СОГЛАСОВАНО: УТВЕРЖДАЮ: Главный государственный санитарный врач Заведующий МБДОУ

Киевского, Калининского, Куйбышевского «ЯСЛИ-САД № \_46\_\_ Г. ДОНЕЦКА»

районов города Донецка \_\_\_\_\_\_\_\_Н.Б. Кулаковская

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

А.В.Гончаренко

**Примерное двухнедельное меню для организации питания детей на зимне-весенний период 2023 – 2024 учебного года**

(трехразовое питание)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Номер****рецептуры****\*****(стр)** | **Наименование****блюда согласно****рецептуре** | **Выход блюда для разных возрастных категорий детей** | **Химический состав блюд** | **Энерго-****ценность****ккал** | Распределениееды по калорийности в течениедня (%) |
| Ясли | Сад | белки | жиры | углеводы |  |  |
| **А** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** |
| ***Первая неделя*** |
| **ПОНЕДЕЛЬНИК** |
|  **Завтрак** |
| 507 | Каша пшеничная вязкая | 110 | 160 | 3,66 | 5,57 | 1,85 | 4,23 | 22,66 | 34,35 | 123,78 | 200,57 | Х | Х |
|  | Овощи консервированные | 40 | 50 | 0,32 | 0,4 | 0,04 | 0,05 | 0,92 | 1,15 | 5,2 | 6,5 | Х | Х |
| 496 | Яйцо отварное | 20 | 40 | 2,54 | 5,08 | 2,3 | 4,6 | 0,14 | 0,28 | 31,4 | 62,8 |  |  |
| 513 | Чай с лимоном | 150/5 | 180/6 | 0,05 | 0,05 | 0,01 | 0,01 | 15,12 | 18,14 | 58,55 | 70,26 | Х | Х |
|  | Хлеб | 20 | 40 | 2,54 | 3,04 | 0,18 | 0,36 | 9,38 | 18,76 | 46,2 | 92,4 | Х | Х |
| **Итог** \*\* | **Х** | **Х** | **Х** | **9,11** | **14,14** | **4,38** | **9,25** | **48,22** | **72,68** | **265,13** | **432,53** | 26,6 | 35,58 |
|  **Обед** |
| 361 | Борщ украинский | 200 | 250 | 2,7 | 3,48 | 2,34 | 3,73 | 12,52 | 17,06 | 81,39 | 114,7 | Х | Х |
| 401 | Биточки рубленные из куриного мяса | 55 | 80 | 5,27 | 7,67 | 5,39 | 7,95 | 3,42 | 5,09 | 83,42 | 123,33 | Х | Х |
| 500 | Картофель отварной с маслом сливочным  | 110 | 150 | 2,22 | 3 | 2,62 | 2,77 | 17,81 | 24,16 | 107,04 | 138,24 | Х | Х |
| 439 | Сок фруктовый | 12 | 180 | 0,48 | 0,72 | 0 | 0 | 13,68 | 20,52 | 55,2 | 82,8 | X | X |
|  | Хлеб | 20 | 30 | 1,52 | 2,28 | 0,18 | 0,27 | 9,38 | 14,07 | 46,2 | 69,3 | Х | Х |
| **Итог** \*\* | **Х** | **Х** | **Х** | **12,19** | **17,2** | **10,5** | **14,72** | **56,81** | **80,9** | **373,25** | **528,37** | 28,22 | 29,45 |
|  **Ужин** |
| 412 | Вареники ленивые со сметаной | 110/6 | 130/13 | 17,67 | 22,9 | 11,2 | 15,67 | 17,97 | 22,37 | 240,39 | 317,72 | Х | Х |
| 440 | Банан (фрукты) | 54 | 100 | 0,81 | 1,5 | 0,27 | 0,5 | 11,34 | 21,0 | 51,84 | 96,0 | Х | Х |
| 513 | Кофейный напиток с молоком | 160 | 180 | 3,92 | 4,418 | 3,5 | 4 | 18,56 | 22,49 | 118,28 | 140,05 | Х | Х |
| **Итог**  | **Х** | **X** | **X** | **22,4** | **28,88** | **15** | **20,17** | **47,87** | **65,86** | **410,51** | **553,77** | **26,34** | **26,35** |
| **Всего**  | Х | X | X | **43,7** | **60,2** | **29,9** | **44,14** | **152,9** | **219,4** | **1148,89** | **1614,67** | Х | Х |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Номер****рецептуры****\*****(стр)** | **Наименование****блюда согласно****рецептуре** | **Выход блюда для разных возрастных категорий детей** | **Химический состав блюд** | **Энерго-****ценность****ккал** | Распределениееды по калорийности в течениедня (%) |
| Ясли | Сад | белки | жиры | углеводы |  |  |
| **А** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** |
| ***Первая неделя*** |
| **ВТОРНИК** |
|  **Завтрак** |
