



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 соответствии с нормами физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастных групп
(Технологические карты из Сборника технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях, рекомендации и технические документы)

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 1,5-3 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"
(1,5-3 лет) 10,5 часов

1 день, неделя первая																			
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества (г)			Витамин (мг)					Минеральные вещества								Энергетическая ценность, ккал/сут
			Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
			г/сут	г/сут	г/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	рет экв/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	
	Завтрак																		
7.8/4/2	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	4,7	5,5	19	0,06	0,057	2,425	66	0,875	74,32	29,6	1,2	1,25	33	0,001	0,00001	0,08	
7.261	Батон витаминизированный с маслом	30/4	2,4	2,8	15,45	0,06	0,023	6,375	9	1,125	37,88	112,5	10	1,25	33	0,001	0,00001	0,08	147
4.12/10	Чай с молоком	180	4	1,3	10,1	0,04	0,1	0,2	15	0,55	47,8	27,9	4,8	0,65	24	0,013	0,0001	0,3	
	Итого за завтрак:	364	11,1	9,6	44,55	0,16	0,18	9	90	2,55	160	170	16	2	80	0,019	0,00012	0,48	78,3
	10 часов																		
7.033/2	Сок фруктовый	100	0	0	10,15	0,04	0,045	2,25	22,5	0	40	0	0,8	0,5	20	0	0	0	
	Итого за прием:	100	0	0	10,15	0,04	0,045	2,25	22,5	0	40	0	0,8	0,5	20	0	0	0	70
	Обед																		
7.31/1/5	Салат из отварного картофеля с реп. луком, с сол.огурцом и раст. маслом	40	0,95	2,47	6,4	0	0,067	2,067	27,4	0	12,2	8,5	2	0,4	8,53	0	0	0	
4.27/2	Суп-пюре из разных овощей	150	3,46	4,02	14,4	0,07	0,09	4,6	52,5	0,85	110,3	19	5	0,2	12,3	0,003	0,00002	0,1	63,1
7.205	Капуста тушёная	100	1,5	4	9	0,1	0,08	1,8	42,9	0	76,3	40	0,12	1,3	32	0,001	0,000805	0	72,5
7.104	Тефтели из мяса с рисом "Ежики"	60	5,9	6,2	5,93	0,05	0,053	1,88	8,25	0,65	44,8	41	4,08	0,9	35,65	0,0005	0	0,09	
7.078	Компот из изюма	150	0,35	0,86	11,9	0	0	5,4	8,4	0	15	12,5	0	0,3	8,5	0	0	0	66
7.34/2/6	Гренки из ржаного хлеба	15	1	0,2	9,25	0,01	0,005	0	6	0,4	3,11	43	10	0,115	11	0,005	0,00005	0,1	113,5
7.050	Хлеб пшеничный витаминизирован.	20	1,54	0,2	10,14	0,05	0,02	0	12	1,6	18,4	86	10	0,35	32	0,015	0,0001	0,2	82,5
7.044	Соль	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1,1	0	0	0	0	43,2
	Итого за обед:	535	14,7	17,95	67,02	0,28	0,315	15,747	157,45	3,5	280,11	250	31,2	3,565	139,98	0,0245	0,000975	0,49	490
	Полдник																		
7.1/5/3	Запеканка пшеничная с творогом	80	2,9	2,8	6,35	0,04	0,022	2,24	30	0,9	46,3	52	3,1	0,62	15,5	0,0132	0,00001	0	
7.2/11/2	Соус молочный сладкий	20	1,47	1,77	11,54	0,02	0,035	1,26	23	0,2	6	7	4,3	0,56	18,5	0,002	0,00001	0,03	99,6
7.340	Снежок	120	1,33	2,48	12,56	0,06	0,078	3,2	14,5	0,4	68	46,3	4,6	0,32	26	0,0008	0,00001	0,05	41,76
	Итого за полдник:	220	5,7	7,05	30,45	0,12	0,135	6,7	67,5	1,5	120,3	105,3	12	1,5	60	0,016	0,00003	0,08	68,64
	Итого за день:	1219	31,5	34,6	152,17	0,6	0,675	33,697	337,45	7,55	600,41	525,3	60	7,565	299,98	0,0595	0,001125	1,05	1050,3

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 1,5-3 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"
(1,5-3 лет) 10,5 часов

2 день, неделя первая		(1,5-3 лет) 10,5 часов																	Энергетическая ценность, ккал/сут
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества (г)			Витмины (мг)					Минеральные вещества								
			Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
			г/сут	г/сут	г/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	рет экв/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	
	Завтрак																		
7.16/4/2	Каша молочная ассорти (рис,пшено) с маслом сливочным	150	3,1	6	13,5	0,096	0,087	2,07	70,5	0,85	81,4	72,1							
7.1/1/6	Джем	5	0,4	0	7	0,01	0,02	0,05	2	0	1,4	0	0	1	1	0	0,0035	0,0001	0,03
7.189-4	Батон витаминизированный	30	2,4	0,9	11,55	0,054	0,023	6,38	7,5	0,75	3,9	82,5	9	0,4	43,5	0,0035	0,0001	0,03	87,7
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	2,6	8	0	0,05	0,5	10	0,5	73,3	40	5,8	0,1	19	0,0005	0,00025	0,15	26,5
	Итого за завтрак:	365	8,6	9,5	40,05	0,16	0,18	9	90	2,1	160	194,6	16	2	80	0,018	0,00045	0,28	85,8
	10 часов																		80
7.183-1	Банан	100	2,9	0,1	14,8	0,01	0,1	3	25	0	42	0	10	0,5	30	0	0,0001	0,1	280
	Итого за прием:	100	2,9	0,1	14,8	0,01	0,1	3	25	0	42	0	10	0,5	30	0	0,0001	0,1	
	Обед																		
7.133	Салат из свеклы с раст.маслом	40	0,7	1,25	4,3	0,06	0	3,5	29,4	0,4	16,3	11,1	3	0,8	10,3	0	0,00003	0,11	82
7.044с	Суп овощной с мясом кури	150	3,3	3,6	9,2	0,12	0,05	4,1	41	0,2	54,8	15,2	1,2	0,6	33,4	0,0035	0,00001	0,025	82
7.5/11/2	Соус молочный с овощами	20	0,39	1,5	11,2	0	0,035	0,2	0,5	0,2	55,1	3	2,1	0,1	11,4	0,0005	0,00001	0,015	36
7.82/5р	Запеканка картофельная с печенью	180	6,69	11,9	10,7	0,1	0,05	8,03	61,1	1	109,2	77,5	1,7	0,4	22,1	0,0005	0,00015	0,12	56,8
7.15/13/1	Напиток из вишни	150	0,075	0	12,3	0	0,1	5,2	10	0	16,1	9,2	0	0	10	0	0	0	21
7.н003-1	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1	0,2	9,25	0,01	0,005	0	6	0,4	3,11	43	10	0,115	11	0,005	0,00005	0,1	230,9
7.050	Хлеб пшеничный витаминизирован.	20	1,54	0,2	10,14	0,05	0,02	0	12	1,6	18,4	86	10	0,35	32	0,015	0,0001	0,2	53,3
7.044	Соль	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1,1	0	0	0	0	43,2
	Итого за обед:	585	13,695	18,65	67,09	0,34	0,26	21,03	160	3,8	273,01	245	28	3,465	130,2	0,0245	0,00035	0,57	49,2
	Полдник																		0
7.43-2/3/4	Макаронные изделия отварные с сыром	110	5,4	6,2	26,2	0,08	0,075	0,7	62,5	1,5	78,3	84,2	6,8	1,2	60	0,01	0,000225	0,1	490,4
7.354/1	Чай с сахаром	150	0,9	0,8	4,4	0,01	0,06	0,015	0	0	46,82	0	0	0,1	0	0	0	0	
	Итого за полдник:	260	6,3	7	30,6	0,09	0,135	0,715	62,5	1,5	125,12	84,2	6,8	1,3	60	0,01	0,000225	0,1	171,1
	Итого за день:	1310	31,495	35,25	152,54	0,6	0,675	33,745	337,5	7,4	600,13	523,8	60,8	7,265	300,2	0,0525	0,001125	1,05	49
																			220,1
																			1072,5

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 1,5-3 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"
(1,5-3 лет) 10,5 часов

