



1 день, неделя первая ПОНЕДЕЛЬНИК		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества и витамины				Энергетическая ценность, ккал/сут
Номер рецептуры	Наименование блюда		Пищевые вещества			витамин С, мг/сут	
			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут		
	Завтрак						
7.8/4/2	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150,00	1,93	2,92	14,31		94,78
7.261	Батон с маслом	30/4	1,96	3,07	14,14		88,60
7.354/1	Чай с сахаром	150,00	0,00	0,00	9,08		37,91
	Итого за завтрак:	334	3,89	5,99	37,53	0,00	221,29
	Второй завтрак						
7.031-9		125					
7.033/2	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	13,75		56,25
					22,00		90,00
	Итого за прием:	125	0,00	0,00	13,75	0,00	56,25
	Обед						
7.364	Икра кабачковая или	25,00	0,50	2,25	2,35		30,50
7.5/1/4	Салат из белокачанной капусты и моркови с растительным маслом или	40,00	0,63	1,37	4,05		27,70
7.425/4/2	Салат из квашеной капусты с луком	40,00	0,69	2,43	4,64		16,01
4.27/2	Суп-шоре из разных овощей	150,00	1,64	3,00	7,92		68,85
7.4/8/2	Плов из мяса говядины или	180,00	13,52	15,44	27,67		324,32
7.162 н	Плов из филе идейки	180	13,77	7,16	14,78		261,45
7.6/10/2.	Компот из сухофруктов	150,00	0,38	0,03	13,50		58,77
7.197/2	Компот из яблок	150,00	0,50	0,50	10,10		46,32
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо	0,045	0,00	0,00	0,00	45,00	0
7.34/2/6	Гренки из ржаного хлеба	15,00	1,40	0,24	8,57		40,73
7.050	Хлеб пшеничный	20,00	1,52	0,18	10,02		46,20
7.044	Соль	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого за обед:	555	19,45	12,45	55,44	45,00	491,25
	Полдник						
7.13/5	Запеканка из творога с морковью	100,00	7,47	15,42	14,57		206,66
7.185	Повидло	15,00	0,06	0,00	11,31		37,80
7.340	Снежок	120,00	2,15	3,04	12,84		88,60
	Итого за полдник:	235	9,68	18,46	38,72	0,00	333,06
	Итого за день 10,5 часов:	1249	33,02	36,90	145,44	45,00	1101,85
	Ужин						
4.3/4	Каша гречневая	150	4,71	8,24	30,96		155,08
7.062	Хлеб пшеничный	40	2,04	0,36	20,04		92,40
7.354/1	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	7,08		30,91
	Итого за ужин:	340	6,75	8,60	58,08		278,39
	Итого за день 12 часов:	1589	39,77	45,50	203,52	45,00	1380,24

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 норматив для питания детей в дошкольных организациях
 (Методические рекомендации и технические документы)

(1,5-3лет) 10,5 часов и 12 часов

2 день, неделя первая ВТОРНИК		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества и витамины				Энергетическая ценность, ккал/сут
Номер рецептуры	Наименование блюда		Пищевые вещества			витамин С, мг/сут	
			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут		
	Завтрак						
7.5/4/2	Каша манная молочная	150	1,96	2,72	14,21		98,62
7.189-9	Батон	35	2,70	1,05	18,66		82,25
7.185/2	Повидло/ джем	5	0,02	0,00	3,37		12,75
7.067	Кофейный напиток с молоком	150	2,10	2,12	12,89		87,86
	Итого за завтрак:	340	6,78	5,89	49,12	0,00	281,48
	Второй завтрак						
3.042	Фруктовое пюре /фрукт	125/95	0,00	0,00	13,75		55,00
	Итого за прием:	125	0,00	0,00	13,75	0,00	55,00
	Обед						
7.10/1/2	Салат из моркови с растительным маслом <i>или</i>	40	0,47	2,70	5,35		43,73
7.13/1/2	<i>Салат из приущенной моркови с яблоком или</i>	40	0,45	2,72	5,05		43,09
7.130/1	<i>Салат из свежих помидор и огурцов с растительным маслом</i>	40	0,34	1,39	1,67		18,94
7.044с	Суп овощной с мясом кури	150	3,53	1,70	4,77		50,12
7.6/9/3	Запеканка картофельная фаршированная мясом кури с овощами	150	9,37	8,99	34,26		236,54
7.6/11/2	Соус сметанный	20	0,23	1,62	0,80		21,04
7.028	Компот из чернослива <i>или</i>	150	0,15	0,00	13,56		56,13
7.15/10/2	Напиток из шиповника	150	0,36	0,00	17,36	20,00	67,50
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо	0,045	0,00	0,00	0,00	25,00	0
7.н003-1	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,36		36,20
7.050	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,02		46,20
7.044	Соль	5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого за обед:	530	16,57	13,80	80,12	20,00	480,28
	Полдник						
7.43-2/3/4	Макаронные изделия отварные с сыром	110	4,38	7,98	24,14		171,25
4.12/10	Чай с молоком	150	2,85	3,05	11,45		92,34
	Итого за полдник:	260	7,23	11,025	35,585	0	263,59
	Ужин						
7.3/9/4	Рагу из мяса кур	230	10,89	16,10	12,21		280,57
7.050	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,02		46,20
7.354/1	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	7,08		30,91
	Итого за ужин:	400	12,41	16,28	29,31	0	357,68
	Итого за день:	1655	42,99	46,99	207,89	20,00	1438,03