| 382 | Суп молочный вермишелевый | 150 | 200 | 5,75 | 78,67 | 5,79 | 7,96 | 26,37 | 35,5 | 180,33 | 243,9 | Х | Х |
|  | Кондитерские изделия (печенье, карамель, вафли) | 15 | 25 | 1,25 | 2,08 | 1,32 | 2,2 | 11,34 | 18,9 | 62,7 | 104,5 | Х | Х |
| 513 | Чай с молоком | 150 | 200 | 2,1 | 2,8 | 1,88 | 2,5 | 14,97 | 17,96 | 56,85 | 68,22 |  |  |
| **Итог** \*\* | **Х** | **Х** | **Х** | **9,1** | **12,55** | **8,99** | **12,66** | **52,68** | **72,36** | **299,88** | **416,62** | **43,74** | **40,29** |
|  **Обед** |
| 370 | Суп овощной | 200 | 250 | 2,1 | 3,01 | 2,25 | 3,66 | 10,48 | 14,91 | 69,35 | 102,95 | Х | Х |
| 506 | Каша рисовая рассыпчатая | 100 | 150 | 2,57 | 3,86 | 3,26 | 4,89 | 25,89 | 38,82 | 145,25 | 217,88 | Х | Х |
| 394 | Гуляш из куриного мяса | 50 | 80 | 6,97 | 11,55 | 10,09 | 16,27 | 2,87 | 4,43 | 128,98 | 208,39 | Х | Х |
| 500 | Икра свекольная | 50 | 60 | 0,64 | 0,78 | 1,04 | 2,05 | 4,29 | 5,19 | 27,0 | 39,75 | X | X |
| 516 | Компот из сухофруктов | 150 | 180 | 0,42 | 0,49 | 0 | 0 | 26,07 | 29,67 | 97,85 | 113,22 | Х | Х |
|  | хлеб | 30 | 40 | 2,28 | 3,04 | 0,027 | 0,36 | 14,07 | 18,76 | 69,3 | 92,4 | Х | Х |
| **Итог**  | **Х** | **Х** | **Х** | **14,98** | **22,73** | **16,667** | **27,23** | **83,67** | **111,8** | **537,73** | **774,59** | **34,9** | **32** |
|  **Ужин** |
| 497 | Рагу овощное | 125 | 150 | 2,25 | 2,65 | 3,4 | 5,17 | 12,2 | 14,49 | 86,41 | 112,86 | Х | Х |
| 492 | Тефтеля рыбная | 45 | 90 | 6,06 | 11,98 | 2,08 | 4,89 | 3,31 | 6,96 | 56,09 | 119,41 | Х | Х |
| 513 | Кофейный напиток с молоком | 160 | 180 | 3,92 | 4,48 | 3,5 | 4 | 18,56 | 22,49 | 118,28 | 140,05 | Х | Х |
|  | хлеб | 20 | 30 | 1,52 | 2,28 | 0,18 | 0,27 | 9,38 | 14,07 | 46,2 | 69,3 | Х | Х |
| **Итог**  | **Х** | **X** | **X** | 13,75 | 21,39 | 9,16 | 14,33 | 43,45 | 58,01 | 306,98 | 441,62 | Х | Х |
| **Всего**  | Х | X | X | **37,83** | **56,67** | **34,817** | **54,22** | **179,8** | **242,2** | **1144,59** | **1632,83** | **20,62** | **22,77** |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Номер****рецептуры****\*****(стр)** | **Наименование****блюда согласно****рецептуре** | **Выход блюда для разных возрастных категорий детей** | **Химический состав блюд** | **Энерго-****ценность****ккал** | Распределениееды по калорийности в течениедня (%) |
| Ясли | Сад | белки | жиры | углеводы |  |  |
| **А** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** |
| ***Первая неделя*** |
| **СРЕДА** |
|  **Завтрак** |
| 506 | Макароны с твердым сыром | 105/12 | 130/19 | 6,2 | 9,64 | 5,03 | 9,69 | 24,45 | 34,95 | 170,78 | 269,97 | Х | Х |
|  | Икра кабачковая промышленного производства | 50 | 70 | 0,5 | 0,7 | 3,5 | 4,9 | 50 | 70 | 47,5 | 66,5 | Х | Х |
| 513 | Чай с лимоном | 150/5 | 180/6 | 0,05 | 0,05 | 0,01 | 0,01 | 15,12 | 18,14 | 58,55 | 70,26 | Х | Х |
|  | Хлеб  | 25 | 30 | 1,9 | 2,28 | 0,02 | 0,27 | 11,72 | 14,07 | 57,25 | 69,3 | Х | Х |
| **Итог** \*\* | **Х** | **Х** | **Х** | **8,65** | **12,67** | **8,56** | **14,87** | **101,29** | **137,16** | **334,08** | **476,03** | **27,69** | **28,28** |
|  **Обед** |
| 372 | Суп харчо | 200 | 250 | 1,8 | 2,67 | 2,28 | 3,72 | 12,75 | 19,62 | 79,4 | 123 | Х | Х |
| 402 | Оладьи куриные | 70 | 105 | 10,05 | 15,99 | 13,49 | 21,19 | 5,64 | 8,14 | 183,89 | 268,89 | Х | Х |
| 415  | Картофель отварной целый | 75 | 110 | 2,07 | 2,68 | 1,86 | 2,34 | 16,65 | 21,62 | 94,83 | 122,53 | Х | Х |