3 день, неделя первая		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества (г)			Витмины (мг)					Минеральные вещества								Энергетическая ценность, ккал/сут
№ рецептуры	Наименование блюда		Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
			г/сут	г/сут	г/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	экв/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	
	Завтрак																		
7.14/4/2	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	3,55	3,5	11	0,1	0,057	2,125	71	0,375	71,52	44,4	3,3	0,9	46	0,0005	0,0001	0,03	
7.261	Батон витаминизированный с маслом	30/4	2,4	2,8	15,45	0,06	0,023	6,375	9	1,125	37,88	112,5	10	0,65	24	0,013	0,0001	0,3	80,8
4.14/10	Какао с молоком	180	2,5	3,1	14,2	0,01	0,1	0,5	10	0,5	50,6	13,3	2,7	1	10	0,005	0,00035	0,05	78,3
	Итого за завтрак:	364	8,45	9,4	40,65	0,17	0,18	9	90	2	160	170,2	16	2,55	80	0,0185	0,00055	0,38	121
	10 часов																		
7.033/2	Сок фруктовый	100	0	0	10,15	0,04	0,045	2,25	22,5	0	40	0	0,8	0,5	20	0	0	0	70
	Итого за прием:	100	0	0	10,15	0,04	0,045	2,25	22,5	0	40	0	0,8	0,5	20	0	0	0	70
	Обед																		
7.2/110	Салат яичный с соевым огурцом и зеленым горошком или	40	3,61	4,6	7,5	0,17	0,12	2,5	41,9	0,3	89,1	23,2	2,1	0,145	32,4	0,0005	0,00016	0,04	86,1
7.274/3	Суп крестьянский с мясом со сметаной	150	1,6	4,8	10,16	0,04	0,11	2,34	28,1	0,04	21,7	33,4	1,2	0,5	21,3	0,0015	0,000015	0,002	112,3
7.180-2	Рагу из овощей	110	2,9	4,2	10,4	0,005	0,05	0,01	49,2	0,01	57,09	47,1	2,2	0,31	14,2	0,0005	0,00001	0,003	49,3
4.9/7/2	Биточки (котлеты) рыбные	60	5,87	4,1	15,8	0,005	0,01	5,5	20,6	1,2	75,6	5,4	6,5	0,03	32,4	0,001	0,00004	0,175	81,3
7.110	Компот из кураги	150	0,33	0,8	7,9	0	0	5,3	8,34	0	15	12,5	0	0,3	8,5	0	0	0	71,9
7.н003-1	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1	0,2	9,25	0,01	0,005	0	6	0,4	3,11	43	10	0,115	11	0,005	0,00005	0,1	43,2
7.050	Хлеб пшеничный витаминизирован.	20	1,54	0,2	10,14	0,05	0,02	0	12	1,6	18,4	86	10	0,35	32	0,015	0,0001	0,2	49,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1,1	0	0	0	0	0
	Итого за обед:	555	16,85	18,9	71,15	0,28	0,315	15,65	166,14	3,55	280	250,6	32	2,85	151,8	0,0235	0,000375	0,52	493,3
	Полдник																		
7.103/6	Манник	80	5,3	6,2	26,3	0,08	0,075	0,8	53,9	1,95	79,5	83,2	8,5	1,3	48,2	0,0105	0,0002	0,11	168,4
4.11/10	Чай с лимоном	150	0,9	0,85	4,25	0,04	0,06	6,05	5	0	41,7	21	3,2	0,3	0	0	0	0,04	39
	Итого за полдник:	230	6,2	7,05	30,55	0,12	0,135	6,85	58,9	1,95	121,2	104,2	11,7	1,6	48,2	0,0105	0,0002	0,15	207,4
	Итого за день:	1249	31,5	35,35	152,5	0,61	0,675	33,75	337,54	7,5	601,2	525	60,5	7,5	300	0,0525	0,001125	1,05	1050,8

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 1,5-3 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"
(1,5-3 лет) 10,5 часов

4 день, неделя первая																			
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества (г)			Витамин (мг)					Минеральные вещества								Энергетическая ценность, ккал/сут
			Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
			г/сут	г/сут	г/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	
	Завтрак																		
7.15/4/2	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	150	3	4	16,9	0,01	0,04	1,6	64,1	0,93	54,4	40,6	2,1	1,05	43,25	0,0005	0,0001	0,01	86,6
7.4/13/1	Батон витаминизированный с маслом с сыром	30/5/6	2,2	2,6	16,6	0,06	0,04	6,4	11,8	1	6,3	111,3	11,2	0,2	25	0,013	0,0002	0,3	
7.384	Молоко	180	3,2	2,8	7,1	0,1	0,1	1	14,4	0,07	99,3	18,3	3,1	0,75	11,75	0,012	0,00025	0,03	82,3
	Итого за завтрак:	371	8,4	9,4	40,6	0,17	0,18	9	90,3	2	160	170,2	16,4	2	80	0,0255	0,00055	0,34	112
	10 часов																		
7.033/2	Сок фруктовый	100	0	0	10,15	0,04	0,045	2,25	22,5	0	40	0	0,8	0,5	20	0	0	0	70
	Итого за прием:	100	0	0	10,15	0,04	0,045	2,25	22,5	0	40	0	0,8	0,5	20	0	0	0	70
	Обед																		
7.5/1/4	Салат из квашеной капусты с луком	40	1	2,1	2,1	0	0	8,5	29,6	0,04	39,2	19,3	1,32	0,5	7,6	0,002	0	0,03	38,4
7.30/2/3-1	Уха рыбацкая	150	4,6	5,2	3,8	0,06	0,05	5,1	21,8	0,75	85,24	47,2	2,74	0,35	21,4	0,0005	0,0001	0,045	76
7.н163	Котлета из мяса	60	4,1	7,15	4,65	0,01	0,15	0	30,2	0,33	49,2	38,4	3,01	0,215	25,3	0,002	0,0001	0,07	106,1
7.368	Греча с овощами	100	1,46	3,5	12,4	0,15	0,09	0,62	45,1	0,78	59,65	0,5	0,93	0,4	35,4	0,001	0,000005	0,055	87,1
7.248	Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	1	0,1	28,71	0	0	1,53	12,8	0	25,6	15	0	0,5	7,3	0	0	0	90
7.н003-1	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1	0,2	9,25	0,01	0,005	0	6	0,4	3,11	43	10	0,115	11	0,005	0,00005	0,1	43,2
7.050	Хлеб пшеничный витаминизирован.	20	1,54	0,2	10,14	0,05	0,02	0	12	1,6	18,4	86	10	0,35	32	0,015	0,0001	0,2	49,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1,1	0	0	0	0	0
	Итого за обед:	545	14,7	18,45	71,05	0,28	0,315	15,75	157,5	3,9	280,4	249,4	28	3,53	140	0,0255	0,000355	0,5	490
	Полдник																		
7.160	Суфле из картофеля	85	6,3	5,25	9,2	0,1	0,1	0	39,8										
7.1/11/1	Соус молочный	20	1,8	1,7	9,5	0,02	0,015	1,26	17	0,2	6	6	2,3	0,3	13,2	0,002	0,00001	0,08	116,5
7.15/10/1	Напиток из шиповника	150	0,2	0,1	11,9	0	0,02	5,6	10,7	0,5	3,7	14	6,9	0,2	15,4	0,0008	0,0002	0,1	53
	Итого за полдник:	255	8,3	7,05	30,6	0,12	0,135	6,86	67,5	1,5	120	105,2	15	1,5	60	0,01	0,00022	0,21	210
	Итого за день:	1271	31,4	34,9	152,4	0,61	0,675	33,86	337,8	7,4	600,4	524,8	60,2	7,53	300	0,061	0,001125	1,05	1050,9

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 1,5-3 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"
(1,5-3 лет) 10,5 часов

5 день, неделя первая																			
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества (г)			Витмины (мг)					Минеральные вещества (мг)								Энергетическая ценность, ккал/сут
			Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
			г/сут	г/сут	г/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	рет экв/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	
	Завтрак																		
7.7/4/2	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150	3,3	4	17	0,1	0,107	2,125	71	0,375	48,82	12,5	4,2	1,25	37	0,001	0,0001	0,01	122,5
7.261	Батон витаминизированный с маслом	30/4	2,4	2,8	15,45	0,06	0,023	6,375	9	1,125	37,88	112,5	10	0,65	24	0,013	0,0001	0,3	78,3
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	2,6	8	0	0,05	0,5	10	0,5	73,3	40	5,8	0,1	19	0,0005	0,00025	0,1	80
	Итого за завтрак:	364	8,4	9,4	40,45	0,16	0,18	9	90	2	160	165	20	2	80	0,0145	0,00045	0,41	280,8
	10 часов																		
7.270	Йогурт питьевой	100	2	3	12,1	0,045	0,05	0,4	25	0	45	0	0	0,3	25	0,005	0	0	90
	Итого за прием:	100	2	3	12,1	0,045	0,05	0,4	25	0	45	0	0	0,3	25	0,005	0	0	90
	Обед																		
7.275/3	Икра кабачковая	40	1	2,5	5,3	0,05	0,09	3,8	35,75	0,2	7,59	6,9	1,6	0,05	3,4	0	0	0	39,2
7.137	Щи с мясом со сметаной	150	1,5	2,7	8	0	0	1,7	23,7	0,4	88,1	14,5	4,2	1,4	29,4	0,0008	0,0001	0,01	99,3
7.019	Биточки из мяса кур	60	8,3	8,1	12,5	0,08	0,1	0	29,6	0,4	127,2	65,2	1,9	0,05	28,2	0,00065	0,00021	0,09	91,2
7.63с/1	Картофель отварной	120	1,1	2,9	10,1	0,08	0,1	4,9	37,9	0,5	29,3	14,8	0,3	0,14	28,1	0,0024	0,000015	0,1	92,8
7.197/2	Компот из свежих яблок	150	0,26	0	15,76	0	0	5,35	10	0	6,6	15	0	0,3	8	0	0	0	75,1
7.н003-1	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1	0,2	9,25	0,01	0,005	0	6	0,4	3,11	43	10	0,115	11	0,005	0,00005	0,1	43,2
7.050	Хлеб пшеничный витаминизирован.	20	1,54	0,2	10,14	0,05	0,02	0	12	1,6	18,4	86	10	0,35	32	0,015	0,0001	0,2	49,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1,1	0	0	0	0	0
	Итого за обед:	565	14,7	16,6	71,05	0,27	0,315	15,75	154,95	3,5	280,3	245,4	28	3,505	140,1	0,02385	0,000475	0,5	490
	Полдник																		
7.1241/2/1	Березка	100	2,9	5,4	20,5	0,08	0,03	2,6	54	1,45	73	87,8	8,8	1,495	43,1	0,0061	0,00005	0,04	169
7.12/10/2	Чай с молоком	150	3,5	0,85	8,1	0,04	0,1	0,45	13,5	0,55	40,1	26,8	3,6	0,2	11,8	0,003	0,0002	0,1	41,6
	Итого за полдник:	250	6,4	6,25	28,6	0,12	0,13	8,65	67,5	2	113,1	114,6	12,4	1,695	54,9	0,0091	0,0002	0,14	210,6
	Итого за день:	1279	31,5	35,25	152,2	0,595	0,675	33,8	337,45	7,5	598,4	525	60,4	7,5	300	0,05245	0,001125	1,05	1071,4

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 1,5-3 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"
(1,5-3 лет) 10,5 часов

