

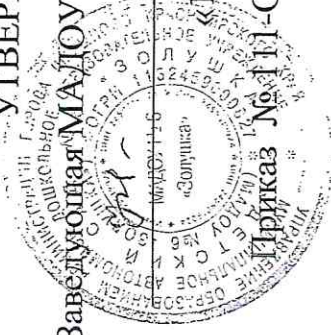
УТВЕРЖДАЮ

Заведующая МАДОУ № 6 «Золушка»

Ю.Я. Михайлова

«14» ноября 2023 г.

Приказ № 111-ОД от 14.11.2023г.



**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ  
В МУНИЦИПАЛЬНОМ БЮДЖЕТНОМ ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ**

**«ДЕТСКИЙ САД № 6 «ЗОЛУШКА»**

**(КРАСНОЯРСКИЙ КРАЙ, Г. ШАРЫПОВО, 3 МИКРОРАЙОН, ЗДАНИЕ 30)**

г. Шарыпово

2023 г.

День: (день 1)  
Неделя: первая

Возрастная категория: 1-3 лет, 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (ккал)	Витамин С, мг	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У					Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>														
85	Макаронные изделия, запеченные с сыром	105	5,61	5,80	24,40	175,88	0,05	Макаронные изделия, запеченные с сыром	175	9,35	9,67	40,67	293,13	0,09
41	Икра кабачковая	40	0,48	1,89	3,09	31,20	3,84	Икра кабачковая	60	0,72	2,84	4,64	46,80	5,76
31	Чай с лимоном	180	0,13	0,03	4,67	19,44	0,69	Чай с лимоном	200	0,16	0,03	5,61	23,37	0,86
16	Бутерброд с маслом	42	2,72	5,29	17,31	127,54	0,00	Бутерброд с маслом	52	3,48	5,37	22,23	151,04	0,00
	<b>Итого</b>	<b>367</b>	<b>8,94</b>	<b>13,01</b>	<b>49,47</b>	<b>354,06</b>	<b>4,58</b>	<b>Итого</b>	<b>487</b>	<b>13,71</b>	<b>17,91</b>	<b>73,15</b>	<b>514,34</b>	<b>6,71</b>
<b>2 завтрак</b>														
40	Сок фруктовый	160	0,32	0,18	16,18	73,60	3,20	Сок фруктовый	200	0,40	0,23	20,23	92,00	4,00
	<b>Итого</b>	<b>160</b>	<b>0,32</b>	<b>0,18</b>	<b>16,18</b>	<b>73,60</b>	<b>3,20</b>	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>0,40</b>	<b>0,23</b>	<b>20,23</b>	<b>92,00</b>	<b>4,00</b>
<b>Обед</b>														
38	Зеленый горошек консервированный отварной	40	2,00	0,08	3,33	22,00	4,00	Зеленый горошек консервированный отварной	50	2,50	0,10	4,16	27,50	5,00
46	Суп "Харчо" с мясом и со сметаной	180	5,79	6,43	14,14	135,10	5,68	Суп "Харчо" с мясом и со сметаной	200	5,95	6,75	15,70	144,64	6,30
96	Голубцы ленивые	150	12,65	11,64	7,08	184,50	18,63	Голубцы ленивые	150	12,65	11,64	7,08	184,50	18,63
89	Соус сметанный	15	0,30	3,37	1,08	30,00	0,01	Соус сметанный	20	0,40	4,49	1,44	40,00	0,01
9	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,00	12,68	54,00	0,30	Компот из сухофруктов	200	0,40	0,00	15,02	64,00	0,36
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15	1,20	0,15	7,23	35,40	0,00	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,68	0,36	14,82	69,60	0,00
	<b>Итого</b>	<b>575</b>	<b>23,67</b>	<b>21,97</b>	<b>57,89</b>	<b>519,00</b>	<b>28,62</b>	<b>Итого</b>	<b>670</b>	<b>25,18</b>	<b>23,54</b>	<b>67,86</b>	<b>577,44</b>	<b>30,30</b>
<b>Полдник</b>														
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	50	1,50	1,95	35,00	143,88	0,00	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	85	1,92	2,55	44,64	184,89	0,00
	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>5,85</b>	<b>6,75</b>	<b>41,00</b>	<b>232,38</b>	<b>1,05</b>	<b>Итого</b>	<b>265</b>	<b>7,14</b>	<b>8,31</b>	<b>51,84</b>	<b>291,09</b>	<b>1,26</b>
<b>Ужин</b>														
67	Суп картофельный с рыбой (или рыбными консервами)	150	7,01	3,03	6,08	87,75	4,50	Суп картофельный с рыбой (или рыбными консервами)	180	8,41	3,64	7,30	105,30	5,40
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00
13	Чай с сахаром	180	0,10	0,02	5,00	20,63	0,05	Чай с сахаром	200	0,12	0,03	5,47	22,61	0,06
69	Яблоко, груша, банан или др.	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	<b>Итого</b>	<b>445</b>	<b>9,09</b>	<b>3,63</b>	<b>30,03</b>	<b>200,23</b>	<b>14,05</b>	<b>Итого</b>	<b>505</b>	<b>10,33</b>	<b>4,37</b>	<b>34,92</b>	<b>232,91</b>	<b>15,46</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>47,87</b>	<b>45,54</b>	<b>194,57</b>	<b>1379,27</b>	<b>51,50</b>	<b>Итого за день</b>		<b>56,76</b>	<b>54,36</b>	<b>248,00</b>	<b>1707,78</b>	<b>57,73</b>
	<b>Суточная потребность</b>		<b>42,00</b>	<b>47,00</b>	<b>203,00</b>	<b>1400,00</b>	<b>45,00</b>	<b>Суточная потребность</b>		<b>54,00</b>	<b>60,00</b>	<b>261,00</b>	<b>1800,00</b>	<b>50,00</b>
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>113,97</b>	<b>96,90</b>	<b>95,85</b>	<b>98,52</b>	<b>114,44</b>	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>105,11</b>	<b>90,61</b>	<b>95,02</b>	<b>94,88</b>	<b>115,46</b>

Примечание: ГП - готовый продукт.