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
(Методические рекомендации и технические документы)

(1,5-3лет) 10,5 часов и 12 часов

3 день, неделя первая СРЕДА		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества и витамины				Энергетическая ценность, ккал/сут
Номер рецептуры	Наименование блюда		Пищевые вещества			витамин С, мг/сут	
			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут		
	Завтрак						
7.14/4/2	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150,00	2,94	2,81	18,59	110,94	
7.261	Батон с маслом	30/4	2,06	3,70	14,14	88,60	
4.14/10	Какао с молоком	150	2,50	2,49	13,01	91,29	
	Итого за завтрак:	334	7,50	9,00	45,74	290,83	
	Второй завтрак						
7.031-9	Сок фруктовый	125	0,00	0,00	13,75	56,25	
7.033/2		200			22,00	90,00	
	Итого за прием:	125	0,00	0,00	1,37	56,25	
	Обед						
7.30/1/2	Салат из отварного картофеля, моркови с реп. луком с сол. огурцом <i>или</i>	40,00	0,57	5,36	6,41	74,62	
7.014-1	<i>Огурец порционный</i>	40,00	0,32	0,04	1,52	5,59	
7.101	Суп картофельный с мясом	150,00	3,72	3,18	9,92	109,08	
7.н76с	Капуста тушеная <i>или</i>	120,00	2,34	3,85	11,15	87,01	
7.50м	<i>Капуста цветная отварная с маслом</i>	120,00	3,06	2,96	6,38	65,74	
7.10/7/2	Кнели рыбные паровые (минтай) <i>или</i>	60,00	8,41	3,57	2,74	110,02	
7.9/7/2	<i>Биточки (котлеты)рыбные (минтай) или</i>	60,00	8,14	1,15	4,64	80,56	
7.н016/1	<i>Рыба с овощами в омлете</i>	180,00	23,18	12,02	6,46	276,14	
7.4/10/2	Компот из кураги и изюма	150,00	0,23	0,00	14,45	59,28	
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо	0,045	0,00	0,00	0,00	0,00	
7.н003-1	Хлеб ржаной	20,00	1,32	0,24	8,36	36,20	
7.050	Хлеб пшеничный	20,00	1,52	0,18	10,02	46,20	
7.044	Соль	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за обед:	440	15,77	12,53	51,89	435,40	
	Полдник						
7.19/5	Суфле творожное	100,00	10,31	17,08	14,03	200,60	
7.338	Йогурт питьевой <i>или</i>	120,00	6,00	3,84	10,20	102,00	
7.342	Кефир	120,00	1,97	3,09	14,17	67,20	
	Итого за полдник:	220	12,28	20,17	28,20	267,80	
	Ужин:						
7.3/9/4	Рис припущенный с овощами	100	1,97	4,42	19,99	125,59	
7.367-3	Огурец консервированный	60	0,45	0,05	1,37	7,8	
7.050	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,02	46,20	
	Кондитерское изделие	40	3,64	1,82	26,88	160,30	
7.078/1	Компот из изюма	180	0,00	0,00	16,54	67,90	
	Итого за ужин:	400	7,58	6,47	74,80	407,79	
	Итого за день:	1950	43,13	48,17	202,00	1458,07	

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
(Методические рекомендации и технические документы)