Питание детей дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда" (1,5-3 лет) 10,5 часов																			
6 день, неделя вторая		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества (г)			Витмины (мг)					Минеральные вещества (мг)								Энергетическая ценность, ккал/сут
№ рецептуры	Наименование блюда		Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
			г/сут	г/сут	г/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	рет экв/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	
	Завтрак																		
7.н119с-1	Каша пшенинная молочная с маслом сливочным	150	4,7	5,3	19,05	0,1	0,057	2,425	81	1,225	74,32	52,5	6	1,55	56	0,001	0,0001	0,05	
7.261	Батон витаминизированный с маслом	30/4	2,4	2,8	15,45	0,06	0,023	6,375	9	1,125	37,88	112,5	10	0,65	24	0,013	0,0001	0,05	127,7
7.354/6	Чай с сахаром	180	1,3	1,3	6,1	0,01	0,1	0,2	0	0	47,8	0	0	0,1	0	0	0	0	
	Итого за завтрак:	364	8,4	9,4	40,6	0,17	0,18	9	90	2,35	160	165	16	2,3	80	0,014	0,0002	0,35	78,3
	10 часов																		74
7.033/2	Сок фруктовый	100	0	0	10,15	0,04	0,045	2,25	22,5	0	40	0	0,8	0,5	20	0	0	0	
	Итого за прием:	100	0	0	10,15	0,04	0,045	2,25	22,5	0	40	0	0,8	0,5	20	0	0	0	70
	Обед																		70
7.29/1/2	Салат из отв.картофеля,моркови,свеклы с реп.луком, сол.огурцом	40	0,95	2,19	10,28	0,05	0,067	3,51	27,4	0	32,3	15,9	2	0,435	7,5	0	0,0001	0	
7.55с-2	Суп геркулесовый с мясов	150	1,6	4,8	10,16	0,04	0,11	2,34	28,1	0,04	38,7	33,4	1,2	0,5	10,3	0,0015	0,0001	0,02	63,1
7.243/	Голубцы ленивые в молочном соусе	180	11,3	10,7	19	0,13	0,11	4,5	75,6	1,46	172,49	64,2	8,8	0,4	70,7	0,0055	0,00035	0,13	72,4
7.078	Компот из изюма	150	0,35	0,86	11,9	0	0	5,4	8,4	0	15	12,5	0	0,3	8,5	0	0	0	179,6
7.н003-1	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1	0,2	9,25	0,01	0,005	0	6	0,4	3,11	43	10	0,115	11	0,005	0,00005	0,1	82,5
7.050	Хлеб пшеничный витаминизирован.	20	1,54	0,2	10,14	0,05	0,02	0	12	1,6	18,4	86	10	0,35	32	0,015	0,0001	0,2	43,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1,1	0	0	0	0	49,2
	Итого за обед:	565	16,74	18,95	70,73	0,28	0,312	15,75	157,5	3,5	280	255	32	3,2	140	0,027	0,0007	0,45	490
	Полдник																		0
7.19/5	Суфле творожное	100	3,5	3,22	8,49	0,04	0,03	2,29	45,8	0,9	42	49	7,4	1	26	0,01	0,00005	0,1	490
7.004	Сгущенное молоко	15	1,47	1,35	9,4	0,02	0,03	1,26	7,2	0,2	10	9,7	0	0,18	8	0,001	0,00002	0,1	86,2
7.340	Снежок	120	1,33	2,48	12,56	0,06	0,078	3,2	14,5	0,4	68	46,3	4,6	0,32	26	0,0005	0,0002	0,05	86,2
	Итого за полдник:	235	6,3	7,05	30,45	0,12	0,138	6,75	67,5	1,5	120	105	12	1,5	60	0,0115	0,000225	0,25	55,16
	Итого за день:	1264	31,44	35,4	151,93	0,61	0,675	33,75	337,5	7,35	600	525	60,8	7,5	300	0,0525	0,001125	1,05	68,64
																			210
																			1050

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 1,5-3 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"
(1,5-3 лет) 10,5 часов

7 день, неделя вторая		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества (г)			Витамин (мг)					Минеральные вещества (мг)								Энергетическая ценность, ккал/сут
№ рецептуры	Наименование блюда		Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
			г/сут	г/сут	г/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	
	Завтрак																		
7.н027	Каша молочная из гречи и геркулеса молочная со сливочным маслом	150	2,38	4	14,85	0,096	0,034	1,72	69,1	0,35	80,1	60,7	2,4	0,25	47,9	0	0,0001	0	
7.189-4	Батон витаминизированный	30	2,4	0,9	11,55	0,054	0,023	6,38	7,5	0,75	3,9	82,5	9	0,4	16,5	0,014	0,0001	0,15	
7.435/4	Сыр	6	1,32	1,4	0	0	0,023	0,4	3,4	0,4	25,4	10,5	1,9	0,35	5,6	0,0000	0,00005	0,08	
4.14/10	Какао с молоком	180	2,5	3,1	14,2	0,01	0,1	0,5	10	0,5	50,6	13,3	2,7	1	10	0,005	0,00035	0,05	
	Итого за завтрак:	366	8,6	9,4	40,6	0,16	0,18	9	90	2	160	167	16	2	80	0,019	0,0006	0,28	
	10 часов																		
7.183-1	Банан	100	2,9	0,1	14,8	0,01	0,1	3	25	0	42	0	10	0,5	30	0	0,0001	0,1	
	Итого за прием:	100	2,9	0,1	14,8	0,01	0,1	3	25	0	42	0	10	0,5	30	0	0,0001	0,1	
	Обед																		
7.057/1	Салат из моркови с раст.маслом	40	0,7	1,25	4,3	0	0	7,6	37,9	0,4	16,3	11,1	3	0,8	10,3	0	0,00001	0,05	
7.47с	Суп-лапша с мясом кури	150	3,3	3,6	9,1	0,12	0,05	0	41	0,2	54,8	15,2	1,5	0,6	33,4	0,0015	0,0001	0,04	
7.337	Рис припущенный с овощами	120	1,46	3,9	13,41	0,03	0,09	0,62	31,9	0,5	44,2	15,3	1	0,485	25,4	0,001	0,000005	0,04	
7.190	Гуляш из кури	60	6,62	8,1	12,55	0,07	0,03	2,33	27,2	0,4	127,09	64,2	0,5	0,05	17,9	0,002	0,00001	0,06	
7.15/13/1	Напиток из вишни	150	0,075	0	12,3	0	0,1	5,2	10	0	16,1	9,2	0	0	10	0	0	0	
7.н003-1	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1	0,2	9,25	0,01	0,005	0	6	0,4	3,11	43	10	0,115	11	0,005	0,00005	0,1	
7.050	Хлеб пшеничный витаминизирован.	20	1,54	0,2	10,14	0,05	0,02	0	12	1,6	18,4	86	10	0,35	32	0,015	0,0001	0,2	
7.044	Соль	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1,1	0	0	0	0	
	Итого за обед:	565	14,695	17,25	71,05	0,28	0,295	15,75	166	3,5	280	244	26	3,5	140	0,0245	0,000275	0,49	
	Полдник																		
7.038/1	Омлет натуральный	100	4,4	7,65	21,5	0,11	0,04	0	51,5	2	76,3	93	4,4	1,3	39,2	0,009	0,00015	0,071	
4.11/10	Чай с лимоном	150	0,9	0,85	4,25	0,04	0,06	6,05	5	0	41,7	21	3,2	0,3	0	0	0	0,11	
	Итого за полдник:	250	5,3	8,5	25,75	0,15	0,1	6,05	56,5	2	118	114	7,6	1,6	39,2	0,009	0,00015	0,181	
	Итого за день:	1281	31,495	35,25	152,2	0,6	0,675	33,8	337,5	7,5	600	525	59,6	7,6	289,2	0,0525	0,001125	1,051	

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 1,5-3 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"
(1,5-3 лет) 10,5 часов

8 день, неделя вторая																			
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества (г)			Витмины (мг)					Минеральные вещества								Энергетическая ценность, ккал/сут
			Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
			г/сут	г/сут	г/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мкг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	
	Завтрак																		
7.5/4/2	Каша манная молочная с маслом сливочным	150	3,4	4	17	0,1	0,107	2,125	71	0,475	58,822	22,5	0,2	1,25	37	0,001	0,0001	0,02	121,7
7.261	Батон витаминизированный с маслом	30/4	2,4	2,8	15,45	0,06	0,023	6,375	9	1,125	37,88	112,5	10	0,65	24	0,013	0,0001	0,3	78,3
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	2,6	8	0	0,05	0,5	10	0,5	73,3	40	5,8	0,1	19	0,0005	0,00025	0,1	80
	Итого за завтрак:	364	8,5	9,4	40,45	0,16	0,18	9	90	2,1	170,002	175	16	2	80	0,0145	0,00045	0,42	280
	10 часов																		
7.033/2	Сок фруктовый	100	0	0	10,15	0,04	0,045	2,25	22,5	0	40	0	0,8	0,5	20	0	0	0	70
	Итого за прием:	100	0	0	10,15	0,04	0,045	2,25	22,5	0	40	0	0,8	0,5	20	0	0	0	70
	Обед																		
7.017/2	Зеленый горошек	45	1,1	0	3,1	0,05	0,03	4,9	28,2	0,3	7,3	24,5	3,2	0,75	16,2	0,0005	0,00004	0	36,8
7.136	Борщ вегетарианский со сметаной	150	3,53	7,05	11,86	0,065	0	1,65	41,9	0	79,4	40,1	2,2	0,7	25,1	0,002	0,00001	0,01	95,2
7.н64-с-1	Картофельное пюре	120	3,5	6,55	13,1	0,1	0,05	3,9	49,1	0,05	60,2	19,1	3,1	0,155	26,1	0,003	0,00011	0,06	112,4
7.355	Биточки рыбные (горбуша)	60	3,8	1,65	15,7	0,005	0,2	0	12	1,55	96,59	19,8	1,5	0,03	21,1	0,002	0,00015	0,03	81,3
7.110	Компот из кураги	150	0,33	0,8	7,9	0	0	5,3	8,34	0	15	12,5	0	0,3	8,5	0	0	0	71,9
7.н003-1	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1	0,2	9,25	0,01	0,005	0	6	0,4	3,11	43	10	0,115	11	0,005	0,00005	0,1	43,2
7.050	Хлеб пшеничный витаминизирован.	20	1,54	0,2	10,14	0,05	0,02	0	12	1,6	18,4	86	10	0,35	32	0,015	0,0001	0,2	49,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1,1	0	0	0	0	0
	Итого за обед:	570	14,8	16,45	71,05	0,28	0,305	15,75	157,54	3,9	280	245	30	3,5	140	0,0275	0,00046	0,4	490
	Полдник																		
4.24/3	Биточки морковные с творогом	80	2,73	4,58	0,61	0,02	0,01	1,29	21,5	1,3	59	38	3,7	0,54	6,5	0,0035	0,000205	0	68,9
7.2/11/2	Соус молочный сладкий	20	1,47	1,77	11,54	0,02	0,035	1,26	23	0,2	6	7	4,3	0,56	18,5	0,002	0,00001	0,03	41,76
7.338	Йогурт питьевой	120	4	3	18,3	0,08	0,09	4,2	23	0	45	60	6	0,4	35	0,005	0	0,2	99,34
	Итого за полдник:	220	8,2	9,35	30,45	0,12	0,135	6,75	67,5	1,5	110	105	14	1,5	60	0,0105	0,000215	0,23	210
	Итого за день:	1254	31,5	35,2	152,1	0,6	0,665	33,75	337,54	7,5	600,002	525	60,8	7,5	300	0,0525	0,001125	1,05	1050