<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная норма выдачи соли пищевой поваренной йодированной - 3 гр (для детей с 1-3 лет), 5 гр. (для детей с 3-7 лет)

День: (день 2)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1-3 лет, 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен. (ккал)	Витамин С, мг	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен. (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У					Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>														
32	Каша манная молочная вязкая	130	4,05	4,51	14,53	114,40	1,27	Каша манная молочная вязкая	180	5,68	5,96	21,27	160,00	1,77
2	Кофейный напиток с молоком	180	2,57	2,03	10,04	68,72	0,47	Кофейный напиток с молоком	200	3,00	2,37	11,92	81,02	0,55
99	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00
16	Бутерброд с маслом	42	2,72	5,29	17,31	127,54	0,00	Бутерброд с маслом	52	3,48	5,37	22,23	151,04	0,00
	<b>Итого</b>	<b>352</b>	<b>14,42</b>	<b>16,43</b>	<b>42,16</b>	<b>373,66</b>	<b>1,74</b>	<b>Итого</b>	<b>472</b>	<b>17,24</b>	<b>18,30</b>	<b>55,70</b>	<b>455,06</b>	<b>2,32</b>
<b>2 завтрак</b>														
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2,90	3,20	4,00	59,00	0,70	Напиток витаминизированный*	170	0,30	0,17	15,17	69,00	3,00
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>2,90</b>	<b>3,20</b>	<b>4,00</b>	<b>59,00</b>	<b>0,70</b>	<b>Итого</b>	<b>170</b>	<b>0,30</b>	<b>0,17</b>	<b>15,17</b>	<b>69,00</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>														
51	Икра морковная	40	0,63	3,25	3,69	46,67	1,47	Икра морковная	50	0,79	4,06	4,61	58,34	1,84
52	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом птицы	180	6,58	4,02	18,06	131,40	5,92	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом птицы	200	7,30	4,46	20,07	146,00	6,57
64	Тефтели из говядины с рисом	60	7,51	8,35	6,45	131,00	1,78	Тефтели из говядины с рисом	70	8,76	9,74	7,53	152,83	2,08
7	Соус красный основной	20	0,28	0,78	1,24	12,40	0,00	Соус красный основной	40	0,56	1,56	2,48	24,80	0,00
63	Горошница	110	8,80	3,45	22,55	174,90	0,00	Горошница	150	12,00	4,71	30,75	238,50	0,00
54	Компот из свежих фруктов	150	0,12	0,12	8,93	38,00	3,00	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	10,91	47,00	4,00
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15	1,20	0,15	7,23	35,40	0,00	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,68	0,36	14,82	69,60	0,00
	<b>Итого</b>	<b>600</b>	<b>26,52</b>	<b>20,42</b>	<b>80,50</b>	<b>627,77</b>	<b>12,17</b>	<b>Итого</b>	<b>760</b>	<b>32,85</b>	<b>25,25</b>	<b>100,81</b>	<b>784,27</b>	<b>14,49</b>
<b>Полдник</b>														
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
55	Сырники из творога с молоком сгущенным	150	27,35	13,35	43,46	403,47	0,43	Сырники из творога с молоком сгущенным	150	27,35	13,35	43,46	403,47	0,43
	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>31,70</b>	<b>18,15</b>	<b>49,46</b>	<b>491,97</b>	<b>1,48</b>	<b>Итого</b>	<b>330</b>	<b>32,57</b>	<b>19,11</b>	<b>50,66</b>	<b>509,67</b>	<b>1,69</b>
<b>Ужин</b>														
78	Овощи натуральные соленые	40	0,32	0,04	0,65	5,00	2,00	Овощи натуральные соленые	60	0,48	0,06	0,97	7,50	3,00
71	Рыба, запеченная под молочным соусом	60	6,58	1,41	2,12	47,00	0,76	Рыба, запеченная под молочным соусом	80	8,77	1,88	2,82	62,67	1,01
79	Картофель отварной	110	2,11	4,88	14,78	111,44	8,80	Картофель отварной	130	2,50	5,77	17,47	131,71	10,40
31	Чай с лимоном	180	0,13	0,03	4,67	19,44	0,69	Чай с лимоном	200	0,16	0,03	5,61	23,37	0,86
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00
	<b>Итого</b>	<b>410</b>	<b>12,21</b>	<b>6,73</b>	<b>36,83</b>	<b>257,84</b>	<b>11,56</b>	<b>Итого</b>	<b>495</b>	<b>13,31</b>	<b>8,04</b>	<b>39,22</b>	<b>283,25</b>	<b>15,27</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>87,75</b>	<b>64,93</b>	<b>212,95</b>	<b>1810,24</b>	<b>27,65</b>	<b>Итого за день</b>		<b>96,27</b>	<b>70,87</b>	<b>261,56</b>	<b>2101,25</b>	<b>36,77</b>
	<b>Суточная потребность</b>		<b>42,00</b>	<b>47,00</b>	<b>203,00</b>	<b>1400,00</b>	<b>45,00</b>	<b>Суточная потребность</b>		<b>54,00</b>	<b>60,00</b>	<b>261,00</b>	<b>1800,00</b>	<b>50,00</b>
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>208,93</b>	<b>138,15</b>	<b>104,90</b>	<b>129,30</b>	<b>61,44</b>	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>178,28</b>	<b>118,12</b>	<b>100,21</b>	<b>116,74</b>	<b>73,54</b>

Примечание: ГП - готовый продукт.

