каша из гречи и геркулеса молочная со сливочным маслом "Дружба"	150	2,9	5,5	21,4	143,9	
7.189-4	Батон	30	2,3	0,9	16	70,5	
7.435/4	Сыр	6	1,4	1,5	0	19,4	
4.14/10	Какао с молоком	150	1,8	1,8	16,7	79,1	
	Итого за завтрак:	336	8,5	9,7	54,1	312,9	
	10 часов						
3.042	Фруктовое пюре / Фрукт	125 /100	0,6	0,1	10,1	40,5	
	Итого за прием:	125 / 100	0,6	0,1	10,1	40,5	
	Обед						
7.13/1/2	Салат из припущенной моркови с яблоком	40	0,5	3,1	6,5	48,5	
7.098/1	<u>Помидор порционный</u>	40	0,5	0,1	2,3	10,9	
7.47c	Суп-лапша с мясом куры	150	3,1	1,9	9,2	75,6	
7.337	Рис припущенный с овощами	120	2,1	4,3	16,5	128	
7.190	Гуляш из куры	60	6,4	4,4	1,7	90,8	
7.15/13/1	Напиток из вишни	150	0,1	0	13,1	50,7	
7.н003-1	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1,3	0,2	8,4	36,2	
7.050	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,5	0,2	10	46,2	
7.044	Соль	5	0	0	0	0	
	Итого за обед:	565	15	14,1	65,4	476	
	Полдник						
7.038/1	Омлет натуральный	100	4,9	8,4	11,3	122,7	
04.12.2010	Чай с молоком	150	2,9	3	11,4	92,3	
	Итого за полдник:	250	7,8	11,4	22,7	215	
	Итого за день:	1251	31,8	35,4	152,3	1044,4	

(1,5-3лет) 10,5 часов

В день, неделя вторая		Вес блюда,	,	іе вещества и	Энергетическая ценность	
№ рецептуры	Наименование блюда	грамм		Іищевые веще		унергетическая ценность ккал/ сут
№ рецептуры			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/суг	
	Завтрак					
7.5/4/2	Каша манная молочная	150	3,7	3,9	21,6	177,5
	Батон с маслом	30./4	2,3	4,2	16	100,4
7.067	Кофейный напиток с молоком	150	2,1	2,1	12,9	87,9
	Итого за завтрак:	334	8,1	10,2	50,5	365,8
	10 часов					
7.033/2	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46
	Итого за прием:	100	0,5	0,1	10,1	46
	Обед					
7.017/2	Зеленый горошек	45	0,7	0	2,1	9,7
7.14/1/4	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	40	0,7	0	1,9	9,3
7.136	Борщ вегетарианский со сметаной	150	1,1	3	6,5	58,9
7.н64-с-1	Картофельное пюре	120	2,4	3	14,7	84,4
7.355	Биточки рыбные (горбуша)	60	7,1	3,6	4	82,7
7.110	Компот из кураги	150	0,4	0	14	57,3
7.н003-1	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1,3	0,2	8,4	36,2
7.050	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,5	0,2	10	46,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0
	Итого за обед:	570	14,5	10,1	59,8	375,5
	Полдник					
7.17/5	Пудинг из творога	100	7	11,5	13,6	151,6
7.077/1	Сырники из творога	110	7	11,6	14,1	156,1
7.1/1/9	Джем	15	0,1	0	9,4	39,8
7.338	Иогурт питьевой	120	2	3,8	10,2	101,8
	Итого за полдник:	235	9,1	15,3	33,2	293,2
	Итого за день:	1255	32,1	35,7	153,6	1080,4