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 1,5-3 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"
(1,5-3 лет) 10,5 часов

9 день, неделя вторая																			
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества (г)			Витамин (мг)					Минеральные вещества								Энергетическая ценность, ккал/сут
			Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
			г/сут	г/сут	г/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мкг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	
	Завтрак																		
7.19/4/2	Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная) с маслом сливочным	150	4,6	3,7	10	0,1	0,02	2,1	68,4	1	104	70,6	2,1	0,8	45	0,001	0,0001	0	
7.4/13/1	Батон витаминизированный с маслом с сыром	30/5/6	2,2	2,6	16,6	0,06	0,04	6,4	11,8	1	6,3	111,3	11,2	0,2	25	0,013	0,0002	0,3	76,8
7.030/1	Чай со сгущённым молоком	200	1,6	3,1	14,2	0,01	0,1	0,5	10	0,5	50,6	13,3	12,7	1	10	0,005	0,00025	0,15	82,3
	Итого за завтрак:	391	8,4	9,4	40,8	0,17	0,16	9	90,2	2,5	160,9	195,2	26	2	80	0,019	0,00055	0,45	121
	10 часов																		
7.031	Сок фруктовый	100	0	0	10,15	0,04	0,045	2,25	22,5	0	40	0	0,8	0,5	20	0	0	0	
	Итого за прием:	100	0	0	10,15	0,04	0,045	2,25	22,5	0	40	0	0,8	0,5	20	0	0	0	70
	Обед																		
7.101	Салат овощной с яблоками, яйцом и раст. маслом	40	1	2,5	5,3	0,07	0,03	5,8	35,75	0,4	61,29	47	5,6	1,05	8,6	0	0,000015	0,01	
7.н 086	Суп гороховый	150	3,9	3,25	10,8	0,09	0,09	4,6	52,5	0,85	110,3	19	4	0,2	12,3	0,003	0,0002	0	31,2
7.8/8/2	Макаронные изделия отварные	120	3	3,2	15,6	0,05	0,02	0	11	0	31,1	12	0	0,24	43,1	0	0	0,01	72,5
7.197/2	Бефстроганов из отварного мяса	60	4,1	7,15	4,65	0,01	0,15	0	30,2	0,33	49,2	38,4	3	0,215	25,3	0,002	0,00001	0,07	112,9
7.н003-1	Компот из свежих яблок	150	0,26	0	15,76	0	0	5,35	10	0	6,6	15	0	0,3	8	0	0	0	106,1
7.050	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1	0,2	9,25	0,01	0,005	0	6	0,4	3,11	43	10	0,115	11	0,005	0,00005	0,1	75,1
7.044	Хлеб пшеничный витаминизирован.	20	1,54	0,2	10,14	0,05	0,02	0	12	1,6	18,4	86	10	0,35	32	0,015	0,0001	0,2	43,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1,1	0	0	0	0	49,2
	Итого за обед:	565	14,8	16,5	71,5	0,28	0,315	15,75	157,45	3,58	280	260,4	32,6	3,57	140,3	0,025	0,000375	0,39	490,2
	Полдник																		
7.16/3/3	Свекла тушеная в сметанном соусе	100	6	5,25	5,6	0,005	0,05	1,1	56,1	1	72	32,1	4,2	1,3	33	0,0076	0	0,11	
7.209	Пряник	25	2,1	4	12,3	0,12	0,08	0	0	0	42	24	0	0	12	0,0001	0	0	52,3
7.15/10/2	Напиток из шиповника	150	0,2	0,1	11,9	0	0,02	5,6	10,7	0,5	3,7	14	6,9	0,2	15,4	0,0008	0,0002	0,1	104,8
	Итого за полдник:	275	8,3	9,35	29,8	0,125	0,15	6,7	66,8	1,5	117,7	70,1	11,1	1,5	60,4	0,0085	0,0002	0,21	53
	Итого за день:	1331	31,5	35,25	152,25	0,615	0,67	33,7	336,95	7,58	598,6	525,7	70,5	7,57	300,7	0,0525	0,001125	1,05	1050,4

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 1,5-3 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"
(1,5-3 лет) 10,5 часов

10 день, неделя вторая																			
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества (г)			Витмины (мг)					Минеральные вещества								Энергетическая ценность, ккал/сут
			Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
			г/сут	г/сут	г/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	рет экв/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	
	Завтрак																		
7.132	Макаронные изделия в молоке с маслом	150	3,5	3,5	10,95	0,06	0,057	2,125	71	0,375	70,32	41	3,2	0,95	43	0	0,0001	0,01	
7.261	Батон витаминизированный с маслом	30/4	2,4	2,8	15,45	0,06	0,023	6,375	9	1,125	37,88	112,5	10	0,65	24	0,013	0,0001	0,3	81
4.14/10	Какао с молоком	180	2,5	3,1	14,2	0,01	0,1	0,5	10	0,5	50,6	13,3	2,7	1	10	0,005	0,00035	0,05	78,3
	Итого за завтрак:	364	8,4	9,4	40,6	0,13	0,18	9	90	2	158,8	166,8	15,9	2,6	77	0,018	0,00055	0,36	121
	10 часов																		
7.270	Йогурт питьевой	100	2	3	12,1	0,045	0,05	0,4											
	Итого за прием:	100	2	3	12,1	0,045	0,05	0,4	25	0	45	0	0	0,3	25	0,005	0	0	90
	Обед																		
7.425/4/2	Салат из квашеной капусты с луком	40	1	2,1	2,1	0	0	8,5	29,6	0,04	39,2	19,3	1,32	0,5	7,6	0,002	0	0,03	
7.106	Суп из овощей на курином бульоне	150	3,3	3,6	9,2	0,02	0,01	1,3	31	0,2	44,6	19,2	1,2	0,385	29,3	0,0004	0,00001	0,025	38,4
7.053	Суфле из кур	60	6,3	6,1	21,5	0,08	0,1		25,4	0,52	100,3	65,2	5,4	0,05	16,2	0,00265	0,00021	0,02	133
7.368-1	Греча с овощами	120	1,46	3,5	12,4	0,15	0,09	0,62	45,1	0,78	59,65	0,5	0,93	0,4	35,4	0,001	0,000005	0,055	87,1
7.4/10/2	Компот из кураги и изюма	150	0,4	0,9	6,9	0	0	5,4	8,4	0	15	12,5	0	0,3	8,5	0	0	0	82,5
7.н003-1	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1	0,2	9,25	0,01	0,005	0	6	0,4	3,11	43	10	0,115	11	0,005	0,00005	0,1	43,2
7.050	Хлеб пшеничный витаминизирован.	20	1,54	0,2	10,14	0,05	0,02	0	12	1,6	18,4	86	10	0,35	32	0,015	0,0001	0,2	49,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1,1	0	0	0	0	0
	Итого за обед:	565	15	16,6	71,49	0,31	0,225	15,82	157,5	3,54	280,26	245,7	28,85	3,2	140	0,02605	0,000375	0,43	490,2
	Полдник																		
4.1/3	Картофель отварной	80	1,1	2,9	10,1	0,08	0,1	4,9	37,9	0,5	29,3	14,8	0,3	0,14	28,1	0,0024	0	0,1	
7.н125/7	Сельдь	15	4,1	2,5	14	0,005	0,05	0	22	1,25	45	77	12	1	30	0,001	0,0002	0,05	92
4.11/10	Чай с лимоном	150	0,9	0,85	4,25	0,04	0,06	6,05	5	0	41,7	21	3,2	0,3	0	0	0	0,11	39
	Итого за полдник:	245	6,1	6,25	28,35	0,125	0,21	10,95	64,9	1,75	116	112,8	15,5	1,44	58,1	0,0034	0,0002	0,26	210
	Итого за день:	1274	31,5	35,25	152,54	0,61	0,665	36,17	337,4	7,29	600,06	525,3	60,25	7,54	300,1	0,05245	0,001125	1,05	1070,5

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 1,5-3 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"
(1,5-3 лет) 10,5 часов