<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная норма выдачи соли пищевой поваренной йодированной - 3 гр.(для детей с 1-3 лет), 5 гр. (для детей с 3-7 лет)

\* напиток витаминизированный готовится согласно инструкции производителя.

День: (день 3)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1-3 лет, 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен. (ккал)	Витамин С, мг	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен. (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У					Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>														
45	Каша пшеничная молочная вязкая	130	4,99	5,04	18,56	138,67	1,27	Каша пшеничная молочная вязкая	180	7,01	6,73	26,82	194,00	1,78
15	Какао с молоком	180	2,75	2,15	8,89	65,93	0,47	Какао с молоком	200	3,21	2,51	10,52	77,46	0,55
86	Бутерброд с повидлом	40	2,32	0,24	21,26	95,50	0,05	Бутерброд с повидлом	50	3,08	0,32	26,18	119,00	0,05
	<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>10,06</b>	<b>7,43</b>	<b>48,71</b>	<b>300,10</b>	<b>1,79</b>	<b>Итого</b>	<b>430</b>	<b>13,30</b>	<b>9,56</b>	<b>63,52</b>	<b>390,46</b>	<b>2,38</b>
<b>2 завтрак</b>														
40	Сок фруктовый	160	0,32	0,18	16,18	73,60	3,20	Сок фруктовый	200	0,40	0,23	20,23	92,00	4,00
	<b>Итого</b>	<b>160</b>	<b>0,32</b>	<b>0,18</b>	<b>16,18</b>	<b>73,60</b>	<b>3,20</b>	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>0,40</b>	<b>0,23</b>	<b>20,23</b>	<b>92,00</b>	<b>4,00</b>
<b>Обед</b>														
12	Маринад овощной с томатом	40	0,50	3,20	3,30	46,23	1,43	Маринад овощной с томатом	50	0,63	4,00	4,13	57,79	1,79
18	Суп "Шахтерский", с мясом и со сметаной	180	7,60	8,32	16,44	162,27	6,61	Суп "Шахтерский", с мясом и со сметаной	200	7,97	8,86	18,27	174,82	7,35
27	Рагу из овощей с мясом	150	9,24	8,70	12,73	166,17	11,72	Рагу из овощей с мясом	185	11,40	10,73	15,70	204,94	14,45
20	Кисель из ягод	150	0,11	0,00	14,54	61,00	2,25	Кисель из ягод	200	0,15	0,10	20,58	86,00	3,00
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15	1,20	0,15	7,23	35,40	0,00	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,68	0,36	14,82	69,60	0,00
	<b>Итого</b>	<b>560</b>	<b>20,05</b>	<b>20,67</b>	<b>66,59</b>	<b>529,07</b>	<b>22,01</b>	<b>Итого</b>	<b>685</b>	<b>23,43</b>	<b>24,25</b>	<b>83,14</b>	<b>640,35</b>	<b>26,59</b>
<b>Полдник</b>														
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
36	Сушка на сметане	70	6,11	11,11	34,77	280,00	0,21	Сушка на сметане	80	6,98	12,70	39,74	320,00	0,24
	<b>Итого</b>	<b>220</b>	<b>10,46</b>	<b>15,91</b>	<b>40,77</b>	<b>368,50</b>	<b>1,26</b>	<b>Итого</b>	<b>260</b>	<b>12,20</b>	<b>18,46</b>	<b>46,94</b>	<b>426,20</b>	<b>1,50</b>
<b>Ужин</b>														
37	Омлет натуральный с маслом	150	13,48	13,19	3,08	184,99	0,28	Омлет натуральный с маслом	150	13,48	13,19	3,08	184,99	0,28
38	Кукуруза консервированная отварная	40	0,49	0,08	2,45	12,53	0,46	Кукуруза консервированная отварная	50	0,61	0,11	3,06	15,66	0,58
13	Чай с сахаром	180	0,10	0,02	5,00	20,63	0,05	Чай с сахаром	200	0,12	0,03	5,47	22,61	0,06
69	Яблоко, груша, банан или др.	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00
	<b>Итого</b>	<b>485</b>	<b>16,05</b>	<b>13,88</b>	<b>29,48</b>	<b>310,00</b>	<b>10,29</b>	<b>Итого</b>	<b>525</b>	<b>16,01</b>	<b>14,03</b>	<b>33,76</b>	<b>328,26</b>	<b>10,92</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>56,94</b>	<b>58,07</b>	<b>201,73</b>	<b>1581,27</b>	<b>38,55</b>	<b>Итого за день</b>		<b>65,34</b>	<b>66,53</b>	<b>247,59</b>	<b>1877,27</b>	<b>45,39</b>
	<b>Суточная потребность</b>		<b>42,00</b>	<b>47,00</b>	<b>203,00</b>	<b>1400,00</b>	<b>45,00</b>	<b>Суточная потребность</b>		<b>54,00</b>	<b>60,00</b>	<b>261,00</b>	<b>1800,00</b>	<b>50,00</b>
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>135,56</b>	<b>123,55</b>	<b>99,37</b>	<b>112,95</b>	<b>85,67</b>	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>121,00</b>	<b>110,88</b>	<b>94,86</b>	<b>104,29</b>	<b>90,78</b>

Примечание: ГП - готовый продукт.