(1,5-3лет) 10,5 часов и 12 часов

4 день, неделя первая ЧЕТВЕРГ		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества и витамины				Энергетическая ценность, ккал/сут
Номер рецептуры	Наименование блюда		Пищевые вещества			витамин С, мг/сут	
			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут		
	Завтрак						
7.19/4/2	Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная) с маслом сливочным	150	2,75	5,19	14,31	105,90	
7.4/13/1	Батон с маслом с сыром	30/5/5	2,27	6,07	15,76	127,90	
7.381	Молоко	150,00	3,95	4,22	6,41	66,37	
	Итого за завтрак:	340	8,97	15,48	36,48	0,00	
	Второй завтрак						
7.79/5/1	Йогурт	125	2,80	6,00	9,70	104,00	
	Итого за прием:	125	2,80	6,00	9,70	0,00	
	Обед						
7.364	Икра кабачковая <i>или</i>	25,00	0,50	2,25	2,35	30,50	
4.6/1	Салат из капусты с луком и растительным маслом <i>или</i>	40	0,64	2,70	4,54	41,65	
7.425/4/2	<i>Салат из квашеной капусты с луком или</i>	40	0,69	2,43	4,64	40,03	
7.14/1/4	<i>Салат из свежих огурцов с растительным маслом</i>	40	0,28	1,36	1,45	17,44	
7.19/2/3	Суп картофельный с рыбой (минтай) <i>или</i>	150	5,43	3,08	10,97	108,33	
7.н161	<i>Суп рыбный (рыбная консерва) или</i>	150	5,97	2,09	10,49	89,55	
7.30/2/3-1	<i>Уха рыбацкая (горбуша)</i>	150	6,47	3,23	8,27	94,55	
7.142	Каша перловая <i>или</i>	100	2,28	2,43	17,46	105,64	
7.368	<i>Греча с овощами</i>	100	2,90	3,77	18,15	115,45	
7.11/8/3	<i>Гуляш из мяса говядины или</i>	60	8,82	8,97	2,78	140,70	
7.11/8/1-1	<i>Гуляш из мяса свинины или</i>	60	11,25	11,54	3,72	181,06	
7.н163	<i>Котлета из мяса говядины</i>	60	9,32	8,17	2,80	134,53	
7.6/11/2	Соус сметанный	20	0,23	1,62	0,80	21,04	
7.248	Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	0,00	0,00	19,10	20,00	
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо	0,045	0,00	0,00	0,00	25,00	
7.н003-1	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,36		
7.050	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,02		
7.044	Соль	5	0,00	0,00	0,00	0,00	
	Итого за обед:	540	21,05	15,81	72,76	20,00	
	Полдник						
7.16/3/3	Свекла тушеная в сметанном соусе <i>или</i>	100	1,68	2,43	11,68	71,87	
4.17/3	<i>Свекла тушеная с яблоками</i>	100	1,13	5,94	10,19	91,88	
7.354/1	Чай с сахаром	150,00	0,00	0,00	9,08	37,91	
	Кондитерское изделие	30	0,90	0,60	8,70	41,10	
	Итого за полдник:	280	2,03	6,54	27,97	0,00	
	Ужин						
7.н151-2	Макаронные изделия отварные	150	3,93	2,32	27,29	154,75	
7.328	Яйцо вареное	55	0,24	0,21	0,02	3,14	
7.062	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,04	92,40	
7.10/10	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,08	37,90	
	Итого за ужин:	445	7,21	2,885	56,425	0	
	Итого за день:	1730	42,05	46,71	203,33	20,00	

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

(Методические рекомендации и технические документы) **(1,5-3лет) 10,5 часов и 12 часов**

5 день, неделя первая ПЯТНИЦА		Вес блюда, грамм	(12:00-13:00), 13:00-14:00, 14:00-15:00, 15:00-16:00, 16:00-17:00, 17:00-18:00, 18:00-19:00, 19:00-20:00, 20:00-21:00, 21:00-22:00, 22:00-23:00, 23:00-24:00)				Энергетическая ценность, ккал/сут
Номер рецептуры	Наименование блюда		Пищевые вещества и витамины				
			Пищевые вещества			витамин С, мг/сут	
			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут		
	Завтрак						
7.7/4/2	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150,00	3,08	3,43	12,78		104,69
7.261	Батон с маслом	30/4	2,06	3,70	11,14		78,60
7.067	Кофейный напиток с молоком	150	2,10	2,12	12,89		78,64
	Итого за завтрак:	334	7,24	9,25	36,81	0,00	261,93
	Второй завтрак						
7.031-9	Сок фруктовый	125	0,00	0,00	13,75		56,25
	Итого за прием:	125	0,00	0,00	13,75	0,00	56,25
	Обед						
7.1/110	Салат яичный с соленым огурцом и зеленым горошком <i>или</i>	45	3,82	4,38	0,86		54,39
7.098/2	<i>Помидор порционный</i>	40	0,52	0,09	2,36		10,86
7.47с/6	Суп- лапша с мясом кури со сметаной	150	5,58	7,94	8,40		68,22
7.63с/1	Картофель отварной <i>или</i>	120	1,98	2,75	20,05		121,21
7.180-2	<i>Рагу из овощей или</i>	110	1,96	3,98	7,24		82,59
7.66с	<i>Розовое пюре(картофельное пюре с морковью)</i>	120	1,98	2,93	16,80		108,10
7.н191	Тефтели из мяса говядины	60	6,70	8,38	4,21		141,86
7.5/10/2	Компот из чернослива с изюмом <i>или</i>	150	0,24	0,00	17,57		72,29
7.197/2	Компот из яблок	150	0,30	0,30	8,02		41,60
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо	0,045	0,00	0,00	0,00	25,00	0,00
7.н003-1	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,36		36,20
7.050	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,02		46,20
7.044	Соль	5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого за обед:	555	21,20	25,40	47,11	0,00	471,05
	Полдник:						
7.103/4	Манник	68	7,55	9,37	39,09		282,11
7.15/10/2	Напиток из шиповника	150	0,36	0,00	16,36	20,00	67,50
3.042	Фруктовое пюре или фрукт	125	0,00	0,00	13,75		55,00
	Итого за полдник:	343	7,91	9,37	69,20	20,00	404,61
	Ужин						
7.362-1	Пюре из гороха со сливочным маслом	120	3,44	3,00	11,19		104,24
7.050	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,02		46,20
7.078/1	Компот из изюма	180	0,00	0,00	16,54		67,90
	Кондитерское изделие	30	0,90	0,60	8,70		41,10
	Итого за ужин:	350	5,86	3,78	46,45	0,00	259,44
	Итого за день:	1707	42,21	47,79	213,31	20,00	1453,28