			(1,5-3лет) 10,5 часов					
9 день, неделя вторая		Вес блюда,	,	е вещества и		2		
№ рецептуры	Наименование блюда	грамм		Іищевые вещес		Энергетическая ценность, ккал/ сут		
и рецептуры		Tpum.	Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/суг	man oy i		
	Завтрак							
7.19/4/2	Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная)с маслом сливочным	150	4,1	4,8	21,5	158,9		
7.4/13/1	Батон с маслом с сыром	.30/5/6	3,6	6,3	16,5	127,5		
7.354/1	Чай с сахаром	150	0	0	9,1	37,9		
	Итого за завтрак:	341	7,7	11,1	47,1	324,2		
	10 часов							
7.033/2	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46		
	Итого за прием:	100	0,5	0,1	10,1	46		
	Обед							
7.425/1	Салат из капусты со сладкой кукурузой	40	0,5	2,6	3,3	39,4		
7.130/1	Салат из свежих огурцов и помидор с растительным маслом	40	0,3	1,4	1,6	18,8		
7.101	Суп картофельный с мясом	150	2,7	5,2	9,9	79,1		
7.н151-2	Макаронные изделия отварные	120	4,7	2,8	18,9	115,7		
7.н163	Котлеты из мяса	60	8,7	8,2	2,8	134,5		
7.197/2	Компот из свежих яблок	150	0	0	11,1	46,3		
7.н003-1	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1,3	0,2	8,4	36,2		
7.050	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,5	0,2	10	46,2		
7.044	Соль	5	0	0	0	0		
	Итого за обед:	565	19,5	19,2	64,4	497,5		
	Полдник							
7.16/3/3	Свекла тушеная в сметанном соусе	100	1,6	2,4	11,6	48,7		
	Кондитерское изделие	20	1,9	2,8	14,8	67,3		
7.15/10/2	Напиток из шиповника	150	0,4	0	16,4	67,5		
	Итого за полдник:	270	3,9	5,2	42,8	183,5		
	Итого за день:	1276	31,5	35,5	164,3	1051,2		

			(1,5-3лет) 10,5 ч			насов	
0 день, неделя вторая		р. с	Пищевы	е вещества и			
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, грамм		Іищевые вещес		Энергетическая ценность, ккал/ сут	
№ рецептуры		Трамм	Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/суг	KRUD CY1	
	Завтрак						
7.132	Макаронные изделия в молоке с маслом	150	3,7	4,6	13,3	119,3	
7.261	Батон с маслом	30./4	2,3	4,2	16	100,4	
04.12.2010	Чай с молоком	150	2,9	3	11,4	92,3	
	Итого за завтрак:	334	8,9	11,8	40,8	312	
	10 часов						
3.042	Фруктовое пюре / Фрукт	125 /100	0,6	0,1	10,1	40,5	
	Итого за прием:	125 / 100	0,6	0,1	10,1	40,5	
	Обед						
7.31/1/5	Салат из отварного картофеля с реп.луком, с сол.огурцом и растительным маслом	40	0,6	1,9	4,6	40,3	
7.55c/5	растительным маслом Суп геркулесовый с курой	150	2,8	2,5	9,8	87,6	
7.н250/3	Запеканка капустная с мясом	180	10,5	13,4	14,1	247	
7.1/11/1	<u> Запеканка капустная с мясом</u> Соус молочный	20	0,4		1,3	17,5	
7.4/10/2	Компот из кураги и изюма	150	0,4	0	16,5	67,9	
7.4/10/2	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1,3	0,2	8,4	36,2	
7.050	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,5	0,2	10	46,2	
7.044	Соль	5	0	0,2	0	0	
	Итого за обед:	585	17,3	19,2	64,7	542,7	
	Полдник						
	Картофель отварной	80	1,9	2,8	22,5	104,9	
	Сельдь	15	2,5	1,3	0	21,9	
	Чай с лимоном	150	0	0	6,8	28,9	
	Итого за полдник:	245	4,4	4,1	29,3	155,7	
	Итого за день:	1264	31,2	35,2	144,9	1050,9	
	Итого за неделю:	<del>-  </del>	31,6	35,4	152,2	1054	