<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная норма выдачи соли пищевой поваренной йодированной - 3 гр. (для детей с 1-3 лет), 5 гр. (для детей с 3-7 лет)

День: (день 4)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1-3 лет, 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен. (ккал)	Витамин С, мг	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен. (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У					Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>														
1	Суп молочный с крупой	150	4,33	5,49	13,46	120,00	0,87	Суп молочный с крупой	180	5,22	6,65	17,07	149,00	1,05
	Кофейный напиток с молоком	180	2,57	2,03	10,04	68,72	0,47	Кофейный напиток с молоком	200	3,00	2,37	11,92	81,02	0,55
16	Бутерброд с маслом	42	2,72	5,29	17,31	127,54	0,00	Бутерброд с маслом	52	3,48	5,37	22,23	151,04	0,00
	Итого	372	9,62	12,81	40,81	316,26	1,34	Итого	432	11,70	14,39	51,22	381,06	1,60
<b>2 завтрак</b>														
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2,90	3,20	4,00	59,00	0,70	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2,90	3,20	4,00	59,00	0,70
	Итого	100	2,90	3,20	4,00	59,00	0,70	Итого	100	2,90	3,20	4,00	59,00	0,70
<b>Обед</b>														
56	Икра свекольная	40	0,71	3,23	4,04	48,89	4,27	Икра свекольная	50	0,89	4,04	5,05	61,11	5,34
92	Суп "Волна" с мясом птицы	180	9,96	6,72	13,49	171,60	9,60	Суп "Волна" с мясом птицы	200	10,15	6,87	14,93	180,00	10,65
29	Котлеты, биточки, шницели рыбные	60	9,12	5,02	6,36	107,20	0,34	Котлеты, биточки, шницели рыбные	70	10,63	5,85	7,12	125,06	0,39
91	Картофель тушеный	110	2,13	4,57	15,87	113,12	8,26	Картофель тушеный	130	2,52	5,40	18,75	133,69	9,77
9	Компот из кураги	150	0,78	0,00	14,24	59,00	0,60	Компот из кураги	200	0,94	0,00	16,89	70,00	0,72
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15	1,20	0,15	7,23	35,40	0,00	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,68	0,36	14,82	69,60	0,00
	Итого	580	25,30	19,99	73,58	593,21	23,07	Итого	700	28,41	22,72	87,20	686,66	26,87
<b>Полдник</b>														
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
95	Пирожок печеный из дрожжевого теста с овощным фаршем	70	4,62	5,08	24,72	175,00	4,07	Пирожок печеный из дрожжевого теста с овощным фаршем	80	5,28	5,81	28,25	200,00	4,65
	Итого	220	8,97	9,88	30,72	263,50	5,12	Итого	260	10,50	11,57	35,45	306,20	5,91
<b>Ужин</b>														
48	Капуста тушеная с мясом	150	9,87	8,57	8,17	149,23	24,56	Капуста тушеная с мясом	185	12,17	10,57	10,08	184,05	30,29
13	Чай с сахаром	180	0,10	0,02	5,00	20,63	0,05	Чай с сахаром	200	0,12	0,03	5,47	22,61	0,06
69	Яблоко, груша, банан или др.	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00
	Итого	445	11,95	9,17	32,12	261,71	34,11	Итого	510	14,09	11,30	37,70	311,66	40,35
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		58,73	55,05	181,23	1493,68	64,34	<b>Итого за день</b>		67,60	63,18	215,57	1744,58	75,43
	<b>Суточная потребность</b>		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00	<b>Суточная потребность</b>		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		139,84	117,14	89,28	106,69	142,98	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		125,19	105,30	82,59	96,92	150,86

Примечание: ГП - готовый продукт.

<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная норма выдачи соли пищевой поваренной йодированной - 3 гр.(для детей с 1-3 лет), 5 гр. (для детей с 3-7 лет)