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
 (Методические рекомендации и технические документы)

(1,5-3лет) 10,5 часов и 12 часов

6 день, неделя первая СУББОТА		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества и витамины				Энергетическая ценность, ккал/сут
Номер рецептуры	Наименование блюда		Пищевые вещества			витамин С, мг/сут	
			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут		
	Завтрак						
7.15/4/2	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	150,00	5,22	6,16	16,15		145,74
7.261	Батон с маслом	30/4	3,60	3,70	14,14		88,60
7.354/1	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	9,08		37,91
	Итого за завтрак:	334	8,82	9,86	39,37	0,00	272,25
	Второй завтрак						
3.042	Фруктовое пюре/фрукт	125/95	0,00	0,00	13,75		55,00
	Итого за прием:	125	0,00	0,00	13,75	0,00	55,00
	Обед						
7.014-1	<i>Огурец порционный</i>	40,00	0,32	1,40	1,52		15,90
7.136	Борщ со сметаной (без мяса) <i>или</i>	150,00	1,31	6,41	9,08		74,62
7.258	<i>Свекольник со сметаной (без мяса)</i>	150,00	1,37	6,87	12,35		78,68
7.н151-2	Макаронные изделия отварные	120,00	3,03	2,32	25,29		128,93
7.8/8/2	Бефстроганов из отварного мяса говядины <i>или</i>	60,00	9,78	9,33	4,73		172,66
7.197/2	Компот из яблок	150,00	0,50	0,50	10,10	20,00	46,32
7.н003-1	Хлеб ржаной	20,00	1,32	0,24	8,36		36,20
7.050	Хлеб пшеничный	20,00	1,52	0,18	10,02		46,20
7.044	Соль	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого за обед:	560	17,84	20,84	72,37	20,00	524,89
	Полдник						
7.038/1	Омлет натуральный <i>или</i>	100,00	8,96	11,02	2,17		130,61
7.4/6/3	<i>Омлет картофельный запеченный или</i>	100,00	8,42	6,81	8,32		137,74
7.167/1	<i>Омлет с сыром</i>	100,00	10,90	12,96	1,97		188,15
7.12/10/2	Чай с молоком	150,00	1,38	1,48	9,52		61,30
	Итого за полдник:	250	9,80	8,29	17,84	0,00	189,04
	Ужин						
7.18/3/1	Рагу из овощей	180	3,36	6,52	37,78		181,50
7.062	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,02		46,20
7.10/10	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,08		37,90
	Кондитерское изделие	30	0,90	0,60	8,70		41,10
	Итого за ужин:	430	5,78	7,30	65,58	0,00	306,70
	Итого за день:	1699	42,24	46,29	208,91	20,00	1347,88

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 норматив для питания детей в дошкольных организациях

(Методические рекомендации и технические документы) **(1,5-3лет) 10,5 часов и 12 часов**