11 день, неделя третья																			
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества (г)			Витмины (мг)					Минеральные вещества								Энергетическая ценность, ккал/сут
			Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
			г/сут	г/сут	г/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	экв/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	
	Завтрак																		
7.8/4/2	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	4,7	5,5	19	0,06	0,057	2,425	66	0,875	74,32	29,6	1,2	1,25	33	0,001	0,00001	0,08	
7.261	Батон витаминизированный с маслом	30/4	2,4	2,8	15,45	0,06	0,023	6,375	9	1,125	37,88	112,5	10	0,65	24	0,013	0,0001	0,3	147
4.12/10	Чай с молоком	180	4	1,3	10,1	0,04	0,1	0,2	15	0,55	47,8	27,9	4,8	0,1	23	0,005	0,00001	0,1	78,3
	Итого за завтрак:	364	11,1	9,6	44,55	0,16	0,18	9	90	2,55	160	170	16	2	80	0,019	0,00012	0,48	280,3
	10 часов																		
7.031	Сок фруктовый	100	0	0	10,15	0,04	0,045	2,25	22,5	0	40	0	0,8	0,5	20	0	0	0	
	Итого за прием:	100	0	0	10,15	0,04	0,045	2,25	22,5	0	40	0	0,8	0,5	20	0	0	0	70
	Обед																		
4.13/1	Салат из припущенной моркови с яблоком	40	1,7	1,25	3,1	0	0	2,3	29,4	0,4	16,3	20,2	1,5	0	10,3	0	0	0	
4.25/2	Суп-пюре из картофеля	150	3,1	3,9	9,2	0,07	0,09	4,6	51	0,45	150,3	19	2	0,2	12,3	0,003	0,00002	0,05	35
7.142	Каша перловая вязкая	100	1,06	5,5	2,3	0,14	0,05	7,35	17,1	0,35	14,89	28	4,5	0	41,8	0	0,00053	0	69,2
7.11/8/3	Гуляш из мяса	60	4,5	6,8	4,3	0,01	0,15	0	28,3	0,33	49,2	38,4	3	0,215	25,3	0,002	0,0001	0,07	105,5
7.248	Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	1	0,1	28,71	0	0	1,53	12,8	0	25,6	15	0	0,5	7,3	0	0	0	90
7.34/2/6	Гренки из ржаного хлеба	15	1	0,2	9,25	0,01	0,005	0	6	0,4	3,11	43	10	0,115	11	0,005	0,00005	0,1	43,2
7.050	Хлеб пшеничный витаминизирован.	20	1,54	0,2	10,14	0,05	0,02	0	12	1,6	18,4	86	10	0,35	32	0,015	0,0001	0,2	49,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1,1	0	0	0	0	0
	Итого за обед:	540	13,9	17,95	67	0,28	0,315	15,78	156,6	3,53	277,8	249,6	31	2,48	140	0,025	0,0008	0,42	490,2
	Полдник																		
7.н039-5	Запеканка из творога	100	3,57	5,22	4	0,04	0,02	2,5	45,8	0,9	47	59	7,4	0,88	30	0,0077	0,000005	0,1	86,2
7.1/1/9	Джем	15	1,6	0	14	0,02	0,04	1	8	0,2	5,6	0	0	1,1	4	0	0	0	56
7.340	Снежок	120	1,33	2,48	12,56	0,06	0,078	3,2	14,5	0,4	68	46,3	4,6	0,32	26	0,0008	0,0002	0,05	68,64
	Итого за полдник:	235	6,5	7,7	30,56	0,12	0,138	6,7	68,3	1,5	120,6	105,3	12	2,3	60	0,0085	0,000205	0,15	210,84
	Итого за день:	1239	31,5	35,25	152,26	0,6	0,678	33,73	337,4	7,58	598,4	524,9	59,8	7,28	300	0,0525	0,001125	1,05	1051,34

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 1,5-3 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"
(1,5-3 лет) 10,5 часов

12 день, неделя третья																			
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества (г)			Витамин (мг)					Минеральные вещества								Энергетическая ценность, ккал/сут
			Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
			г/сут	г/сут	г/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	экв/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	
	Завтрак																		
7.16/4/2	Каша молочная ассорти (рис,пшено) с маслом сливочным	150	3,1	6	13,5	0,096	0,087	2,07	70,5	0,85	81,4	72,1	1,2	0,5	43,5	0,0035	0,0001	0,03	87,7
7.1/1/6	Джем	5	0,4	0	7	0,01	0,02	0,05	2	0	1,4	0	0	1	1	0	0	0	26,5
7.189-4	Батон витаминизированный	30	2,4	0,9	11,55	0,054	0,023	6,38	7,5	0,75	3,9	82,5	9	0,4	16,5	0,014	0,0001	0,15	85,8
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	2,6	8	0	0,05	0,5	10	0,5	73,3	40	5,8	0,1	19	0,0005	0,00025	0,1	80
	Итого за завтрак:	365	8,6	9,5	40,05	0,16	0,18	9	90	2,1	160	194,6	16	2	80	0,018	0,00045	0,28	280
	10 часов																		
7.183-1	Банан	100	2,9	0,1	14,8	0,01	0,1	3	25	0	42	0	10	0,5	30	0	0,0001	0,1	82
	Итого за прием:	100	2,9	0,1	14,8	0,01	0,1	3	25	0	42	0	10	0,5	30	0	0,0001	0,1	82
	Обед																		
7.133	Салат из свеклы с солёным огурцом	40	0,7	1,25	4,3	0	0	2,5	19,1	0,4	16,3	11,1	0	0,8	10,3	0	0,00005	0,025	36
7.044с	Суп овощной с мясом кури	150	3,3	3,6	9,2	0,12	0,05	4,1	41	0,2	54,8	15,2	1,2	0,6	33,4	0,0035	0,00001	0,025	56,8
7.н64-с-1	Картофельное пюре	120	3,5	6,55	13,1	0,1	0,05	3,9	49,1	0,05	60,2	19,1	3,1	0,155	26,1	0,001	0,00001	0,06	112,4
7.249	Печень говяжья по-строгановски	60	3,3	5,9	14,2	0,05	0,13	5,045	24,4	1,3	105,07	59,3	3	0,28	8,7	0	0,00013	0,16	110,8
7.078	Компот из изюма	150	0,35	0,86	11,9	0	0	5,4	8,4	0	15	12,5	0	0,3	8,5	0	0	0	82,5
7.н003-1	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1	0,2	9,25	0,01	0,005	0	6	0,4	3,11	43	10	0,115	11	0,005	0,00005	0,1	43,2
7.050	Хлеб пшеничный витаминизирован.	20	1,54	0,2	10,14	0,05	0,02	0	12	1,6	18,4	86	10	0,35	32	0,015	0,0001	0,2	49,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1,1	0	0	0	0	0
	Итого за обед:	565	13,69	18,56	72,09	0,33	0,255	20,945	160	3,95	272,88	246,2	27,3	3,7	130	0,0245	0,00035	0,57	490,9
	Полдник																		
7.43-2/3/4	Макаронные изделия отварные с сыром	110	5,4	6,2	26,2	0,08	0,075	0,7	62,5	1,5	78,3	84,2	6,8	1,2	60	0,01	0,000225	0,1	171,1
7.354/1	Чай с сахаром	150	0,9	0,8	4,4	0,01	0,06	0,015	0	0	46,82	0	0	0,1	0	0	0	0	49
	Итого за полдник:	260	6,3	7	30,6	0,09	0,135	0,715	62,5	1,5	125,12	84,2	6,8	1,3	60	0,01	0,000225	0,1	220,1
	Итого за день:	1290	31,49	35,16	157,54	0,59	0,67	33,66	337,5	7,55	600	525	60,1	7,5	300	0,0525	0,001125	1,05	1073

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 1,5-3 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"
(1,5-3 лет) 10,5 часов

13 день, неделя третья																			
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества (г)			Витамин (мг)					Минеральные вещества								Энергетическая ценность, ккал/сут
			Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	D	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
			г/сут	г/сут	г/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	экв/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	
	Завтрак																		
7.14/4/2	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	3,55	3,5	11	0,1	0,057	2,125	71	0,375	71,52	44,4	3,3	0,9	46	0,0005	0,0001	0,03	
7.261	Батон витаминизированный с маслом	30/4	2,4	2,8	15,45	0,06	0,023	6,375	9	1,125	37,88	112,5	10	0,65	24	0,013	0,0001	0,3	80,8
4.14/10	Какао с молоком	180	2,5	3,1	14,2	0,01	0,1	0,5	10	0,5	50,6	13,3	2,7	1	10	0,005	0,00035	0,05	78,3
	Итого за завтрак:	364	8,45	9,4	40,65	0,17	0,18	9	90	2	160	170,2	16	2,55	80	0,0185	0,00055	0,38	121
	10 часов																		
7.031	Сок фруктовый	100	0	0	10,15	0,04	0,045	2,25	22,5	0	40	0	0,8	0,5	20	0	0	0	
	Итого за прием:	100	0	0	10,15	0,04	0,045	2,25	22,5	0	40	0	0,8	0,5	20	0	0	0	70
	Обед																		
7/27/2	Салат из отварного картофеля, кукурузы, реп. лука с раст. маслом	40	0,95	2,47	6,4	0	0,047	2,067	27,4	0	20,2	16,5	2	0,4	8,5	0	0,00005	0	
7.258	Свекольник вегетарианский со сметаной	150	4,5	8	12,8	0	0	4,6	43,8	0,6	88,9	40,1	1	0,5	25,2	0,0027	0,00005	0,1	63,1
7.12/7/6	Тефтели рыбные с рисом в соусе	75	6,3	3,1	15,51	0,12	0,1	0	50,2	0,5	87,3	43,1	2	0,055	28,3	0,0005	0,00001	0,1	101,2
7.50м/2	Капуста цветная отварная с маслом	110	2,13	4	9,1	0,1	0,14	3,9	18,4	0,4	45,39	9,2	6	0,04	26,9	0,0003	0,000115	0,02	85,6
7.110	Компот из кураги	150	0,33	0,8	7,9	0	0	5,3	8,34	0	15	12,5	0	0,3	8,5	0	0	0	78,3
7.н003-1	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1	0,2	9,25	0,01	0,005	0	6	0,4	3,11	43	10	0,115	11	0,005	0,00005	0,1	71,9
7.050	Хлеб пшеничный витаминизирован.	20	1,54	0,2	10,14	0,05	0,02	0	12	1,6	18,4	86	10	0,35	32	0,015	0,0001	0,2	43,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1,1	0	0	0	0	49,2
	Итого за обед:	570	16,75	18,77	71,1	0,28	0,312	15,867	166,14	3,5	278,3	250,4	31	2,86	140,4	0,0235	0,000375	0,52	0
	Полдник																		
7.103/6	Манник	80	5,3	6,2	26,3	0,08	0,075	0,8	53,9	1,95	79,5	83,2	8,5	1,3	48,2	0,0105	0,0002	0,11	492,5
4.11/10	Чай с лимоном	150	0,9	0,85	4,25	0,04	0,06	6,05	5	0	41,7	21	3,2	0,3	0	0	0	0,04	168,4
	Итого за полдник:	230	6,2	7,05	30,55	0,12	0,135	6,85	58,9	1,95	121,2	104,2	11,7	1,6	48,2	0,0105	0,0002	0,15	39
	Итого за день:	1264	31,4	35,22	152,45	0,61	0,672	33,967	337,54	7,45	599,5	524,8	59,5	7,51	288,6	0,0525	0,001125	1,05	1050