День: (день 5)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1-3 лет, 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен. (ккал)	Витамин С, мг	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен. (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У					Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>														
84	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" вязкая	130	4,73	5,40	15,51	128,27	1,27	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" вязкая	180	6,59	7,21	22,40	179,00	1,77
15	Какао с молоком	180	2,75	2,15	8,89	65,93	0,47	Какао с молоком	200	3,21	2,51	10,52	77,46	0,55
3	Бутерброд с маслом и сыром	44	4,39	6,47	14,83	135,61	0,06	Бутерброд с маслом и сыром	58	6,07	7,73	19,75	173,61	0,09
	<b>Итого</b>	<b>354</b>	<b>11,87</b>	<b>14,02</b>	<b>39,23</b>	<b>329,81</b>	<b>1,80</b>	<b>Итого</b>	<b>438</b>	<b>15,87</b>	<b>17,45</b>	<b>52,67</b>	<b>430,07</b>	<b>2,41</b>
<b>2 завтрак</b>														
40	Сок фруктовый	180	0,36	0,20	18,20	82,80	3,60	Сок фруктовый	200	0,40	0,23	20,23	92,00	4,00
	<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>0,36</b>	<b>0,20</b>	<b>18,20</b>	<b>82,80</b>	<b>3,60</b>	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>0,40</b>	<b>0,23</b>	<b>20,23</b>	<b>92,00</b>	<b>4,00</b>
<b>Обед</b>														
51	Икра морковная	40	0,63	3,25	3,69	46,67	1,47	Икра морковная	50	0,79	4,06	4,61	58,34	1,84
25	Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной	180	5,74	6,57	15,08	135,97	5,92	Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной	200	5,90	6,91	16,76	145,60	6,57
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	60	8,44	6,88	6,13	119,98	0,70	Котлеты, биточки, шницели из говядины	70	9,85	8,03	7,15	139,98	0,82
90	Рагу из овощей	110	1,79	2,80	9,69	74,61	7,51	Рагу из овощей	130	2,11	3,31	11,45	88,17	8,87
66	Напиток из шиповника	150	0,51	0,21	13,23	67,00	150,00	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	16,65	85,00	200,00
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15	1,20	0,15	7,23	35,40	0,00	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,68	0,36	14,82	69,60	0,00
	<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>19,71</b>	<b>20,16</b>	<b>67,40</b>	<b>537,63</b>	<b>165,60</b>	<b>Итого</b>	<b>700</b>	<b>22,61</b>	<b>19,84</b>	<b>69,63</b>	<b>545,72</b>	<b>209,23</b>
<b>Полдник</b>														
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
72	"Гребешок" или ватрушка с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста	70	5,52	4,05	38,04	226,00	0,26	"Гребешок" или ватрушка с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста	80	6,31	4,63	43,47	258,29	0,30
	<b>Итого</b>	<b>210</b>	<b>9,87</b>	<b>8,85</b>	<b>44,04</b>	<b>314,50</b>	<b>1,31</b>	<b>Итого</b>	<b>260</b>	<b>11,53</b>	<b>10,39</b>	<b>50,67</b>	<b>364,49</b>	<b>1,56</b>
<b>Ужин</b>														
49	Пудинг творожный с молоком сгущенным	150	26,24	10,15	30,49	318,43	0,51	Пудинг творожный с молоком сгущенным	200	35,92	13,36	38,23	416,99	0,63
13	Чай с сахаром	180	0,10	0,02	5,00	20,63	0,05	Чай с сахаром	200	0,12	0,03	5,47	22,61	0,06
69	Яблоко, груша, банан или др.	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	<b>Итого</b>	<b>425</b>	<b>26,72</b>	<b>10,55</b>	<b>44,80</b>	<b>383,71</b>	<b>10,06</b>	<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>36,44</b>	<b>13,79</b>	<b>53,50</b>	<b>486,60</b>	<b>10,69</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>68,53</b>	<b>53,78</b>	<b>213,67</b>	<b>1648,45</b>	<b>182,37</b>	<b>Итого за день</b>		<b>86,85</b>	<b>61,70</b>	<b>246,70</b>	<b>1918,88</b>	<b>227,89</b>
	<b>Суточная потребность</b>		<b>42,00</b>	<b>47,00</b>	<b>203,00</b>	<b>1400,00</b>	<b>45,00</b>	<b>Суточная потребность</b>		<b>54,00</b>	<b>60,00</b>	<b>261,00</b>	<b>1800,00</b>	<b>50,00</b>
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>163,16</b>	<b>114,43</b>	<b>105,26</b>	<b>117,75</b>	<b>405,27</b>	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>160,83</b>	<b>102,83</b>	<b>94,52</b>	<b>106,60</b>	<b>455,78</b>

Примечание: ГП - готовый продукт.

<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная норма выдачи соли пищевой поваренной йодированной - 3 гр.(для детей с 1-3 лет), 5 гр. (для детей с 3-7 лет)