(1,5-3лет) 10,5 часов Пищевые вещества и витамины 11 день, неделя третья Вес блюда, Энергетическая ценность, Пищевые вещества грамм ккал/ сут Наименование блюда № рецептуры Белки, г/сут Жиры, г/сут Углеводы, г/сут Завтрак 150 3,4 4,9 21,5 117,2 7.8/4/2 Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 2,3 30./4 4,2 16 100,4 7.261 Батон с маслом 7.354/1 Чай с сахаром 150 0 0 9,1 37,9 334 5,7 9,1 255,5 46,6 Итого за завтрак: 10 часов 7.033/2 100 0,5 0,1 10,1 46 Сок 0,5 10,1 46 100 0,1 Итого за прием: Обед Икра кабачковая 7.275/3 40 0.8 3.6 3.8 29,2 4.25/2 150 1,2 1,4 6,5 46,4 Суп-пюре из картофеля 2,3 95,6 7.142 100 14 Каша перловая вязкая 2,4 7.11/8/3 Гуляш из мяса 60 8,8 2,8 117,7 7.248 Кисель из концентрата плодового или ягодного 150 0 0 13,1 82,9 7.34/2/6 15 1,4 0,2 8,6 40,7 Гренки из ржаного хлеба 7.050 Хлеб пшеничный витаминизированный 20 1,5 0,2 10 46,2 7.044 0 0 Соль Итого за обед: 540 16 12,9 58,7 458,7 Полдник 7.19/5 Суфле творожное 100 10,5 13,6 181,6 15 0,1 10,4 39,8 7.1/1/9 Джем 0 3,1 120 2,8 13,1 89,6 7.340 Снежок 37,1 235 Итого за полдник: 10,2 13.3 311 1209 32,4 35,4 152,5 1071,1 Итого за день:

			(1,5-3лет) 10,5 ч			асов	
12 день, нед	целя третья	D. C	Пищевы	е вещества и	витамины		
No	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Π	Іищевые вещес	тва	Энергетическая ценность, ккал/ сут	
№ рецептуры	паименование олюда	Трамм	Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/суг	KKali/ Cyl	
	Завтрак						
7.16/4/2	Каша молочная ассорти (рис,пшено) с маслом сливочным	150	3,7	4,8	18,2	142,3	
7.1/1/6	Джем	5	0	0	3,5	13,3	
7.189-4	Батон	30	2,3	0,9	16	70,5	
7.067	Кофейный напиток с молоком	150	2,1	2,1	12,9	87,9	
	Итого за завтрак:	335	8,1	7,8	50,5	313,9	
	10 часов						
3.042	Фруктовое пюре / Фрукт	125 /100	0,6	0,1	10,1	40,5	
	Итого за прием:	125 / 100	0,6	0,1	10,1	40,5	
	Обед						
№4.6/1	Салат из капусты с луком и растительным маслом	45	0,7	3	2,1	46,9	
7.290/1	Салат из белокочанной капусты с помидорами	45	0,5	1,2	1,8	38,3	
7.044c	Суп овощной с мясом куры	150	1,9	1,7	1,8	50,1	
7.н64-с-1	Картофельное пюре	120	2,4	4	17,7	114,4	
7.249	Печень говяжья по-строгановски	60	8,8	6,9	0,5	79,4	
7.078	Компот из изюма	150	0,1	0	13,8	56,6	
7.н003-1	Хлеб ржаной витаминизированный	20	2,2	0,2	8,4	36,2	
7.050	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,5	0,2	10	46,2	
7.044	Соль	5	0	0	0	0	
	Итого за обед:	570	17,7	16,1	54,2	429,8	
	Полдник						
7.10/3/3	Морковь тушеная	100	1,4	4,6	7,5	90,8	
	Кондитерское изделие	20	1,9	5,8	8,3	77,3	
7.15/10/2	Напиток из шиповника	150	0,4	0	16,4	67,5	
	Итого за полдник:	280	3,7	10,4	32,2	235,6	
	Итого за день:	1285	30	34,4	147	1019,7	