| 501 | Икра свекольно-морковная | 90 | 120 | 1,49 | 1,79 | 3,1 | 3,12 | 9,75 | 11,78 | 67,25 | 75,61 | X | X |
|  | Хлеб  | 30 | 40 | 2,28 | 3,04 | 0,027 | 0,36 | 14,07 | 18,76 | 69,3 | 92,4 | Х | Х |
| 516 | Компот из сушеных фруктов | 150 | 180 | 0,42 | 0,49 | 0 | 0 | 26,07 | 29,67 | 97,85 | 113,22 | Х | Х |
| **Итог** \*\* | **Х** | **Х** | **Х** | **22,05** | **31** | **23,7** | **37,9** | **101,14** | **129,75** | **521,17** | **645,93** | **25,8** | **26,1** |
|  **Ужин** |
| 429 | Каша молочная рисовая | 180 | 220 | 4,76 | 5,99 | 4,97 | 6,6 | 20,46 | 25,22 | 144,79 | 183,29 | Х | Х |
| 514 | Какао с молоком | 160 | 180 | 4,65 | 5,45 | 4,03 | 4,7 | 18,56 | 21,83 | 125,89 | 147,67 | Х | Х |
| 509 | Булочка сдобная | 55 | 75 | 4,39 | 5,46 | 4,52 | 5,63 | 25,21 | 34,86 | 152,05 | 204,6 | Х | Х |
| 519 | Яблоко запечённое  | 70 | 100 | 0,35 | 0,49 | 0,35 | 0,46 | 13,14 | 18,78 | 54,76 | 78,09 | Х | Х |
| **Итог**  | **Х** | **X** | **X** | **13,8** | **17,39** | **13,87** | **17,42** | **77,37** | **100,69** | **477,49** | **613,65** | **36** | **33,8** |
| **Всего**  | Х | X | X | **44,5** | **61,06** | **46,13** | **70,9** | **279,8** | **367,6** | **1332,74** | **735,6** | **Х** | **Х** |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Номер****рецептуры****\*****(стр)** | **Наименование****блюда согласно****рецептуре** | **Выход блюда для разных возрастных категорий детей** | **Химический состав блюд** | **Энерго-****ценность****ккал** | Распределениееды по калорийности в течениедня (%) |
| Ясли | Сад | белки | жиры | углеводы |  |  |
| **А** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** |
| ***Первая неделя*** |
| **ЧЕТВЕРГ** |
|  **Завтрак** |
| 503 | Каша молочная овсяная  | 180 | 220 | 6,16 | 7,65 | 6,37 | 9,73 | 19,41 | 23,89 | 157,04 | 210,6 | Х | Х |
| 496 | Омлет  | 30 | 60 | 2,93 | 5,85 | 3,56 | 7,13 | 1,34 | 2,68 | 48,9 | 97,8 | Х | Х |
| 513 | Чай с молоком | 150 | 180 | 2,8 | 2,8 | 2,5 | 2,5 | 9,69 | 14,68 | 70,95 | 89,9 | Х | Х |
|  | Хлеб  | 20 | 30 | 1,52 | 2,28 | 0,18 | 0,27 | 9,38 | 14,07 | 46,2 | 69,3 | Х | Х |
| **Итог** \*\* | **Х** | **Х** | **Х** | **13,41** | **18,58** | **12,61** | **19,63** | **39,82** | **55,32** | **323,09** | **467,56** | **41,41** | **41,31** |
|  **Обед** |
| 377 | Суп манный | 200 | 250 | 1,59 | 2,62 | 2,26 | 3,7 | 10,68 | 17,35 | 70,43 | 114,6 | Х | Х |
| 402 | Голубцы ленивые с куриным мясом | 120 | 170 | 13,18 | 16,9 | 12,49 | 17,64 | 11,58 | 16,38 | 198,58 | 280,2 | Х | Х |
| 518 | Кисель из сухофруктов | 150 | 180 | 0,31 | 0,36 | 0 | 0 | 83,81 | 87,11 | 102,91 | 115,51 | Х | Х |
|  | Хлеб  | 30 | 55 | 2,28 | 4,18 | 0,27 | 0,5 | 14,07 | 25,8 | 69,3 | 127,05 | X | X |
| **Итог**  | **Х** | **Х** | **Х** | **17,36** | **24,0** | **15,02** | **21,84** | **120,14** | **146,6** | **441,22** | **637,4** | 33,75 | 32 |
|  **Ужин** |
| 493 | Запеканка творожная с соусом сметанным | 110 | 140 | 16,73 | 22,1 | 10,44 | 13,85 | 20,4 | 25,64 | 239,82 | 312,26 | Х | Х |
| 513 | Кофейный напиток с молоком | 160 | 180 | 3,92 | 4,48 | 3,5 | 4 | 18,56 | 22,49 | 118,28 | 140,05 | Х | Х |
|  | Хлеб  | 25 | 30 | 1,9 | 2,28 | 0,2 | 0,27 | 11,72 | 14,07 | 57,25 | 69,3 | Х | Х |
| **Итог** \*\* | **Х** | **X** | **X** | **22,55** | **28,86** | **14,14** | **18,12** | **50,68** | **62,2** | **415,35** | **521,61** | **21,630** | **22,5** |