День: (день 6)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1-3 лет, 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен. (ккал)	Витамин С, мг	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен. (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У					Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>														
102	Каша манная молочная вязкая (на сгущенном молоке)	130	3,93	4,20	28,91	169,44	0,37	Каша манная молочная вязкая (на сгущенном молоке)	180	5,44	5,82	40,03	234,61	0,51
13	Чай с сахаром	180	0,10	0,02	5,00	20,63	0,05	Чай с сахаром	200	0,12	0,03	5,47	22,61	0,06
16	Бутерброд с маслом	42	2,72	5,29	17,31	127,54	0,00	Бутерброд с маслом	52	3,48	5,37	22,23	151,04	0,00
	<b>Итого</b>	<b>352</b>	<b>6,75</b>	<b>9,51</b>	<b>51,22</b>	<b>317,61</b>	<b>0,42</b>	<b>Итого</b>	<b>432</b>	<b>9,04</b>	<b>11,22</b>	<b>67,73</b>	<b>408,26</b>	<b>0,57</b>
<b>2 завтрак</b>														
40	Сок фруктовый	160	0,32	0,18	16,18	73,60	3,20	Напиток витаминизированный*	170	0,30	0,17	15,17	69,00	3,00
	<b>Итого</b>	<b>160</b>	<b>0,32</b>	<b>0,18</b>	<b>16,18</b>	<b>73,60</b>	<b>3,20</b>	<b>Итого</b>	<b>170</b>	<b>0,30</b>	<b>0,17</b>	<b>15,17</b>	<b>69,00</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>														
12	Маринад овощной с томатом	40	0,50	3,20	3,30	46,23	1,43	Маринад овощной с томатом	50	0,63	4,00	4,13	57,79	1,79
47	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	180	8,50	5,96	15,76	138,45	4,34	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	200	8,96	6,23	17,51	148,36	4,83
80	Бефстроганов	60	11,66	10,89	1,54	150,00	0,22	Бефстроганов	70	13,60	12,70	1,80	175,00	0,26
42	Макаронные изделия отварные	110	3,94	1,69	24,40	128,63	0,00	Макаронные изделия отварные	150	6,91	3,08	42,19	224,25	1,30
9	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,00	12,68	54,00	0,30	Компот из сухофруктов	200	0,40	0,00	15,02	64,00	0,36
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15	1,20	0,15	7,23	35,40	0,00	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,68	0,36	14,82	69,60	0,00
	<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>27,53</b>	<b>22,19</b>	<b>77,26</b>	<b>610,71</b>	<b>6,29</b>	<b>Итого</b>	<b>720</b>	<b>33,78</b>	<b>26,57</b>	<b>105,11</b>	<b>786,20</b>	<b>8,54</b>
<b>Полдник</b>														
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
24	Сушки, бублики, баранки	60	6,42	0,72	42,72	203,40	0,00	Сушки, бублики, баранки	80	8,56	0,96	56,96	271,20	0,00
	<b>Итого</b>	<b>210</b>	<b>10,77</b>	<b>5,52</b>	<b>48,72</b>	<b>291,90</b>	<b>1,05</b>	<b>Итого</b>	<b>260</b>	<b>13,78</b>	<b>6,72</b>	<b>64,16</b>	<b>377,40</b>	<b>1,26</b>
<b>Ужин</b>														
103	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	150	13,67	3,83	18,96	164,92	10,02	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	150	13,67	3,83	18,96	164,92	10,02
41	Икра кабачковая	40	0,48	1,89	3,09	31,20	3,84	Икра кабачковая	60	0,72	2,84	4,64	46,80	5,76
69	Яблоко, груша, банан или др.	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00
2	Кофейный напиток с молоком	180	2,57	2,03	10,04	68,72	0,47	Кофейный напиток с молоком	200	3,00	2,37	11,92	81,02	0,55
	<b>Итого</b>	<b>485</b>	<b>18,70</b>	<b>8,33</b>	<b>51,04</b>	<b>356,69</b>	<b>23,83</b>	<b>Итого</b>	<b>535</b>	<b>19,19</b>	<b>9,74</b>	<b>57,67</b>	<b>397,74</b>	<b>26,33</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>64,07</b>	<b>45,73</b>	<b>244,42</b>	<b>1650,51</b>	<b>34,79</b>	<b>Итого за день</b>		<b>76,09</b>	<b>54,42</b>	<b>309,84</b>	<b>2038,60</b>	<b>39,70</b>
	<b>Суточная потребность</b>		<b>42,00</b>	<b>47,00</b>	<b>203,00</b>	<b>1400,00</b>	<b>45,00</b>	<b>Суточная потребность</b>		<b>54,00</b>	<b>60,00</b>	<b>261,00</b>	<b>1800,00</b>	<b>50,00</b>
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>152,54</b>	<b>97,31</b>	<b>120,40</b>	<b>117,89</b>	<b>77,31</b>	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>140,91</b>	<b>90,70</b>	<b>118,71</b>	<b>113,26</b>	<b>79,40</b>

Примечание: ГП - готовый продукт.

<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная норма выдачи соли пищевой поваренной йодированной - 3 гр.(для детей с 1-3 лет), 5 гр. (для детей с 3-7 лет)

\* напиток витаминизированный готовится согласно инструкции производителя.