7 день, неделя вторая ПОНЕДЕЛЬНИК		Вес блюда, грамм	(11,3-20,1 г) 10,5 часов и 12 часов				Энергетическая ценность, ккал/сут
Номер рецептуры	Наименование блюда		Пищевые вещества и витамины				
			Пищевые вещества			витамин С, мг/сут	
			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут		
	Завтрак						
7.н119с-1	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150,00	4,48	5,48	17,30		151,82
7.261	Батон с маслом	30/4	2,06	3,70	14,14		88,60
7.12/10/2	Чай с молоком	150,00	1,38	1,48	9,52		61,30
	Итого за завтрак:	334	7,92	10,66	40,96	0,00	301,72
	Второй завтрак						
7.031-9	Сок фруктовый	125	0,00	0,00	13,75		56,25
	Итого за прием:	125	0,00	0,00	13,75	0,00	56,25
	Обед						
7.32/1/7	Салат из отварного картофеля с зел. горошком с раст. маслом <i>или</i>	40,00	0,96	2,04	5,72		65,06
7.017/2	Зеленый горошек	45,00	1,29	0,08	2,32		17,66
7.037с	Рассольник "Ленинградский" с мясом со сметаной	150,00	2,47	4,20	15,47		102,28
7.061/2	Бигус с мясом <i>или</i>	180,00	5,87	8,09	13,08		170,66
7.н39/8	Запеканка капустная с мясом говядины <i>или</i>	150,00	16,97	15,14	12,71		272,15
7.243/	Голубцы ленивые в молочном соусе	180,00	12,64	11,84	12,96		220,92
7.020	Соус молочный	20,00	0,48	1,00	1,39		18,26
7.078	Компот из изюма	150,00	0,14	0,00	13,79		56,61
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо	0,045	0,00	0,00	0,00	45,00	0,00
7.н003-1	Хлеб ржаной	20,00	1,32	0,24	8,36		36,20
7.050	Хлеб пшеничный	20,00	1,52	0,18	10,02		46,20
7.044	Соль	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого за обед:	560	12,28	14,75	66,44	45,00	477,01
	Полдник						
7.н039-5	Запеканка творожная <i>или</i>	100,00	13,83	14,83	19,36		268,90
7.077/1	Сырники из творога	110,00	13,91	16,93	19,00		316,45
7.185	Повидло	15,00	0,06	0,00	13,31		37,80
7.340	Снежок	120,00	3,12	3,84	13,08		99,60
	Итого за полдник:	235	17,01	18,67	45,75		406,30
	Ужин						
7.253	Рис в молоке с сливочным маслом	150	2,25	2,76	7,78		70,32
7.062	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,04		92,40
7.10/10	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,08		37,90
	Итого за ужин:	390	5,29	3,12	36,90	0,00	200,62
	Итого за день:	1644	42,50	47,20	203,80	45,00	1441,90

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
 (Методические рекомендации и технические документы)

(1,5-3лет) 10,5 часов и 12 часов

8 день, неделя вторая ВТОРНИК		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества и витамины				Энергетическая ценность, ккал/сут
Номер рецептуры	Наименование блюда		Пищевые вещества			витамин С, мг/сут	
			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут		
	Завтрак						
7.132	Макаронные изделия в молоке с маслом	150,00	2,49	3,04	8,88		79,52
7.4/13/1	Батон с маслом с сыром	30/5/5	4,27	6,07	16,76		127,90
4.14/10	Какао с молоком	150	2,50	2,49	13,01		91,29
	Итого за завтрак:	340	9,26	11,60	38,65	0,00	298,71
	Второй завтрак						
7.031-9	Сок фруктовый	125	0,00	0,00	13,75		56,25
	Итого за прием:	125	0,00	0,00	13,75	0,00	56,25
	Обед						
7.133	Салат из свеклы с соленым огурцом <i>или</i>	40,00	0,54	0,92	3,74		24,00
7.143	<i>Салат из свеклы с чесноком или</i>	40,00	0,58	1,21	4,31		28,89
7.239	<i>Салат из свеклы с черносливом или</i>	40,00	0,63	1,44	6,82		41,46
7.7/1/4	<i>Салат из свежих огурцов с капустой</i>	40,00	0,49	2,03	2,03		25,97
7.274/6	Суп крестьянский с мясом кури со сметаной	150,00	5,55	7,82	8,48		86,21
7.152	<i>Азу или</i>	180,00	10,79	10,35	15,23		213,89
7.н070-1	<i>Жаркое по-домашнему или</i>	180,00	6,54	7,18	9,66		140,72
7.4/133	<i>Рагу из филе индейки</i>	180,00	12,12	14,88	12,04		187,42
7.110	Компот из кураги	150,00	0,44	0,00	14,49		62,75
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо	0,045	0,00	0,00	0,00	45,00	0,00
7.н003-1	Хлеб ржаной	20,00	1,32	0,24	8,36		36,20
7.050	Хлеб пшеничный	20,00	1,52	0,18	10,02		46,20
7.044	Соль	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого за обед:	560	21,49	24,04	57,13	45,00	442,77
	Полдник						
7.38/3	Запеканка морковная <i>или</i>	100,00	1,39	4,60	10,48		97,65
7.10/3/3	<i>Морковь тушеная</i>	100,00	2,07	3,72	8,48		90,75
7.351	Сгущенное молоко	20,00	1,47	1,74	11,47		65,54
7.354/1	Чай с сахаром	150,00	0,00	0,00	9,08		37,91
3.042	Фруктовое пюре/фрукт	125/95	0,00	0,00	13,75		55,00
	Кондитерское изделие	30,00	0,90	0,60	8,35		41,10
	Итого за полдник:	395	4,44	6,06	51,13	0,00	290,30
	Ужин						
7.10/4	Каша перловая	180	5,49	6,08	31,17		250,10
7.050	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,02		46,20
7.10/10	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,08		37,90
	Итого за ужин:	400	7,01	6,26	50,27	0,00	334,20
	Итого за день:	1820	42,20	47,96	210,93	45,00	1422,23