(1,5-3лет) 10,5 часов Пищевые вещества и витамины 13 день, неделя третья Вес блюда, Энергетическая ценность, Пищевые вещества грамм ккал/ сут Наименование блюда № рецептуры Белки, г/сут Жиры, г/сут Углеводы, г/сут Завтрак 7.14/4/2 150 2,9 2,8 12,6 110,9 Каша ячневая молочная с маслом сливочным 2,3 30./4 4,2 16 100,4 7.261 Батон с маслом 4.14/10 Какао с молоком 150 1,8 1,8 16,7 79,1 334 7,1 8,8 45,3 290,5 Итого за завтрак: 10 часов 7.033/2 100 0,5 0,1 10,1 46 Сок 0,5 10,1 46 100 0,1 Итого за прием: Обед 7.143 Салат из свеклы с чесноком 40 0,6 1.2 4,3 10.8 7.014-1 40 0,3 0 1,5 5,6 Огурец свежий порционный 2,9 75,6 3,7 7.н086 Суп гороховый 150 10,6 Суфле из рыбы (минтай) 7.14/7/2 60 9,7 2.9 2,2 87,6 2,9 7.337 Рис припущенный с овощами 120 3,1 15,4 98,1 7.110 150 0,4 0 14 57,4 Компот из кураги 40,7 7.34/2/6 Гренки из ржаного хлеба 15 1,4 0,2 8,6 20 7.050 10 Хлеб пшеничный витаминизированный 1,5 0,2 46,2 7.044 0 0 0 0 Соль Итого за обед: 560 19.3 11.3 65.1 416,4 Полдник 2,5 12,3 32,9 217 7.103/6 Манник 68 3,1 120 2,8 13,1 89,6 7.338 Иогурт питьевой Итого за полдник: 200 5,6 15,1 46 306,6 1194 32,5 35,3 166,5 1059,4 Итого за день:

(1,5-3лет) 10,5 часов Пищевые вещества и витамины 14 день, неделя третья Вес блюда, Энергетическая ценность, Пищевые вещества ккал/ сут Наименование блюда грамм № рецептуры Белки, г/сут Жиры, г/сут Углеводы, г/сут Завтрак 3,2 7.15/4/2 Каша пшеничная молочная со сливочным маслом 150 3,2 16,2 115,7 7.261 Батон с маслом 30./4 2.3 4.2 16 100.4 7.381 150 3,9 4,2 Молоко 6,4 88,4 341 9,5 11,6 38,6 304,5 Итого за завтрак: 10 часов 7.033/2 Сок 100 0.5 0.1 10.1 46 100 0,5 0,1 10,1 46 Итого за прием: Обед Салат из отварного картофеля, моркови с реп. луком с соленым 7.30/1/2 огурцом 40 0,6 2,4 4,4 34,6 2,4 7.19/2/3 150 1,9 Суп картофельный с рыбой (минтай) 11 78,3 120 1,7 2.7 6.7 66,4 7.233 Капуста тушеная 7.н191 Тефтели из мяса 60 8,7 4,6 104 6,4 7.15/13/1 Напиток из вишни 150 0 0 13.1 50,7 20 1,3 0,2 36,2 7.н003-1 Хлеб ржаной витаминизированный 8,4 20 1,5 0,2 10 46,2 7.050 Хлеб пшеничный витаминизированный 7.044 Соль 0 0 0 0 565 16,2 13,8 58,2 416,4 Итого за обед: Полдник 7.43-2/3/4 2,9 25,5 211,2 Макаронные изделия отварные с сыром 110 2,9 11,4 92,3 04.12.2010 Чай с молоком 150 3 270 5,8 10 36,9 303,5 Итого за полдник: 31,9 35,5 1070,5 Итого за день: 1276 143,8