День: (день 7)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1-3 лет, 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен. (ккал)	Витамин С, мг	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен. (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У					Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>														
14	Каша "Дружба"	130	4,61	4,84	19,21	136,93	1,27	Каша "Дружба"	180	6,06	5,99	27,02	185,00	1,59
15	Какао с молоком	180	2,75	2,15	8,89	65,93	0,47	Какао с молоком	200	3,21	2,51	10,52	77,46	0,55
99	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00
16	Бутерброд с маслом	42	2,72	5,29	17,31	127,54	0,00	Бутерброд с маслом	52	3,48	5,37	22,23	151,04	0,00
	<b>Итого</b>	<b>392</b>	<b>15,16</b>	<b>16,88</b>	<b>45,69</b>	<b>393,40</b>	<b>1,74</b>	<b>Итого</b>	<b>472</b>	<b>17,83</b>	<b>18,47</b>	<b>60,05</b>	<b>476,50</b>	<b>2,14</b>
<b>2 завтрак</b>														
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2,90	3,20	4,00	59,00	0,70	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2,90	3,20	4,00	59,00	0,70
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>2,90</b>	<b>3,20</b>	<b>4,00</b>	<b>59,00</b>	<b>0,70</b>	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>2,90</b>	<b>3,20</b>	<b>4,00</b>	<b>59,00</b>	<b>0,70</b>
<b>Обед</b>														
51	Икра морковная	40	0,63	3,25	3,69	46,67	1,47	Икра морковная	50	0,79	4,06	4,61	58,34	1,84
53	Солянка сборная мясная со сметаной	180	4,86	6,22	9,19	107,10	4,32	Солянка сборная мясная со сметаной	200	5,40	6,91	10,21	119,00	4,80
81	Капуста тушеная с мясом	150	9,87	8,57	8,17	149,23	24,56	Капуста тушеная с мясом	185	12,17	10,57	10,08	184,05	30,29
54	Компот из свежих фруктов	150	0,12	0,12	8,93	38,00	3,00	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	10,91	47,00	4,00
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15	1,20	0,15	7,23	35,40	0,00	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,68	0,36	14,82	69,60	0,00
	<b>Итого</b>	<b>560</b>	<b>18,08</b>	<b>18,61</b>	<b>49,56</b>	<b>434,40</b>	<b>33,35</b>	<b>Итого</b>	<b>685</b>	<b>21,80</b>	<b>22,26</b>	<b>60,27</b>	<b>525,19</b>	<b>40,93</b>
<b>Полдник</b>														
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
101	Манник с молоком сгущенным	55	3,95	5,29	23,13	156,09	0,17	Манник с молоком сгущенным	70	5,03	6,73	29,44	198,66	0,22
	<b>Итого</b>	<b>205</b>	<b>8,30</b>	<b>10,09</b>	<b>29,13</b>	<b>244,59</b>	<b>1,22</b>	<b>Итого</b>	<b>250</b>	<b>10,25</b>	<b>12,49</b>	<b>36,64</b>	<b>304,86</b>	<b>1,48</b>
<b>Ужин</b>														
78	Овощи натуральные соленные	40	0,32	0,04	0,65	5,00	2,00	Овощи натуральные соленные	60	0,48	0,06	0,97	7,50	3,00
27	Рагу из овощей с мясом	150	9,24	8,70	12,73	166,17	11,72	Рагу из овощей с мясом	185	11,40	10,73	15,70	204,94	14,45
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00
69	Яблоко, груша, банан или др.	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
31	Чай с лимоном	180	0,13	0,03	4,67	19,44	0,69	Чай с лимоном	200	0,16	0,03	5,61	23,37	0,86
	<b>Итого</b>	<b>485</b>	<b>11,67</b>	<b>9,35</b>	<b>37,00</b>	<b>282,46</b>	<b>23,91</b>	<b>Итого</b>	<b>570</b>	<b>13,84</b>	<b>11,52</b>	<b>44,43</b>	<b>340,81</b>	<b>28,31</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>56,11</b>	<b>58,13</b>	<b>165,38</b>	<b>1413,85</b>	<b>60,92</b>	<b>Итого за день</b>		<b>66,62</b>	<b>67,94</b>	<b>205,39</b>	<b>1706,36</b>	<b>73,56</b>
	<b>Суточная потребность</b>		<b>42,00</b>	<b>47,00</b>	<b>203,00</b>	<b>1400,00</b>	<b>45,00</b>	<b>Суточная потребность</b>		<b>54,00</b>	<b>60,00</b>	<b>261,00</b>	<b>1800,00</b>	<b>50,00</b>
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>133,60</b>	<b>123,68</b>	<b>81,47</b>	<b>100,99</b>	<b>135,38</b>	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>123,37</b>	<b>113,24</b>	<b>78,69</b>	<b>94,80</b>	<b>147,12</b>

Примечание: ГП - готовый продукт.

<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная норма выдачи соли пищевой поваренной йодированной - 3 гр (для детей с 1-3 лет), 5 гр. (для детей с 3-7 лет)