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 1,5-3 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"
(1,5-3 лет) 10,5 часов

14 день, неделя третья																			
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества (г)			Витамин (мг)					Минеральные вещества								Энергетическая ценность, ккал/сут
			Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
			г/сут	г/сут	г/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	экв/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	
	Завтрак																		
7.15/4/2	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	150	3	4	16,9	0,01	0,04	1,6	64,1	0,93	54,4	40,6	2,1	1,05	43,25	0,0005	0,0001	0,01	
7.261	Батон витаминизированный с маслом	30/4	2,4	2,8	15,45	0,06	0,023	6,375	9	1,125	37,88	112,5	10	0,65	24	0,013	0,0001	0,3	86,6
7.384	Молоко	180	3,2	2,8	7,1	0,1	0,1	1	14,4	0,07	99,3	18,3	3,1	0,75	11,75	0,012	0,00025	0,03	78,3
	Итого за завтрак:	364	8,6	9,6	39,45	0,17	0,163	8,975	87,5	2,125	191,58	171,4	15,2	2,45	79	0,0255	0,00045	0,34	276,9
	10 часов																		
7.031	Сок фруктовый	100	0	0	10,15	0,04	0,045	2,25	22,5	0	40	0	0,8	0,5	20	0	0	0	
	Итого за прием:	100	0	0	10,15	0,04	0,045	2,25	22,5	0	40	0	0,8	0,5	20	0	0	0	70
	Обед																		
7.275/3	Икра кабачковая	40	1	2,5	5,3	0,05	0,09	3,8	35,75	0,2	7,59	6,9	1,6	0,05	3,4	0	0	0	
7.19/2/3	Суп картофельный с рыбой	150	7,6	3,8	14	0,02	0	7,3	31,5	1,5	82,95	85,3	10	1,86	41,3	0,0026	0	0,2	39,2
7.368-4	Греча с овощами	120	1,46	3,5	12,4	0,15	0,09	0,62	45,1	0,78	59,65	0,5	0,93	0,4	35,4	0,001	0,000105	0,037	115,4
7.234	Шницель из мяса	60	5,1	7,15	4,65	0,01	0,05	0	30,2	0,33	49,31	38,4	3,01	0,215	25,3	0,002	0,00011	0,07	87,7
7.15/13/1	Напиток из вишни	150	0,075	0	12,3	0	0,1	5,2	10	0	16,1	9,2	0	0	10	0	0	0	106,1
7.н003-1	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1	0,2	9,25	0,01	0,005	0	6	0,4	3,11	43	10	0,115	11	0,005	0,00005	0,1	53,3
7.050	Хлеб пшеничный витаминизирован.	20	1,54	0,2	10,14	0,05	0,02	0	12	1,6	18,4	86	10	0,35	32	0,015	0,0001	0,2	43,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1,1	0	0	0	0	49,2
	Итого за обед:	565	17,775	17,35	68,04	0,29	0,355	16,92	170,55	4,81	237,11	269,3	35,54	4,09	158,4	0,0256	0,000365	0,607	494,1
	Полдник																		
7.180-2	Рагу из овощей	110	3,1	4,4	9,4	0,005	0,01	0,01	46,2	0,01	57,09	47,1	2,2	0,71	14,2	0,0005	0,00001	0,003	
7.15/10/2	Напиток из шиповника	150	0,2	0,1	11,9	0	0,02	5,6	10,7	0,5	3,7	14	6,9	0,2	15,4	0,0008	0,0002	0,1	49,3
7.209	Пряник	25	2,1	4	12,3	0,12	0,08	0	0	0	42	24	0	0	12	0,0001	0	0	53
	Итого за полдник:	285	5,4	8,5	33,6	0,125	0,11	5,61	56,9	0,51	102,79	85,1	9,1	0,91	41,6	0,0014	0,00021	0,103	209,1
	Итого за день:	1314	31,775	35,45	151,24	0,625	0,673	33,755	337,45	7,445	571,48	525,8	60,64	7,95	299	0,0525	0,001025	1,05	1050,1

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 1,5-3 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"
(1,5-3 лет) 10,5 часов

15 день, неделя третья		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества (г)			Витмины (мг)					Минеральные вещества (мг)								Энергетическая ценность, ккал/сут
№ рецептуры	Наименование блюда		Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
			г/сут	г/сут	г/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	экв/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	
	Завтрак																		
7.7/4/2	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150	3,3	4	17	0,1	0,107	2,125	71	0,375	48,82	12,5	4,2	1,25	37	0,001	0,0001	0,01	122,5
7.261	Батон витаминизированный с маслом	30/4	2,4	2,8	15,45	0,06	0,023	6,375	9	1,125	37,88	112,5	10	0,65	24	0,013	0,0001	0,3	78,3
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	2,6	8	0	0,05	0,5	10	0,5	73,3	40	5,8	0,1	19	0,0005	0,00025	0,1	80
	Итого за завтрак:	364	8,4	9,4	40,45	0,16	0,18	9	90	2	160	165	20	2	80	0,0145	0,00045	0,41	280,8
	10 часов																		
7.270	Йогурт питьевой	100	2	3	12,1	0,045	0,05	0,4	25	0	45	0	0	0,3	25	0,005	0	0	90
	Итого за прием:	100	2	3	12,1	0,045	0,05	0,4	25	0	45	0	0	0,3	25	0,005	0	0	90
	Обед																		
7.425/4/2	Салат из квашеной капусты с луком	40	1	2,1	2,1	0	0	8,5	29,6	0,04	39,2	19,3	1,32	0,5	7,6	0,002	0	0,03	38,4
7.47с	Суп-лапша с мясом кури	150	3,3	3,6	9,1	0,12	0,05	0	41	0,2	54,8	15,2	1,5	0,6	33,4	0,0015	0,0001	0,04	106
7.63с/1	Картофель отварной	120	1,1	2,9	10,1	0,08	0,1	4,9	26,8	0,5	29,3	14,8	0,3	0,14	28,1	0,0002	0,000005	0,1	92,8
7.114	Котлета из мяса кури	60	6,5	7,4	14,6	0,03	0,11	4	32,1	0,8	129,1	52,3	4,9	0,4	15,2	0	0,00017	0	85,8
7.197/2	Компот из свежих яблок	150	0,26	0	15,76	0	0	5,35	10	0	6,6	15	0	0,3	8	0	0	0	75,1
7.н003-1	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1	0,2	9,25	0,01	0,005	0	6	0,4	3,11	43	10	0,115	11	0,005	0,00005	0,1	43,2
7.050	Хлеб пшеничный витаминизирован.	20	1,54	0,2	10,14	0,05	0,02	0	12	1,6	18,4	86	10	0,35	32	0,015	0,0001	0,2	49,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1,1	0	0	0	0	0
	Итого за обед:	565	14,7	16,4	71,05	0,29	0,285	22,75	157,5	3,54	280,51	245,6	28,02	3,505	135,3	0,0237	0,000425	0,47	490,5
	Полдник																		
7.308/4	Печенье творожное	80	2,1	5,6	10,7	0,05	0,06	0,5	7	0,3	59	1,4	0,4	0,4	4	0,0005	0	0,01	129
7.346	Яблоко	60	0,4	0	9,8	0,03	0	0,4	44	1	16	87	8,4	1	44	0,01	0,0001	0,06	39,6
7.12/10/2	Чай с молоком	150	3,5	0,85	8,1	0,04	0,1	0,45	13,5	0,55	40,1	26,8	3,6	0,2	11,8	0,003	0,0002	0,1	41,6
	Итого за полдник:	290	6	6,45	28,6	0,12	0,16	1,35	64,5	1,85	115,1	115,2	12,4	1,6	59,8	0,0135	0,00025	0,17	210,2
	Итого за день:	1319	31,1	35,25	152,2	0,615	0,675	33,5	337	7,39	600,61	525,8	60,42	7,405	300,1	0,0567	0,001125	1,05	1071,5

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 1,5-3 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"
(1,5-3 лет) 10,5 часов