| **Всего** \*\*\* | Х | X | X | **53,32** | **71,5** | **41,77** | **59,59** | **210,64** | **264,2** | **1179,66** | **1626,6** | **Х** | **Х** |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Номер****рецептуры****\*****(стр)** | **Наименование****блюда согласно****рецептуре** | **Выход блюда для разных возрастных категорий детей** | **Химический состав блюд** | **Энерго-****ценность****ккал** | Распределениееды по калорийности в течениедня (%) |
| Ясли | Сад | белки | жиры | углеводы |  |  |
| **А** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** |
| ***Первая неделя*** |
| **ПЯТНИЦА** |
|  **Завтрак** |
| 491 | Минтай тушеный с овощами | 50 | 125 | 5,25 | 13,11 | 1,29 | 3,74 | 3,23 | 7,92 | 43,9 | 113,53 | Х | Х |
| 507 | Каша пшеничная вязкая | 110 | 160 | 3,66 | 5,57 | 1,85 | 4,23 | 22,66 | 34,35 | 123,78 | 200,57 | Х | Х |
| 513 | Чай с лимоном | 150/5 | 180/6 | 0,05 | 0,05 | 0,01 | 0,01 | 0,15 | 0,18 | 1,7 | 2,04 |  |  |
|  | Хлеб  | 20 | 30 | 1,52 | 2,28 | 0,18 | 0,27 | 0,38 | 14,07 | 46,2 | 69,3 | Х | Х |
| **Итог** \*\* | **Х** | **Х** | **Х** | **10,5** | **21,0** | **3,3** | **8,25** | **26,42** | **56,52** | **215,58** | **385,44** | **40,5** | **37,9** |
|  **Обед** |
| 470 | Рассольник  | 160 | 230 | 1,4 | 2,18 | 1,83 | 3,4 | 9,65 | 14,8 | 61,59 | 99,99 | Х | Х |
| 478 | Котлета мясная (куриная) | 60 | 100 | 14,01 | 23,91 | 16,04 | 28,31 | 9,02 | 13,87 | 237,18 | 406,56 | Х | Х |
| 499 | Картофельное пюре (блюдо из картофеля) | 110 | 150 | 2,58 | 3,53 | 2,46 | 5,01 | 16,07 | 21,91 | 99,55 | 150,47 | Х | Х |
| 424 | Свекла тушеная с луком | 45 | 73 | 0,76 | 1,25 | 1,56 | 2,59 | 6,12 | 10,34 | 38,83 | 65,2 | X | X |
| 441 | Кисель из повидла | 120 | 150 | 0,07 | 0,08 | 0 | 0 | 18,07 | 22,47 | 70,3 | 87,36 | Х | Х |
|  | Хлеб  | 30 | 50 | 2,28 | 3,8 | 0,27 | 0,4 | 14,07 | 25,44 | 69,3 | 114,5 |  |  |
| **Итог**  | **Х** | **Х** | **Х** | **21,1** | **34,75** | **19,6** | **39,37** | **73,0** | **108,83** | **576,75** | **923,99** | 37,45 | 46,19 |
|  **Ужин** |
| 503 | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 250 | 6,61 | 8,31 | 7,46 | 9,35 | 24,43 | 29,34 | 190,32 | 233,82 | Х | Х |
| 513 | Кофейный напиток с молоком | 160 | 180 | 3,92 | 4,48 | 3,5 | 4 | 18,56 | 22,49 | 118,28 | 140,05 | Х | Х |
| 510 | Пирожки с изюмом | 75 | 75 | 4,16 | 4,16 | 3,83 | 3,83 | 38,29 | 38,29 | 194,51 | 194,51 | Х | Х |
| **Итог**  | **Х** | **X** | **X** | **14,69** | **17,0** | **14,79** | **17,18** | **81,28** | **90,12** | **503,11** | **568,38** | **25,5** | **27** |
| **Всего** | Х | X | X | **46,29** | **77,04** | **37,69** | **64,8** | **180,07** | **255,47** | **1295,44** | **1877,81** | Х | Х |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Номер****рецептуры****\*****(стр)** | **Наименование****блюда согласно****рецептуре** | **Выход блюда для разных возрастных категорий детей** | **Химический состав блюд** | **Энерго-****ценность****ккал** | Распределениееды по калорийности в течениедня (%) |
| Ясли | Сад | белки | жиры | углеводы |  |  |
| **А** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** |
| ***Вторая неделя*** |
| **ПОНЕДЕЛЬНИК** |
|  **Завтрак** |
| 505 | Макароны отварные | 120 | 150 | 4,23 | 5,27 | 4,07 | 4,18 | 27,97 | 34,95 | 167,87 | 201,57 | Х | Х |
|  | икра кабачковая промышленного производства | 50 | 70 | 0,5 | 0,7 | 3,5 | 4,9 | 50 | 70 | 47,5 | 66,5 | Х | Х |
| 512 | Чай  | 150 | 180 | 2,8 | 2,8 | 2,5 | 2,5 | 9,69 | 14,68 | 70,95 | 89,9 | Х | Х |