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
 (Методические рекомендации и технические документы)

(1,5-3лет) 10,5 часов и 12 часов

9 день, неделя вторая СРЕДА		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества и витамины				Энергетическая ценность, ккал/сут
Номер рецептуры	Наименование блюда		Пищевые вещества			витамин С, мг/сут	
			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут		
	Завтрак						
7.н027	Каша из гречи и геркулеса молочная со сливочным маслом "Дружба3" <i>или</i>	150,00	2,90	3,73	11,88		95,91
7.2/4/2	<i>Каша гречневая молочная с маслом</i>	150,00	3,09	3,14	16,08		105,14
7.261	Батон с маслом	30/4	2,06	3,70	14,14		88,60
7.381	Молоко <i>или</i>	150,00	3,95	4,22	6,41		88,37
7.030/1	Чай со сгущенным молоком	150	0,13	0,15	12,01		71,58
	Итого за завтрак:	334	8,91	11,65	32,43	0,00	272,88
	Второй завтрак						
7.031-9	Сок фруктовый	125	0,00	0,00	13,75		56,25
	Итого за прием:	125	0,00	0,00	13,75	0,00	56,25
	Обед						
7.29/1/2	Салат из отв.картоф.,моркови,свеклы с реп.луком,сол.огурцом <i>или</i>	40,00	0,58	4,59	4,39		104,87
7.15/1/4	<i>Салат из свежих помидор</i>	40,00	0,41	1,40	1,95		20,81
7.137	Щи с мясом со сметаной	150,00	3,03	4,02	5,51		73,95
7.337	Рис припущенный с овощами	120,00	2,05	2,58	18,69		109,38
7.355	Биточки рыбные(горбуша) <i>или</i>	60,00	11,30	4,59	5,39		117,66
7.5/7/2	<i>Горбуша жареная или</i>	60,00	10,43	1,89	1,91		93,93
7.6/7/4	<i>Рыба запеченная в молочном соусе</i>	60,00	8,51	2,93	2,39		114,80
7.6/10/2,	Компот из сухофруктов <i>или</i>	150,00	0,21	0,00	14,21		58,37
7.197/2	Компот из яблок	150,00	0,50	0,50	11,10		46,32
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо	0,045	0,00	0,00	0,00	45,00	0,00
7.н003-1	Хлеб ржаной	20,00	1,32	0,24	8,36		36,20
7.050	Хлеб пшеничный	20,00	1,52	0,18	10,02		46,20
7.044	Соль	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого за обед:	560	17,51	15,04	60,46	45,00	531,72
	Полдник						
7.н040/4	Пудинг творожный с изюмом запеченый	100,00	7,75	12,91	12,44		268,10
7.338	Йогурт питьевой <i>или</i>	120,00	6,00	3,84	10,20		102,00
7.342	Кефир	120,00	3,60	3,89	39,20		47,20
	Итого за полдник:	220	11,35	16,80	51,64	0,00	315,30
	Ужин						
8.1/3/2	Картофель отварной	140	2,67	3,56	18,32		134,54
7.367-3	Огурец консервированный	60	0,45	0,05	1,37		7,8
7.050	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,02		46,20
7.078/1	Компот из изюма	180	0,14	0,00	16,54		67,93
	Итого за ужин:	400	4,78	3,79	46,25	0,00	256,47
	Итого за день:	1639	42,55	47,28	204,53	45,00	1432,62

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
 (Методические рекомендации и технические документы)