16 день, неделя четвертая																			
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества (г)			Витамин (мг)					Минеральные вещества								Энергетическая ценность, ккал/сут
			Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
			г/сут	г/сут	г/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	рет экв/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	
	Завтрак																		
7.н119с-1	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	150	4,7	5,3	19,05	0,1	0,057	2,425	81	1,225	74,32	52,5	6	1,55	56	0,001	0,0001	0,05	127,7
7.261	Батон витаминизированный с маслом	30/4	2,4	2,8	15,45	0,06	0,023	6,375	9	1,125	37,88	112,5	10	0,65	24	0,013	0,0001	0,3	78,3
7.354/6	Чай с сахаром	180	1,3	1,3	6,1	0,01	0,1	0,2	0	0	47,8	0	0	0,1	0	0	0	0	74
	Итого за завтрак:	364	8,4	9,4	40,6	0,17	0,18	9	90	2,35	160	165	16	2,3	80	0,014	0,0002	0,35	280
	10 часов																		
7.031	Сок фруктовый	100	0	0	10,15	0,04	0,045	2,25	22,5	0	40	0	0,8	0,5	20	0	0	0	70
	Итого за прием:	100	0	0	10,15	0,04	0,045	2,25	22,5	0	40	0	0,8	0,5	20	0	0	0	70
	Обед																		
7.30/1/2	Салат из отварного картофеля, моркови с реп. луком с солёным огурцом	40	0,95	2,47	6,4	0	0,067	2,067	27,4	0	12,2	8,5	2	0,4	8,5	0	0	0	63,1
7.037с	Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной	150	1,6	4,8	10,16	0,04	0,1	2,34	36	0,04	57	52,3	4,2	0,5	21,3	0,0105	0,00001	0,002	72,3
7.061/2	Бигус с мясом	180	9,2	10,3	23,5	0,2	0,12	6,1	67,2	1,3	173,8	52,4	5,1	0,555	59,3	0,005	0,000465	0,188	180,9
7.078	Компот из изюма	150	0,35	0,86	11,9	0	0	5,4	8,4	0	15	12,5	0	0,3	8,5	0	0	0	82,5
7.н003-1	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1	0,2	9,25	0,01	0,005	0	6	0,4	3,11	43	10	0,115	11	0,005	0,00005	0,1	43,2
7.050	Хлеб пшеничный витаминизирован.	20	1,54	0,2	10,14	0,05	0,02	0	12	1,6	18,4	86	10	0,35	32	0,015	0,0001	0,2	49,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1,1	0	0	0	0	0
	Итого за обед:	565	14,64	18,83	71,35	0,3	0,312	15,907	157	3,34	279,51	254,7	31,3	3,32	140,6	0,0355	0,000625	0,49	491,2
	Полдник																		
7.14/5	Запеканка из творога с рисом	100	5,7	2,8	6,35	0,04	0,022	2,24	30	0,9	46,3	52	3,1	0,62	15,5	0,0002	0,00009	0,13	99,6
7.2/11/2	Соус молочный сладкий	20	1,47	1,77	11,54	0,02	0,035	1,26	23	0,2	6	7	4,3	0,56	18,5	0,002	0,00001	0,03	41,76
7.340	Снежок	120	1,33	2,48	12,56	0,06	0,078	3,2	14,5	0,4	68	46,3	4,6	0,32	26	0,0008	0,0002	0,05	68,64
	Итого за полдник:	240	8,5	7,05	30,45	0,12	0,135	6,7	67,5	1,5	120,3	105,3	12	1,5	60	0,003	0,0003	0,21	210
	Итого за день:	1269	31,54	35,28	152,55	0,63	0,672	33,857	337	7,19	599,81	525	60,1	7,62	300,6	0,0525	0,001125	1,05	1051,2

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 1,5-3 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"
(1,5-3 лет) 10,5 часов

17 день, неделя четвертая																			
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества (г)			Витмины (мг)					Минеральные вещества								Энергетическая ценность, ккал/сут
			Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
			г/сут	г/сут	г/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	рет экв/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	
	Завтрак																		
7.19/4/2	Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная)с маслом сливочным	150	4,6	3,7	10	0,1	0,02	2,1	68,4	1	104	70,6	2,1	0,8	45	0,001	0,0001	0	76,8
7.4/13/1	Батон витаминизированный с маслом с сыром	30/5/6	2,2	2,6	16,6	0,06	0,04	6,4	11,8	1	6,3	111,3	11,2	0,2	25	0,013	0,0002	0,3	82,3
4.14/10	Какао с молоком	180	2,5	3,1	14,2	0,01	0,1	0,5	10	0,5	50,6	13,3	2,7	1	10	0,005	0,00035	0,05	121
	Итого за завтрак:	371	9,3	9,4	40,8	0,17	0,16	9	90,2	2,5	160,9	195,2	16	2	80	0,019	0,00065	0,35	280,1
	10 часов																		
7.183-1	Банан	100	2,9	0,1	14,8	0,01	0,1	3	25	0	42	0	10	0,5	30	0	0,0001	0,1	82
	Итого за прием:	100	2,9	0,1	14,8	0,01	0,1	3	25	0	42	0	10	0,5	30	0	0,0001	0,1	82
	Обед																		
7.375/1	Кукуруза консервированная	40	0	0	11,4	0,07	0,1	3,1	34	0,7	50,5	21,2	2,2	0,9	13,6	0,0005	0	0	56,1
7.274/6	Суп крестьянский с мясом кури со сметаной	150	4,5	4,8	10,16	0,04	0,01	2,34	18	0,04	78	28,4	1,2	0,5	21,3	0,0015	0,00001	0,06	82,3
7.64-с-1	Картофельное пюре	120	3,5	6,55	13,1	0,1	0,05	3,9	49,1	0,05	60,2	19,1	3,1	0,155	26,1	0,001	0,00001	0,06	110,3
7.н191	Тефтели из мяса	60	3,9	5,1	4,65	0,01	0,02	0	25,2	0,33	49,2	38,4	2	0,3	25,3	0,002	0,00008	0,07	96,4
7.15/13/1	Напиток из вишни	150	0,075	0	12,3	0	0,1	5,2	10	0	16,1	9,2	0	0	10	0	0	0	53,3
7.н003-1	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1	0,2	9,25	0,01	0,005	0	6	0,4	3,11	43	10	0,115	11	0,005	0,00005	0,1	43,2
7.050	Хлеб пшеничный витаминизирован.	20	1,54	0,2	10,14	0,05	0,02	0	12	1,6	18,4	86	10	0,35	32	0,015	0,0001	0,2	49,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1,1	0	0	0	0	0
	Итого за обед:	565	14,515	16,85	71	0,28	0,305	14,54	154,3	3,12	275,51	245,3	28,5	3,42	139,3	0,025	0,00025	0,49	490,8
	Полдник																		
7.362	Пюре из гороха со сливочным маслом	100	2,5	3,5	5,3	0,01	0	0,8	57	1,5	77	50	0	1,4	28	0,0077	0,000025	0,01	36,2
7.298	Печенье	25	2,1	5	8,2	0,12	0,08	0,7	0	0	0	20,3	0	0	8	0	0	0	121
7.15/10/2	Напиток из шиповника	150	0,2	0,1	11,9	0	0,02	5,6	10,7	0,5	3,7	14	6,9	0,2	15,4	0,0008	0,0002	0,1	53
	Итого за полдник:	275	4,8	8,6	25,4	0,13	0,1	7,1	67,7	2	80,7	84,3	6,9	1,6	51,4	0,0085	0,000225	0,11	210,2
	Итого за день:	1311	31,515	34,95	152	0,59	0,665	33,64	337,2	7,62	559,11	524,8	61,4	7,52	300,7	0,0525	0,001225	1,05	1063,1

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 1,5-3 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"
(1,5-3 лет) 10,5 часов

18 день, неделя четвертая																			
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества (г)			Витамин (мг)					Минеральные вещества								Энергетическая ценность, ккал/сут
			Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
			г/сут	г/сут	г/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	рет экв/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	
	Завтрак																		
7.132	Макаронные изделия в молоке с маслом	150	3,5	3,5	10,95	0,06	0,057	2,125	71	0,375	70,32	41	3,2	0,95	43	0	0,0001	0,01	81
7.261	Батон витаминизированный с маслом	30/4	2,4	2,8	15,45	0,06	0,023	6,375	9	1,125	37,88	112,5	10	0,65	24	0,013	0,0001	0,3	78,3
7.030/1	Чай со сгущённым молоком	200	1,6	3,1	14,2	0,01	0,1	0,5	10	0,5	50,6	13,3	12,7	1	10	0,005	0,00025	0,15	121
	Итого за завтрак:	364	7,5	9,4	40,6	0,13	0,18	9	90	2	158,8	166,8	25,9	2,6	77	0,018	0,00045	0,46	280,3
	10 часов																		
7.031	Сок фруктовый	100	0	0	10,15	0,04	0,045	2,25	22,5	0	40	0	0,8	0,5	20	0	0	0	70
	Итого за прием:	100	0	0	10,15	0,04	0,045	2,25	22,5	0	40	0	0,8	0,5	20	0	0	0	70
	Обед																		
7.143	Салат из свеклы с чесноком	40	0,7	1,25	4,3	0	0	1,3	14	0,4	16,3	11,1	0	0,01	10,3	0	0,00005	0,005	36
4.25/2	Суп-пюре из картофеля	150	3,1	3,9	9,2	0,07	0,09	4,6	51	0,45	150,3	19	2	0,2	12,3	0,003	0,00002	0,05	69,2
7.149с-5	Тефтели рыбные в соусе	60	7	7,6	9,25	0,12	0,09	2,9	10	0,8	61	54,9	2,5	0,13	21,2	0,001	0,000435	0,005	109,9
7.337	Рис припущенный с овощами	120	1,46	3,9	13,41	0,03	0,09	0,62	31,9	0,5	44,2	15,3	1	0,485	25,4	0,001	0,000005	0,04	111,1
7.110	Компот из кураги	150	0,33	0,8	7,9	0	0	5,3	8,34	0	15	12,5	0	0,3	8,5	0	0	0	71,9
7.н003-1	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1	0,2	9,25	0,01	0,005	0	6	0,4	3,11	43	10	0,115	11	0,005	0,00005	0,1	43,2
7.050	Хлеб пшеничный витаминизирован.	20	1,54	0,2	10,14	0,05	0,02	0	12	1,6	18,4	86	10	0,35	32	0,015	0,0001	0,2	49,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1,1	0	0	0	0	0
	Итого за обед:	565	15,13	17,85	63,45	0,28	0,295	14,72	133,24	4,15	308,31	241,8	25,5	2,69	120,7	0,025	0,00066	0,4	490,5
	Полдник																		
7.19/5	Суфле творожное	100	3,5	3,22	8,49	0,04	0,03	2,29	45,8	0,9	42	49	7,4	1	26	0,01	0,000005	0,1	86,2
7.2/11/2	Соус молочный сладкий	20	1,47	1,77	11,54	0,02	0,035	1,26	23	0,2	6	7	4,3	0,56	18,5	0,002	0,00001	0,03	41,76
7.338	Йогурт питьевой	120	4	3	18,3	0,08	0,09	4,2	23	0	45	60	6	0,4	35	0,005	0	0,2	99,34
	Итого за полдник:	240	8,97	7,99	38,33	0,14	0,155	7,75	91,8	1,1	93	116	17,7	1,96	79,5	0,017	0,000015	0,33	227,3
	Итого за день:	1269	31,6	35,24	152,53	0,59	0,675	33,72	337,54	7,25	600,11	524,6	69,9	7,75	297,2	0,06	0,001125	1,19	1068,1