|  | Кондитерские изделия (печенье, вафли карамель) |  15 | 25  | 1,25 | 2,08 | 1,32 | 2,2 | 11,34 | 18,9 | 62,7 | 104,5 | Х | Х |
|  | Хлеб  | 25 | 30 | 1,9 | 2,28 | 0,2 | 0,27 | 11,72 | 14,07 | 57,25 | 69,3 | Х | Х |
| **Итог** \*\* | **Х** | **Х** | **Х** | **10,68** | **13,13** | **11,59** | **14,05** | **110,72** | **152,6** | **406,27** | **531,77** | **46,6** | **48,2** |
|  **Обед** |
| 376 | Суп с фасолью | 200 | 250 | 3,04 | 4,52 | 1,8 | 2,69 | 11,88 | 17,42 | 77,03 | 113,54 | Х | Х |
| 434 | Пирожки с куриным мясом | 85 | 105 | 13,25 | 18,2 | 12,27 | 17,93 | 37,84 | 46,11 | 303,58 | 407,52 | Х | Х |
| 442 | Кисель апельсиновый | 120 | 180 | 0,28 | 0,42 | 0 | 0 | 20,88 | 31,18 | 94,21 | 135,62 | Х | Х |
|  | Хлеб  | 25 | 40 | 1,9 | 3,04 | 0,2 | 0,36 | 11,72 | 18,76 | 57,25 | 92,4 | X | X |
| **Итог**  | **Х** | **Х** | **Х** | **18,47** | **26,14** | **14,27** | **20,98** | **82,32** | **113,47** | **534,87** | **749,08** | 31 | 30 |
|  **Ужин** |
| 417 | Картофельные котлеты со сметанным соусом | 100/20 | 175/30 | 3,36/0,3 | 5,54/0,51 | 7,08/1,02 | 11,73/1,73 | 21,38/1,26 | 35,58/2,1 | 164,85/15,27 | 273,96/25,79 | Х | Х |
|  | Хлеб  | 25 | 35 | 1,90 | 2,28 | 0,2 | 0,27 | 11,72 | 14,07 | 57,25 | 69,3 | Х | Х |
| 513 | Кофейный напиток с молоком | 160 | 180 | 3,92 | 4,48 | 3,5 | 4 | 18,56 | 22,49 | 118,28 | 140,05 | Х | Х |
| 440 | Банан (фрукты) | 54 | 100 | 0,81 | 1,5 | 0,27 | 0,5 | 11,34 | 21 | 51,84 | 96,0 | Х | Х |
| **Итог**  | **Х** | **X** | **X** | **10,29** | **14,31** | **12,07** | **18,23** | **64,26** | **95,24** | **407,94** | **605,1** | **21,7** | 22 |
| **Всего**  | Х | X | X | **39,44** | **53,58** | **37,93** | **53,26** | **257,3** | **361,31** | **1345,83** | **1885,95** | **Х** | Х |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Номер****рецептуры****\*****(стр)** | **Наименование****блюда согласно****рецептуре** | **Выход блюда для разных возрастных категорий детей** | **Химический состав блюд** | **Энерго-****ценность****ккал** | Распределениееды по калорийности в течениедня (%) |
| Ясли | Сад | белки | жиры | углеводы |  |  |
| **А** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** |
| ***Вторая неделя*** |
| **ВТОРНИК** |
|  **Завтрак** |
| 381 | Суп молочный с макаронами | 150 | 200 | 4,64 | 6,19 | 4,58 | 6,36 | 14,14 | 18,82 | 119,86 | 160,75 | Х | Х |
| 513 | Чай с лимоном | 150/5 | 180/6 | 0,05 | 0,05 | 0,01 | 0,01 | 15,12 | 18,14 | 58,55 | 70,26 | Х | Х |
|  | сыр твердый | 10 | 15 | 2,11 | 3,45 | 2,66 | 4,35 | 0 | 0 | 31,3 | 46,95 |  |  |
|  | Хлеб  | 25 | 35 | 1,9 | 2,66 | 0,2 | 0,2 | 11,72 | 16,41 | 57,25 | 80,85 | Х | Х |
| **Итог** \*\* | **Х** | **Х** | **Х** | **8,7** | **12,35** | **7,45** | **11,04** | **40,98** | **53,37** | **266,96** | **358,11** | 35,31 | 31 |
|  **Обед** |
| 379 | Суп полевой | 200 | 250 | 1,69 | 3,12 | 2,96 | 2,82 | 10,73 | 23,37 | 76,99 | 103,81 | Х | Х |
| 499 | Капуста тушеная с картофелем | 125 | 150 | 3,2 | 3,77 | 9,29 | 11,08 | 21,81 | 25,19 | 182,88 | 214,74 | Х | Х |
| 492 | Котлета рыбная | 30 | 60 | 6,36 | 12,5 | 6,74 | 12,44 | 6,2 | 12,07 | 111,23 | 209,59 | Х | Х |
|  | Хлеб  | 30 | 50 | 2,28 | 3,8 | 0,27 | 0,4 | 14,07 | 25,44 | 69,3 | 114,5 | X | X |
| 516 | Компот из сушеных фруктов | 180 | 180 | 0,49 | 0,49 | 0 | 0 | 29,67 | 29,67 | 113,22 | 113,22 | Х | Х |