(1.5-3лет) 10.5 часов Пищевые вещества и витамины 15 день, неделя третья Вес блюда, Энергетическая ценность, Пишевые вешества ккал/ сут грамм № рецептуры Наименование блюда Белки, г/сут Жиры, г/сут Углеводы, г/сут Завтрак 7.7/4/2 Каша рисовая молочная с маслом сливочным 150 3,1 3,4 15,3 114,7 30./4 2,3 16 7.261 Батон с маслом 4,2 100,4 7.067 Кофейный напиток с молоком 150 2,1 2,1 12.9 87,9 7,5 9,7 303 334 44,2 Итого за завтрак: 10 часов 7.79/5 Иогурт 100 2,8 3,2 11,3 85 Итого за прием: 100 2.8 3.2 11.3 85 Обед 40 0,6 27,7 7.5/1/4 Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом 1,4 4,1 0,5 2,4 7.098/1 40 0,1 10,9 Помидор порционный 8,3 7.47c Суп-лапша с мясом куры 150 1,8 68,4 2.3 7.66c Картофельное пюре с морковью или 120 2,9 13.2 108,1 120 2,3 2,7 16,8 7.63c/1 Картофель отварной 101,3 7.114 Котлета из мяса куры 8,4 5,5 3,7 121,2 60 7.197/2 150 0,1 11,1 46,3 Компот из свежих яблок 0,1 Хлеб ржаной витаминизированный 20 1,3 0,2 8,4 36,2 7.н003-1 7.050 Хлеб пшеничный витаминизированный 20 1.5 10 46,2 0.2 7.044 5 0 0 0 Соль 58,7 12 Итого за обед: 565 16,2 454,1 Полдник 03.08.2020 Коржик 100 4,3 10,9 28,5 193 28,9 №4.11/10 Чай с лимоном 150 0 0 6.8 4,3 350 35,3 221,9 Итого за полдник: 10,9

1349

30,8

31,5

35,9

35,3

149,5

152

1064

1056

Итого за день:

Итого за неделю:

(1,5-3лет) 10,5 часов Пищевые вещества и витамины 16 день, неделя четвертая Вес блюда, Энергетическая ценность, Пищевые вещества грамм ккал/ сут Наименование блюда № рецептуры Белки, г/сут Жиры, г/сут Углеводы, г/сут Завтрак 150 2,5 3,5 17,3 121,8 7.н119с-1 Каша пшенная молочная с маслом сливочным 2,3 30./4 4,2 16 100,4 7.261 Батон с маслом 7.354/1 Чай с сахаром 150 0 0 9,1 37,9 334 4,8 7,7 42,4 260,1 Итого за завтрак: 10 часов 7.033/2 100 0,5 0,1 10,1 46 Сок 0,5 10,1 46 100 0,1 Итого за прием: Обед 7.10/1/2 Салат из моркови с растительным маслом 40 0.5 2.7 5.4 23,7 7.037c Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной 150 1,9 4,2 10,4 72,3 2,1 92,6 10,9 7.180-2 Рагу из овощей 110 4 7.н163 Котлеты из мяса 60 8,3 6,2 2,8 114,5 7.078 150 0,1 0 13,8 Компот из изюма 56,6 20 1,3 0,2 8,4 36,2 7.н003-1 Хлеб ржаной витаминизированный 7.050 Хлеб пшеничный витаминизированный 20 1,5 0,2 10 46,2 7.044 Соль 0 0 0 555 Итого за обед: 15,7 17.5 61.6 442,1 Полдник 7.н039-5 Запеканка творожная 100 7,3 8,5 13,6 181,6 15 0,1 10,4 39,8 7.1/1/9 Джем 0 3,1 120 2,8 13,1 89,6 7.340 Снежок 37,1 235 Итого за полдник: 10,5 11.3 311 1224 31,5 36,6 151,2 1059,2 Итого за день:

(1,5-3лет) 10,5 часов Пишевые вещества и витамины 17 день, неделя четвертая Вес блюда, Энергетическая ценность, Пищевые вещества грамм ккал/ сут Наименование блюда № рецептуры Белки, г/сут Жиры, г/сут Углеводы, г/суг Завтрак 7.19/4/2 Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная)с маслом сливочным 150 3,1 3,8 21,5 138,9 7.189-4 30 2.3 0,9 Батон 16 70,5 7.435/4 1.4 1.5 0 19,4 Сыр 6 4.14/10 Какао с молоком 150 1,8 1,8 16,7 79,1 Итого за завтрак: 336 8,7 54.2 307,9 10 часов 3.042 125 /100 10.1 40,5 Фруктовое пюре / Фрукт 0 0 Итого за прием: 125 / 100 10,1 40,5 Обел 7.9/1/2 Салат из белокочанной капусты яблоком, морковью и раст.маслом 40 0,6 2 4,9 36,7 7.130/1 Салат из свежих помидор и огурцов с растительным маслом 40 0,3 18,9 1,4 1,7 7.106 Суп из овощей на курином бульоне 150 1.1 7.3 44 2.7 7.053 Суфле из кур 60 9 8.7 109.3 7.368-1 120 3,5 3,9 12,8 Греча с овощами 135,5 7.15/13/1 Напиток из вишни 150 0,1 0 13,1 50.7 20 1,3 0.2 7.н003-1 Хлеб ржаной витаминизированный 8,4 36,2 7.050 Хлеб пшеничный витаминизированный 20 1.5 0,2 10 46.2 7.044 Соль 0 0 0 0 5 565 17,2 16,1 59,1 458,6 Итого за обед: Полдник 7.38/3 Запеканка морковная или 100 2,5 2.2 9,9 70.1 7.004 Сгушеное молоко 15 1.1 2.5 8,6 49.2 3,6 18,1 118 7.362 Пюре из гороха со сливочным маслом 100 20 1,9 8,3 Кондитерское изделие 6,3 91,6 04.11.2010 Чай с лимоном 150 0 0 6,8 28,9 Итого за полдник: 270 5,5 11.3 33,2 238.5 31,3 1271 35,4 156,6 1045,6 Итого за день:

		<u> </u>		

(1,5-3лет) 10,5 часов Пищевые вещества и витамины 18 день, неделя четвертая Вес блюда, Энергетическая ценность, Пищевые вещества грамм ккал/ сут Наименование блюда № рецептуры Белки, г/сут Жиры, г/сут Углеводы, г/сут Завтрак 150 3,7 3,9 21,6 147,5 7.5/4/2 Каша манная молочная 2,3 30./4 4,2 16 100,4 7.261 Батон с маслом 7.067 Кофейный напиток с молоком 150 2,1 2,1 12,9 87,9 334 8,1 50,5 335,8 10.2 Итого за завтрак: 10 часов 7.033/2 100 0,5 0,1 10,1 46 Сок 0,5 10,1 46 100 0,1 Итого за прием: Обед Икра кабачковая 7.275/3 40 0.8 2.6 3.8 29,2 7.014 -1 Огурец свежий порционный 40 0,3 0 1,5 5,6 48,7 3,4 7.258 Свекольник вегетарианский со сметаной 150 1,1 1,3 7.355 Биточки рыбные (горбуша) 60 7,3 4,6 5,4 87,4 7.н151-2 Макаронные изделия отварные 120 2.7 2,8 8,9 115,7 150 0,4 0 14 47,3 7.110 Компот из кураги 1,3 36,2 7.н003-1 Хлеб ржаной витаминизированный 20 0,2 8,4 46,2 20 10 7.050 Хлеб пшеничный витаминизированный 1,5 0,2 7.044 0 0 0 0 Соль Итого за обед: 565 15.1 11.7 53.9 410,7 Полдник 7.17/5 Пудинг из творога 100 8 10,5 16,6 181,6 15 0,1 10,4 39,8 7.1/1/9 0 Джем 7.338 Иогурт питьевой 120 3.1 2.8 13.1 89,6 Итого за полдник: 235 11,2 13,3 40,1 311 34,9 35,3 1234 Итого за день: 154,6 1103,4