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 1,5-3 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"
(1,5-3 лет) 10,5 часов

19 день, неделя четвертая																			
№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества (г)			Витамин (мг)					Минеральные вещества								Энергетическая ценность, ккал/сут
			Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
			г/сут	г/сут	г/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	рет экв/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	
	Завтрак																		
7.н027	Каша гречневая молочная со сливочным маслом	150	2	4,5	21	0,106	0,087	1,595	69,1	0,37	57,6	32,9	1,4	0,3	38	0	0,000105	0,04	100,9
7.189-4	Батон витаминизированный	30	2,4	0,9	11,55	0,054	0,023	6,38	7,5	0,75	3,9	82,5	9	0,4	16,5	0,014	0,0001	0,15	85,8
7.435/4	Сыр	6	1,32	1,4	0	0	0,023	0,4	3,4	0,4	25,4	10,5	1,9	0,35	5,6	0,0000	0,00005	0,08	13,16
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	180	2,7	2,6	8	0	0,05	0,5	10	0,5	73,3	40	5,8	0,1	19	0,0005	0,00025	0,1	80
	Итого за завтрак:	366	8,42	9,4	40,55	0,16	0,183	8,875	90	2,02	160,2	165,9	18,1	1,15	79,1	0,0145	0,000505	0,37	279,86
	10 часов																		
7.346	Яблоко	100	0,4	0	9,8	0,03	0	0,8	13	1	16	0	8,4	1	0	0,01	0,0003	0,19	69,6
	Итого за прием:	100	0,4	0	9,8	0,03	0	0,8	13	1	16	0	8,4	1	0	0,01	0,0003	0,19	69,6
	Обед																		
7.425/4/2	Салат из квашеной капусты с луком	40	1	2,1	2,1	0	0	8,5	29,6	0,04	39,2	19,3	1,32	0,5	7,6	0,002	0	0,03	38,4
7.136	Борщ на мясном бульоне со сметаной	150	3,53	7,05	11,86	0,065	0	1,65	41,9	0	79,4	40,1	2,2	0,7	25,1	0,002	0,00005	0,05	95,2
7.152/6	Азу	180	7,4	6,8	22,3	0,15	0,3	0,2	58,1	1,5	133,7	63	2,6	0,8	56,3	0,005	0,00002	0,1	189,6
7.197/2	Компот из свежих яблок	150	0,26	0	15,76	0	0	5,35	10	0	6,6	15	0	0,3	8	0	0	0	75,1
7.н003-1	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1	0,2	9,25	0,01	0,005	0	6	0,4	3,11	43	10	0,115	11	0,005	0,00005	0,1	43,2
7.050	Хлеб пшеничный витаминизирован.	20	1,54	0,2	10,14	0,05	0,02	0	12	1,6	18,4	86	10	0,35	32	0,015	0,0001	0,2	49,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1,1	0	0	0	0	0
	Итого за обед:	565	14,73	16,35	71,41	0,275	0,325	15,7	157,6	3,54	280,41	266,4	26,12	3,865	140	0,029	0,00022	0,48	490,7
	Полдник																		
7.3/6/4	Омлет с зеленым горошком (запеченный)	100	6,9	8,8	26	0,125	0,085	8,3	77	1	97	93,2	7,4	1,3	81	0	0,0001	0,01	161
7.354/1	Чай с сахаром	150	0,9	0,8	4,4	0,01	0,06	0,015	0	0	46,82	0	0	0,1	0	0	0	0	49
	Итого за полдник:	250	7,8	9,6	30,4	0,135	0,145	8,315	77	1	143,82	93,2	7,4	1,4	81	0	0,0001	0,01	210
	Итого за день:	1281	31,35	35,35	152,16	0,6	0,653	33,69	337,6	7,56	600,43	525,5	60,02	7,415	300,1	0,0535	0,001125	1,05	1050,16

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ для питания детей 1,5-3 лет, включающее горячее питание
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детского сада комбинированного вида "Надежда"
(1,5-3 лет) 10,5 часов

(1,5-3 лет) 10,5 часов																			
20 день, неделя четвертая		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества (г)			Витамины (мг)					Минеральные вещества								Энергетическая ценность, ккал/сут
№ рецептуры	Наименование блюда		Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	Д	Ca	P	Mg	Fe	K	I	Se	F	
			г/сут	г/сут	г/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мкг экв/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	мг/сут	
	Завтрак																		
7.5/4/2	Каша вязкая кукурузная с маслом сливочным	150	3,4	4	11	0,1	0,007	2,125	71	0,475	70,82	42,5	3,3	0,35	46	0,001	0,0001	0,02	
7.261	Батон витаминизированный с маслом	30/4	2,4	2,8	15,45	0,06	0,023	6,375	9	1,125	37,88	112,5	10	0,65	24	0,013	0,0001	0,3	80,7
4.14/10	Какао с молоком	180	2,5	3,1	14,2	0,01	0,1	0,5	10	0,5	50,6	13,3	2,7	1	10	0,005	0,00035	0,3	78,3
	Итого за завтрак:	364	8,3	9,9	40,65	0,17	0,13	9	90	2,1	159,3	168,3	16	2	80	0,019	0,00055	0,37	121
																		0,37	280
	10 часов																		
7.031	Сок фруктовый	100	0	0	10,15	0,04	0,045	2,25	22,5	0	40	0	0,8	0,5	20	0	0	0	
	Итого за прием:	100	0	0	10,15	0,04	0,045	2,25	22,5	0	40	0	0,8	0,5	20	0	0	0	70
																		0	70
	Обед																		
7.275/3	Икра кабачковая	40	1	2,5	5,3	0,05	0,09	3,8	35,75	0,2	7,59	6,9	1,6	0,05	3,4	0	0	0	
7.н101-1	Суп картофельный с мясом птицы	150	1,2	1,6	11,4	0,04	0,13	5,2	64,6	2,3	107,8	39,7	5,2	1,3	24,1	0,003	0,0001	0,1	39,2
7.н151-2	Макаронные изделия отварные	120	3	3,2	15,6	0,05	0,02	0	11	0	31,1	12	0	0,24	43,1	0	0	0,01	72,3
7.190	Гуляш из кури	60	6,62	8,1	12,55	0,07	0,05	2,33	27,2	0,4	127,09	65,2	0,5	0,05	17,9	0,002	0,00011	0,06	112,9
7.4/10/2	Компот из кураги и изюма	150	0,4	0,9	6,9	0	0	5,4	8,4	0	15	12,5	0	0,3	8,5	0	0	0	91,2
7.н003-1	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1	0,2	9,25	0,01	0,005	0	6	0,4	3,11	43	10	0,115	11	0,005	0,00005	0,1	82,5
7.050	Хлеб пшеничный витаминизирован.	20	1,54	0,2	10,14	0,05	0,02	0	12	1,6	18,4	86	10	0,35	32	0,015	0,0001	0,2	43,2
7.044	Соль	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1,1	0	0	0	0	49,2
	Итого за обед:	565	14,76	16,7	71,14	0,27	0,315	16,73	164,95	4,9	310,09	265,3	27,3	3,505	140	0,025	0,00036	0,47	0
																		0	490,5
	Полдник																		
7.10/3/3	Морковь тушеная	100	5,9	3,5	4,4	0,005	0,05	0,01	49,2	0,01	77	57,1	9,2	1,3	37	0,0077	0,000015	0,11	
7.015/1	Вафли	25	2,1	5	14,2	0,12	0,08	0	0	0	20,3	0	0	8	0	0	0	79,3	
7.15/10/2	Напиток из шиповника	150	0,2	0,1	11,9	0	0,02	5,6	10,7	0,5	3,7	14	6,9	0,2	15,4	0,0008	0,0002	0,1	81,2
	Итого за полдник:	275	8,2	8,6	30,5	0,125	0,15	5,61	59,9	0,51	80,7	91,4	16,1	1,5	60,4	0,0085	0,000215	0,21	53
	Итого за день:	1304	31,26	35,2	152,44	0,605	0,64	33,59	337,35	7,51	590,09	525	60,2	7,505	300,4	0,0525	0,001125	1,05	213,5
																		1,05	1054

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 42050279359779253213008452138721925187139459992

Владелец Артеменко Елена Викторовна

Действителен с 28.02.2025 по 28.02.2026