| **Итог** \*\* | **Х** | **Х** | **Х** | **14,02** | **23,68** | **19,26** | **26,74** | **82,48** | **115,64** | **553,62** | **755,86** | **26,3** | **26,5** |
|  **Ужин** |
| 493 | Сырники  | 105 | 120 | 18,09 | 22,6 | 11,7 | 14,84 | 26,57 | 33,19 | 278,17 | 349,7 | Х | Х |
| 407 | Соус из повидла | 50 | 80 | 0,25 | 0,4 | 0,04 | 0,07 | 33,01 | 51,96 | 128,85 | 202,88 | Х | Х |
| 438 | Кефир  | 150 | 180 | 4,5 | 5,4 | 1,5 | 1,8 | 6 | 7,2 | 60 | 72 | Х | Х |
| 441 | Яблоко (фрукты) | 70 | 100 | 0,28 | 0,4 | 0,28 | 0,4 | 7,28 | 10,4 | 31,5 | 45 | Х | Х |
| **Итог** \*\* | **Х** | **X** | **X** | **23,12** | **28,77** | **13,5** | **17,11** | **72,86** | **102,75** | **498,52** | **669,53** | **29,53** | **32,4** |
| **Всего** \*\*\* | Х | X | X | **45,84** | **64,8** | **40,21** | **54,89** | **196,32** | **271,76** | **1319,1** | **1748,2** | **Х** | **Х** |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Номер****рецептуры****\*****(стр)** | **Наименование****блюда согласно****рецептуре** | **Выход блюда для разных возрастных категорий детей** | **Химический состав блюд** | **Энерго-****ценность****ккал** | Распределениееды по калорийности в течениедня (%) |
| Ясли | Сад | белки | жиры | углеводы |  |  |
| **А** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** |
| ***Вторая неделя*** |
| **СРЕДА** |
|  **Завтрак** |
| 506 | Каша рисовая рассыпчатая | 100 | 150 | 2,57 | 3,86 | 3,26 | 4,89 | 25,89 | 38,92 | 145,25 | 217,88 | Х | Х |
| 359 | томат соленый | 50 | 50 | 0,55 | 0,55 | 0,1 | 0,1 | 2,3 | 2,3 | 11,5 | 11,5 | Х | Х |
|  | Хлеб  | 25 | 35 | 1,9 | 2,66 | 0,2 | 0,32 | 11,72 | 16,41 | 57,25 | 80,85 | Х | Х |
| 513 | Чай с лимоном | 150/5 | 180/6 | 0/0,05 | 0/0,05 | 0/0,01 | 0/0,01 | 14,97/0,15 | 17,96/0,18 | 56,85/1,7 | 68,22/2,04 | Х | Х |
| **Итог** \*\* | **Х** | **Х** | **Х** | **9,52** | **12,47** | **5,06** | **7,11** | **45,91** | **64,83** | **274** | **382,23** | **36,5** | **37** |
|  **Обед** |
| 471 | Щи | 200 | 250 | 1,85 | 2,42 | 1,97 | 3,19 | 11,26 | 13,59 | 67,8 | 91,48 | Х | Х |
| 396 | Жаркое по-домашнему | 110 | 170 | 10,03 | 16,52 | 12,04 | 19,47 | 14,4 | 22,69 | 207,7 | 334,6 | Х | Х |
|  | Овощи консервированные | 40 | 50 | 0,32 | 0,4 | 0,04 | 0,05 | 0,92 | 1,15 | 5,2 | 6,5 | Х | Х |
|  | Хлеб  | 30 | 50 | 2,28 | 3,8 | 0,27 | 0,4 | 14,07 | 25,44 | 69,3 | 114,5 | X | X |
| 439 | Напиток лимонный | 120 | 150 | 0,14 | 0,18 | 0,02 | 0,02 | 9,96 | 12,58 | 41,45 | 52,28 | Х | Х |
| **Итог**  | **Х** | **Х** | **Х** | **14,62** | **23,32** | **14,34** | **23,13** | **50,61** | **75,45** | **391,45** | **599,36** | **24,7** | **26,1** |
|  **Ужин** |
| 382 | Суп молочный овсяный | 150 | 200 | 3,11 | 4,15 | 3,52 | 4,68 | 9,77 | 12,12 | 81,88 | 109,17 | Х | Х |
| 508 | Оладьи с повидлом | 70/10 | 100/2 | 4,82/0,38 | 6,89/0,76 | 5,38/0,49 | 7,96/0,98 | 31,34/7,64 | 45,07/15,28 | 186,02/35,8 | 269,46/71,6 | Х | Х |
| 513 | Чай с молоком | 150 | 200 | 2,1 | 2,8 | 1,88 | 2,5 | 13,51 | 18,67 | 76,9 | 105,06 | Х | Х |
| **Итог**  | **Х** | **X** | **X** | **10,41** | **14,6** | **11,3** | **16,12** | **62,26** | **91,14** | **380,6** | **555,29** | **31,1** | **29** |
| **Всего** \*\*\* | Х | X | X | **34,55** | **50,39** | **30,67** | **46,36** | **158,78** | **231,42** | **1146,05** | **1636,88** | Х | Х |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Номер****рецептуры****\*****(стр)** | **Наименование****блюда согласно****рецептуре** | **Выход блюда для разных возрастных категорий детей** | **Химический состав блюд** | **Энерго-****ценность****ккал** | Распределениееды по калорийности в течениедня (%) |