(1,5-3лет) 10,5 часов

19 день, неделя четвертая			Пищевь	е вещества и		
		Вес блюда,	Γ	Іищевые вещес	Энергетическая ценность,	
№ рецептуры	Наименование блюда	грамм	Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/суг	ккал/ сут
	Завтрак					
7.н027	Каша из гречи и геркулеса молочная со сливочным маслом "Дружба"	150	4,4	5,6	17,8	143,9
7.4/13/1	Батон с маслом с сыром	.30/5/6	3,6	6,3	16,5	127,5
'.030/1	Чай со сгущенным молоком	150	1,5	1,7	12,8	77,7
	Итого за завтрак:	341	9,4	13,6	47,2	349
	10 часов					
7.033/2	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46
	Итого за прием:	100	0,5	0,1	10,1	46
	Обед					
7.6/1/2	Салат из капусты с луком и растительным маслом	40	0,6	4,7	4,6	31,6
7.7/1/2	Салат из белокачанной капусты с огурцами и растительным маслом	40	0,5	4,7	1,8	30,8
7.043c-1	Суп овощной с мясом со сметаной	150	3,7	3,9	4,8	73,7
7.152/4	Азу или	180	7,1	7,4	24,3	226,4
7.н070-1	Жаркое по-домашнему	180	7,1	7,4	24,3	226
7.197/2	Компот из свежих яблок	150	0	0	11,1	46,3
7.н003-1	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1,3	0,2	8,4	36,2
7.050	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,5	0,2	10	46,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0
	Итого за обед:	565	14,3	16,5	63,1	460,4
	Полдник					
7.4/6/3	Омлет с картофелем (запеченный)	100	6,4	5,8	9,8	117,7
.3/6/4	Омлет с зеленым горошком (запеченный)	100	6,3	5,2	9,8	103,4
.354/1	Чай с сахаром	150	0	0	9,1	37,9
.042	Фруктовое пюре / Фрукт	125 /95	0	0	10,1	40,5
	Итого за полдник:	345	6,3	5,2	29	181,8
	Итого за день:	1256	30,6	35,3	149,3	1037,2

			(1,5-3лет) 10,5 часов					
20 день, неделя четвертая		D 6	Пищевь	не вещества и				
\Co		Вес блюда,	I	Тищевые вещес	Энергетическая ценность, ккал/ сут			
№ рецептурь	н Наименование блюда	грамм	Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/суг	KRAJII CYI		
	Завтрак							
7.132	Макаронные изделия в молоке с маслом	150	3,7	4,6	13,3	119,3		
7.261	Батон с маслом	30./4	2,3	4,2	16	100,4		
04.12.2010	) Чай с молоком	150	2,9	3	11,4	92,3		
	Итого за завтрак:	334	8,9	11,8	40,8	312		
	10 часов							
7.033/2	Сок	100	0,5	0,1	10,1	46		
	Итого за прием:	100	0,5	0,1	10,1	46		
	Обед							
7.29/1/2	Салат из отв.картофеля,моркови,свеклы с реп.луком, сол.огурцом	40	0,6	3,6	4,4	55,9		
7.н101-1	Суп картофельный с мясом птицы	150	4,3	1,4	8,1	65,4		
7.061/2	Бигус с мясом	180	9,1	8,7	13,1	170,7		
7.4/10/2	Компот из кураги и изюма	150	0,2	0	16,5	67,9		
7.н003-1	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1,3	0,2	8,4	36,2		
7.050	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,5	0,2	10	46,2		
7.044	Соль	5	0	0	0	0		
	Итого за обед:	565	17,1	14,1	60,5	442,3		
	Полдник							
7.21/3/2	Биточки (котлеты) картофельные запеченые или	100	3	8	25,4	138		
7.22/3/2	Биточки (котлеты) картофельные с морковью запеченые	100	3,4	8	26,4	149,5		
7.15/10/2	Напиток из шиповника	150	0,4	0	16,4	67,5		
	Итого за полдник:	250	3,3	8	41,8	205,5		
	Итого за день:	1249	29,8	34	153,1	1005,8		
	Итого за неделю:		31,6	35,3	152,9	1050,2		

#### ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

#### СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 42050279359779253213008452138721925187139459992

Владелец Артеменко Елена Викторовна

Действителен С 28.02.2025 по 28.02.2026