(1,5-3лет) 10,5 часов и 12 часов

10 день, неделя вторая ЧЕТВЕРГ		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества и витамины				Энергетическая ценность, ккал/ сут
Номер рецептуры	Наименование блюда		Пищевые вещества			витамин С, мг/сут	
			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут		
	Завтрак						
7.15/4/2	Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	150,00	3,22	3,16	16,15		115,74
7.189-9	Батон	35,00	2,70	1,05	18,66		82,25
7.185/2	Повидло/ джем	5,00	0,02	0,00	3,37		12,75
7.067	Кофейный напиток с молоком	150	2,10	2,12	12,89		87,86
	Итого за завтрак:	340	8,04	6,33	51,06	0,00	298,60
	Второй завтрак						
3.042	Фруктовое пюре/фрукт	125/95	0,00	0,00	13,75		55,00
	Итого за прием:	125	0,00	0,00	13,75	0,00	55,00
	Обед						
7.416	Салат из морской капусты <i>или</i>	40,00	2,03	11,35	6,42		157,64
7.19/1/2	<i>Салат из морской капусты и моркови с яйцом и раст. маслом или</i>	40,00	1,00	6,08	2,76		67,66
7.014-1	<i>Огурец порционный</i>	40,00	0,32	0,04	1,52		5,59
7.136	Борщ со сметаной (без мяса) <i>или</i>	150,00	1,31	3,41	9,08		74,62
7.258	<i>Свекольник со сметаной (без мяса)</i>	150,00	1,37	3,33	10,34		78,68
7.н151-2	Макаронные изделия отварные	120,00	3,03	2,32	25,29		138,93
7.8/8/2	Бефстроганов из отварного мяса говядины <i>или</i>	60,00	9,78	9,33	4,73		162,66
7.9/8/4	<i>Печень по-строгановски или</i>	70,00	9,31	10,83	1,91		158,74
7.234	<i>Шницель из мяса говядины</i>	60,00	10,24	9,35	3,56		153,84
7.4/10/4	Компот из кураги и изюма	150,00	0,19	0,00	7,01		28,66
7.500	Аскорбиновая кислота в третье блюдо	0,045	0,00	0,00	0,00	45,00	0,00
7.н003-1	Хлеб ржаной	20,00	1,32	0,24	8,36		36,20
7.050	Хлеб пшеничный	20,00	1,52	0,18	10,02		46,20
7.044	Соль	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого за обед:	560	19,64	26,85	69,74	45,00	636,09
	Полдник						
7.038/1	Омлет натуральный <i>или</i>	100,00	8,96	11,02	2,17		130,61
7.4/6/3	<i>Омлет картофельный запеченный или</i>	100,00	8,42	6,81	8,32		127,74
7.167/1	<i>Омлет с сыром</i>	100,00	10,90	12,96	1,97		188,15
7.12/10/2	Чай с молоком	150,00	1,38	1,48	9,52		61,30
	Итого за полдник:	250	9,80	8,29	17,84	0,00	189,04
	Ужин						
7.180-2	Рагу из овощей	180	3,36	6,52	37,78		171,50
7.050	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,02		46,20
7.10/10	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,08		37,90
	Итого за ужин:	400	4,88	6,70	56,88	0,00	255,60
	Итого за день:	1675	42,36	48,16	209,27	45,00	1434,33

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 норматив для питания детей в дошкольных организациях
(Методические рекомендации и технические документы) (1,5-3лет) 10,5 часов и 12 часов