| Ясли | Сад | белки | жиры | углеводы |  |  |
| **А** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** |
| ***Вторая неделя*** |
| **ЧЕТВЕРГ** |
|  **Завтрак** |
| 415 | Омлет колбасный | 34 | 100 | 3,79 | 9,14 | 6,57 | 17,37 | 0,61 | 1,8 | 16,53 | 199,91 | Х | Х |
| 423 | Морковь тушеная с яблоками | 20 | 48 | 0,29 | 0,68 | 0,4 | 0,83 | 2,71 | 6,34 | 14,26 | 32,35 | Х | Х |
| 438 | Молоко кипячёное | 150 | 180 | 4.5 | 5.4 | 1.5 | 1.8 | 6 | 7.2 | 60 | 72 | Х | Х |
|  | Хлеб | 25 | 35 | 1,9 | 2,66 | 0,2 | 0,2 | 11,72 | 16,41 | 57,25 | 80,85 | **Х** | **Х** |
| **Итог**   | **Х** | **X** | **X** | **10.48** | **17.88** | **8.67** | **20.2** | **21.04** | **31.75** | **248.04** | **385.11** | **28,2** | **29,5** |
|  **Обед** |
| 469 |  Борщ свекольный | 160 | 230 | 1,43 | 2,08 | 2,07 | 3,16 | 11,18 | 15,73 | 67,67 | 98,01 | Х | Х |
| 398 | Тефтеля куриная | 80 | 105 | 11,1 | 17,2 | 11,34 | 18,02 | 13,59 | 17,11 | 199,75 | 298,19 | Х | Х |
| 506 | Каша рисовая рассыпчатая | 100 | 150 | 2,57 | 3,86 | 3,26 | 4,89 | 25,89 | 38,82 | 145,25 | 217,88 | Х | Х |
|  | Хлеб  | 30 | 50 | 2,28 | 3,8 | 0,27 | 0,4 | 14,07 | 25,44 | 69,3 | 114,5 | X | X |
| 439 | Сок фруктовый | 120 | 180 | 0,48 | 0,72 | 0 | 0 | 13,68 | 20,52 | 55,2 | 85,8 | Х | Х |
| **Итог**   | **Х** | **Х** | **Х** | **17,86** | **27,66** | **16,94** | **26,47** | **78,41** | **117,62** | **637,17** | **811,38** | **32,6** | **32** |
|  **Ужин** |
| 494 | Пудинг творожно-морковный со сметаной | 140/5 | 180/15 | 17,9/0,15 | 23,63/44 | 12,53/0,75 | 16,11/2,25 | 23,09/0,15 | 29,67/0,46 | 271,55/7,94 | 351,8/23,82 | Х | Х |
| 513 | Кофейный напиток с молоком | 160 | 180 | 3,92 | 4,48 | 3,5 | 4 | 18,56 | 22,49 | 118,28 | 140,05 | Х | Х |
| 440 | Апельсин (фрукты) | 70 | 100 | 0,63 | 0,9 | 0,14 | 0,2 | 5,67 | 8,1 | 30,1 | 43,0 | Х | Х |
| **Итог**   | **Х** | **X** | **X** | **22,88** | **73,57** | **17,17** | **23,06** | **35,96** | **46,69** | **387,59** | **512,22** | **23** | **23,2** |
| **Всего**   | Х | X | X | **60.56** | **132.12** | **43.64** | **66.32** | **233.69** | **291.81** | **1329.64** | **1878.20** | **Х** | Х |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Номер****рецептуры****\*****(стр)** | **Наименование****блюда согласно****рецептуре** | **Выход блюда для разных возрастных категорий детей** | **Химический состав блюд** | **Энерго-****ценность****ккал** | Распределениееды по калорийности в течениедня (%) |
| Ясли | Сад | белки | жиры | углеводы |  |  |
| **А** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** |
| ***Вторая неделя*** |
| **ПЯТНИЦА** |
|  **Завтрак** |
| 428 | Каша пшенная вязкая | 90 | 130 | 2,58 | 3,74 | 3,27 | 4,32 | 14,81 | 21,54 | 99,81 | 141,12 | Х | Х |
| 394 |  Куры отварные порционные | 55 | 90 | 8,5 | 14,08 | 10,29 | 16,81 | 2,15 | 3,1 | 134,47 | 218,76 | Х | Х |
|  | Хлеб  | 30 | 40 | 2,28 | 3,04 | 0,27 | 0,36 | 14,07 | 18,76 | 69,3 | 92,4 | Х | Х |
| 513 |  Чай с лимоном | 150/5 | 180/6 | 0.05 | 0.05 | 0.01 | 0.01 | 15.12 | 18.14 | 58.55 | 70.26 | Х | Х |
|  | сыр твердый | 10 | 15 | 2,11 | 3,45 | 2,66 | 4,35 | 0 | 0 | 31,3 | 46,95 |  |  |
| **Итог**   | **Х** | **Х** | **Х** | **8.96** | **15.56** | **12.36** | **19.71** | **55.27** | **72.66** | **362.38** | **522.84** | 39,6 | 46 |
|  **Обед** |
| 375 | Суп гороховый с гренками | 200/10 | 250/15 | 5,16 | 6,99 | 4,04 | 5,97 | 22,37 | 30,61 | 145,56 | 201,61 | Х | Х |
| 416 | Картофель отварной целый в молоке | 102 | 153 | 2,28 | 3,4 | 2,61 | 4,0 | 13,12 | 19,65 | 85,91 | 128,6 | Х | Х |
| 491 | Минтай запечённый | 50 | 125 | 8.81 | 16.41 | 4.18 | 9.65 | 17.72 | 22.30 | 131.58 | 237.15 | Х | Х |
|  | Хлеб  | 30 | 50 | 2,28 | 3,8 | 0,27 | 0,4 | 14,07 | 25,44 | 69,3 | 114,5 | X | X |
| 518 | Кисель из сушеных фруктов | 180 | 180 | 0,36 | 0,36 | 0 | 0 | 87,11 | 87,11 | 115,51 | 115,51 | Х | Х |
| **Итог**   | **Х** | **Х** | **Х** | **18.89** | **30.96** | **11.1** | **20.02** | **154.39** | **185.11** | **547.86** |  **797.37** | **32** | **28,5** |
|  **Ужин** |
| 503 | Каша молочная манная  | 180 | 220 | 5,64 | 7,32 | 5,56 | 8,79 | 19,0 | 25,3 | 147,64 | 208,5 | Х | Х |
| 444 | Гренка с соусом из сухофрукты | 33/10 | 66/10 | 2,31 | 4,54 | 2,73 | 4,26 | 13,79 | 25,67 | 93,53 | 164,29 | Х | Х |
| 513 | Молоко кипяченое | 150 | 180 | 4,50 | 5,4 | 1,5 | 1,8 | 6 | 7,2 | 60 | 72 | Х | Х |
| **Итог**   | **Х** | **Х** | **Х** | **12,45** | **17,26** | **9,79** | **14,85** | **38,79** | **58,17** | **301,17** | **444,79** | **29,5** | **28,7** |
| **Всего**   | Х | X | X | **31.89** | **52.10** | **32.41** | **57.91** | **156.52** | **229.44** | **1183.48** | **1637.76** | Х | Х |
| **ОЦЕНКА ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПИТАНИЯ ПО ПРИМЕРНОМУ ДВУХНЕДЕЛЬНОМУ МЕНЮ** **НА ЗИМНЕ –ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД 2023-2024 г.г** |
| **НАИМЕНОВАНИЕ ПИЩЕВОГО ПРОДУКТА** | **ОТ 1,5 ДО 3 ЛЕТ** | **ОТ 3 ДО 6-7 ЛЕТ** |
| **ФАКТ ЗА 10 ДНЕЙ** | **ФАКТ ЗА 1 ДЕНЬ** | **НОРМА** | **ФАКТ ЗА 10 ДНЕЙ** | **ФАКТ ЗА 1 ДЕНЬ** | **НОРМА** |
| Хлеб  | 734 | 7 | 75 | 950 | 95 | 120 |
| Мука  | 199 | 20 | 15 | 266 | 27 | 25 |
| Крахмал  | 29 | 3 | 3 | 34 | 3 | 4 |
| Крупы, бобовые, макаронные изделия | 383 | 38 | 30 | 546 | 55 | 45 |
| Картофель  | 1306 | 131 | 130 | 1874 | 187 | 190 |
| Овощи разные  | 1353 | 135 | 180 | 1904 | 190 | 230 |
| Фрукты свежие, цитрусовые | 580 | 58 | 45 | 886 | 88 | 100 |
| Соки  | 240 | 24 | 50 | 360 | 36 | 70 |
| Фрукты сушеные | 108 | 11 | 10 | 122 | 12 | 10 |
| Кондитерские изделия | 54 | 5 | 5 | 88 | 9 | 15 |
| Сахар  | 420 | 42 | 35 | 513 | 52 | 45 |
| Мед, медопродукты | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 2 |
| Масло сливочное | 115 | 11,5 | 12 | 158 | 16 | 21 |
| Масло растительное | 58 | 6 | 6 | 92 | 9 | 9 |
| Сало  | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 2 |
| Яйца  | 146 | 15 | 13 | 234 | 23 | 25 |
| Молоко, кисломолочные продукты | 3375 | 337,5 | 350 | 3698 | 370 | 400 |
| Творог  | 345 | 35 | 35 | 449 | 45 | 45 |
| Сыр твердый | 31,3 | 3 | 3 | 49,5 | 5 | 5 |
| Сметана  | 46 | 5 | 5 | 95 | 10 | 10 |
| М'ясо, мясопродукты | 619 | 62 | 60 | 992 | 99,2 | 100 |
| Рыба, рыбопродукты | 227 | 23 | 20 | 500 | 50 | 45 |
| Кофейный напиток | 20 | 2 | 1 | 25 | 2,5 | 4 |
| Какао  | 6 | 1 | 1 | 8 | 1 | 2 |
| Чай  | 2 | 0,2 | 0,2 | 2 | 0,2 | 0,2 |
| Соль  | 20 | 2 | 2 | 50 | 5 | 5 |
| Дрожжи  | 8 | 1 | 1 | 11 | 1 | 1 |
| Лавровый лист | 0 | 0 | 0,05 | 0,0 | 0 | 0,1 |
| Сухари панировочные | 7 | 1 | 2 | 11 | 1 | 2 |
| Томатная паста | 20 | 2 | 2 | 20 | 2 | 2 |
| Ванильный сахар | 3,2 | 0,3 | 0,1 | 3,2 | 0,3 | 0,1 |
| Кислота лимонная | 0,3 | 0,03 | 0,1 | 0,3 | 0,03 | 0,1 |