11 день, неделя вторая ПЯТНИЦА		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества и витамины				Энергетическая ценность, ккал/сут
Номер рецептуры	Наименование блюда		Пищевые вещества			витамин С, мг/сут	
			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут		
	Завтрак						
7.16/4/2	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	150	2,47	3,22	12,10		94,89
7.4/13/1	Батон с маслом с сыром	30/5/5	2,27	6,07	15,76		127,90
7.354/1	Чай с сахаром	150,00	0,00	0,00	9,08		37,91
	Итого за завтрак:	340	4,74	9,29	36,94	0,00	260,70
	Второй завтрак						
7.031-9	Сок фруктовый	125	0,00	0,00	13,75		56,25
7.033/2		200			22,00		90,00
	Итого за прием:	125	0,00	0,00	13,75	0,00	56,25
	Обед						
7.364/1	Икра из баклажанов <i>или</i>	25	0,30	2,25	1,88		29,75
7.425/1	<i>Салат из капусты со сладкой кукурузой</i>	40	0,79	2,09	5,39		41,15
7.55с-2	Суп геркулесовый с мясом <i>или</i>	150	4,53	4,31	9,75		100,25
7.н086	<i>Суп гороховый</i>	150	3,90	3,71	10,58		105,60
7.34/2/6	Гренки из ржаного хлеба	15	1,40	0,24	8,57		40,73
7.3/3/4	Картофельное пюре <i>или</i>	120	2,75	3,38	14,50		127,69
7.66с	<i>Розовое пюре(картофельное пюре с морковью)</i>	120	1,93	2,44	14,00		90,08
7.019	Биточки куринные <i>(кура) или</i>	60	8,48	10,77	4,74		145,69
7.5/9/4	Биточки куринные <i>(филе куры) или</i>	60	8,48	10,77	4,74		145,69
7.114	<i>Котлета куриная из мяса куры или</i>	60	8,36	8,80	3,71		141,16
7.190	<i>Гуляш из мяса кур</i>	60	5,43	5,93	1,75		90,86
7.078	Компот из изюма	150,00	0,14	0,00	13,79		56,61
7.248	Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	0,00	0,00	19,10	25,00	82,91
7.050	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,02		46,20
7.044	Соль	5	0,00	0,00	0,00		0,00
	Итого за обед:	540	17,44	20,12	64,32	25,00	549,23
	Полдник						
3.8/14	Сдоба в ассортименте	80	4,00	11,00	32,80		200,00
7.1235/1	Турбинка песочная						
7.1241/3	Пирожное песочное Березка						
7.307-4	Пряник						
7.15/10/2	Напиток из шиповника	150	0,36	0,00	16,36	20,00	67,50
3.042	Фруктовое пюре/фрукт	125/95	0,00	0,00	13,75		55,00
	Итого за полдник:	325	4,36	11,00	62,91	20,00	322,50
	Ужин						
7.н350	Бигус с мясом куры	180	14,00	6,00	11,00		165,92
7.050	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,02		46,20
7.10/10	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,08		37,90
	Итого за ужин:	400	15,52	6,18	30,1	0	250,02

	Итого за день:	1730	42,06	46,59	208,02	45,00	1438,70
--	----------------	------	-------	-------	--------	-------	---------

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 норматив для питания детей в дошкольных организациях
(Методические рекомендации и технические документы) **(1,5-3лет) 10,5 часов и 12 часов**

12 день, неделя первая СУББОТА		Вес блюда, грамм	Пищевые вещества и витамины				Энергетическая ценность, ккал/сут
Номер рецептуры	Наименование блюда		Пищевые вещества			витамин С, мг/сут	
			Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут		
	Завтрак						
7.19/4/2	Каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная) с маслом сливочным	150	2,75	3,19	14,31		155,90
7.261	Батон с маслом	30/4	2,06	3,70	14,14		88,60
7.354/1	Чай с сахаром	150,00	0,00	0,00	9,08		37,91
	Итого за завтрак:	340	4,81	6,89	37,53	0,00	282,41
	Второй завтрак						
7.008	Яблоко	100	0,35	0,35	10,38		39,60
	Итого за прием:	100	0,35	0,35	10,38	0,00	39,60
	Обед						
7.043с-2	<u>Суп овощной вегетарианский</u>	200	2,00	6,00	10,00		63,82
7.142	Каша перловая или	100	2,28	2,43	17,46		105,64
7.368	<i>Греча с овощами</i>	100	4,90	3,77	17,15		115,45
7.11/8/3	Гуляш из мяса говядины или	60	16,82	10,97	2,78		140,70
7.11/8/1-1	<i>Гуляш из мяса свинины или</i>	60	16,87	12,54	3,72		181,06
7.248	Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	0,00	0,00	19,10	20,00	82,91
7.н003-1	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,36		36,20
7.050	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,02		46,20
7.044	Соль	5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого за обед:	550	26,61	22,73	68,35	20,00	525,64
	Полдник						
7.16/3/3	Свекла тушеная в сметанном соусе или	100	1,68	2,43	11,68		71,87
4.17/3	<i>Свекла тушеная с яблоками</i>	100	1,92	5,94	11,19		148,88
7.354/1	Чай с сахаром	150,00	0,00	0,00	9,08		37,91
	Итого за полдник:	280	2,82	6,54	28,97	0,00	227,89
	Ужин:						
7.3/9/4	Рис припущенный с овощами	130	3,95	5,75	23,39		163,27
4.6/1	Салат из капусты с луком и растительным маслом	60	1,96	4,05	6,81		62,47
7.050	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,02		46,20
7.354/1	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	9,08		37,91
	Кондитерское изделие	30	0,90	0,60	8,70		41,10
	Итого за ужин:	390	8,33	10,58	58,00	0,00	350,95
	Итого за день:	1660	42,92	47,09	203,22	20,00	1426,48
	Среднее значение за период:	1708	42,25	47,14	206,56	20,00	1422,81

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 646116746743375933883833707902081325236681597607

Владелец Артеменко Елена Викторовна

Действителен с 01.03.2023 по 29.02.2024