День: (день 8)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1-3 лет, 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен. (ккал)	Витамин С, мг	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен. (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У					Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>														
87,84	Каша кукурузная (из хлопьев овсяных "Геркулес")молочная вязкая	130	4,73	5,40	15,51	128,27	1,27	Каша кукурузная (из хлопьев овсяных "Геркулес")молочная вязкая	180	5,27	6,00	20,99	157,00	1,77
2	Кофейный напиток с молоком	180	2,57	2,03	10,04	68,72	0,47	Кофейный напиток с молоком	200	3,00	2,37	11,92	81,02	0,55
3	Бутерброд с маслом и сыром	44	4,39	6,47	14,83	135,61	0,06	Бутерброд с маслом и сыром	58	6,07	7,73	19,75	173,61	0,09
	<b>Итого</b>	<b>354</b>	<b>11,69</b>	<b>13,90</b>	<b>40,38</b>	<b>332,60</b>	<b>1,80</b>	<b>Итого</b>	<b>438</b>	<b>14,34</b>	<b>16,10</b>	<b>52,66</b>	<b>411,63</b>	<b>2,41</b>
<b>2 завтрак</b>														
40	Сок фруктовый	160	0,32	0,18	16,18	73,60	3,20	Сок фруктовый	200	0,40	0,23	20,23	92,00	4,00
	<b>Итого</b>	<b>160</b>	<b>0,32</b>	<b>0,18</b>	<b>16,18</b>	<b>73,60</b>	<b>3,20</b>	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>0,40</b>	<b>0,23</b>	<b>20,23</b>	<b>92,00</b>	<b>4,00</b>
<b>Обед</b>														
38	Зеленый горошек консервированный отварной	40	2,00	0,08	3,33	22,00	4,00	Зеленый горошек консервированный отварной	50	2,50	0,10	4,16	27,50	5,00
70	Свекольник с мясом, со сметаной	180	5,84	6,93	9,92	135,97	7,18	Свекольник с мясом, со сметаной	200	6,00	7,31	11,03	145,60	7,97
29	Котлеты, биточки, шницели рыбные	60	9,12	5,02	6,36	107,20	0,34	Котлеты, биточки, шницели рыбные	70	10,63	5,85	7,12	125,06	0,39
8	Картофельное пюре	110	2,23	3,84	13,25	104,14	7,70	Картофельное пюре	130	2,63	4,53	15,66	123,07	9,10
20	Кисель из ягод	150	0,11	0,00	14,54	61,00	2,25	Кисель из ягод	200	0,15	0,10	20,58	86,00	3,00
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15	1,20	0,15	7,23	35,40	0,00	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,68	0,36	14,82	69,60	0,00
	<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>21,90</b>	<b>16,32</b>	<b>66,98</b>	<b>523,71</b>	<b>21,47</b>	<b>Итого</b>	<b>700</b>	<b>25,19</b>	<b>18,45</b>	<b>83,01</b>	<b>624,03</b>	<b>25,46</b>
<b>Полдник</b>														
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
75	Творожники песочные (сочень)	70	9,26	13,92	33,89	297,87	0,05	Творожники песочные (сочень)	80	10,58	15,91	38,73	340,42	0,06
	<b>Итого</b>	<b>220</b>	<b>13,61</b>	<b>18,72</b>	<b>39,89</b>	<b>386,37</b>	<b>1,10</b>	<b>Итого</b>	<b>260</b>	<b>15,80</b>	<b>21,67</b>	<b>45,93</b>	<b>446,62</b>	<b>1,32</b>
<b>Ужин</b>														
37	Омлет натуральный с маслом	150	13,48	13,19	3,08	184,99	0,28	Омлет натуральный с маслом	150	13,48	13,19	3,08	184,99	0,28
38	Кукуруза консервированная отварная	40	0,49	0,08	2,45	12,53	0,46	Кукуруза консервированная отварная	50	0,61	0,11	3,06	15,66	0,58
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00
13	Чай с сахаром	180	0,10	0,02	5,00	20,63	0,05	Чай с сахаром	200	0,12	0,03	5,47	22,61	0,06
69	Яблоко, груша, банан или др.	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	<b>Итого</b>	<b>485</b>	<b>16,05</b>	<b>13,88</b>	<b>29,48</b>	<b>310,00</b>	<b>10,29</b>	<b>Итого</b>	<b>525</b>	<b>16,01</b>	<b>14,03</b>	<b>33,76</b>	<b>328,26</b>	<b>10,92</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>63,56</b>	<b>63,00</b>	<b>192,91</b>	<b>1626,28</b>	<b>37,86</b>	<b>Итого за день</b>		<b>71,74</b>	<b>70,48</b>	<b>235,59</b>	<b>1902,54</b>	<b>44,11</b>
	<b>Суточная потребность</b>		<b>42,00</b>	<b>47,00</b>	<b>203,00</b>	<b>1400,00</b>	<b>45,00</b>	<b>Суточная потребность</b>		<b>54,00</b>	<b>60,00</b>	<b>261,00</b>	<b>1800,00</b>	<b>50,00</b>
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>151,34</b>	<b>134,04</b>	<b>95,03</b>	<b>116,16</b>	<b>84,14</b>	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>132,85</b>	<b>117,47</b>	<b>90,26</b>	<b>105,70</b>	<b>88,22</b>

Примечание: ГП - готовый продукт.

<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная норма выдачи соли пищевой поваренной йодированной - 3 гр. (для детей с 1-3 лет), 5 гр. (для детей с 3-7 лет)

День: (день 9)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1-3 лет, 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (ккал)	Витамин С, мг	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У					Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>														
50	Каша рисовая молочная вязкая	130	3,87	4,54	17,51	125,67	1,27	Каша рисовая молочная вязкая	180	5,39	6,01	25,19	175,00	1,77
15	Какао с молоком	180	2,75	2,15	8,89	65,93	0,47	Какао с молоком	200	3,21	2,51	10,52	77,46	0,55
16	Бутерброд с маслом	42	2,72	5,29	17,31	127,54	0,00	Бутерброд с маслом	52	3,48	5,37	22,23	151,04	0,00
	<b>Итого</b>	<b>352</b>	<b>9,34</b>	<b>11,98</b>	<b>43,71</b>	<b>319,14</b>	<b>1,74</b>	<b>Итого</b>	<b>432</b>	<b>12,08</b>	<b>13,89</b>	<b>57,94</b>	<b>403,50</b>	<b>2,32</b>
<b>2 завтрак</b>														
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2,90	3,20	4,00	59,00	0,70	Напиток витаминизированный*	170	0,30	0,17	15,17	69,00	3,00
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>2,90</b>	<b>3,20</b>	<b>4,00</b>	<b>59,00</b>	<b>0,70</b>	<b>Итого</b>	<b>170</b>	<b>0,30</b>	<b>0,17</b>	<b>15,17</b>	<b>69,00</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>														
56	Икра свекольная	40	0,71	3,23	4,04	48,89	4,27	Икра свекольная	50	0,89	4,04	5,05	61,11	5,34
77	Суп крестьянский с крупой, с мясом и со сметаной	180	6,16	7,06	11,54	130,47	6,94	Суп крестьянский с крупой, с мясом и со сметаной	200	6,36	7,45	12,82	139,49	7,70
97	Жаркое по-домашнему	150	10,36	10,49	15,60	198,27	8,48	Жаркое по-домашнему	185	12,78	12,94	19,24	244,53	10,46
9	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,00	12,68	54,00	0,30	Компот из сухофруктов	200	0,40	0,00	15,02	64,00	0,36
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15	1,20	0,15	7,23	35,40	0,00	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,68	0,36	14,82	69,60	0,00
	<b>Итого</b>	<b>560</b>	<b>20,16</b>	<b>21,23</b>	<b>63,44</b>	<b>525,03</b>	<b>19,99</b>	<b>Итого</b>	<b>685</b>	<b>23,71</b>	<b>24,99</b>	<b>76,59</b>	<b>625,93</b>	<b>23,86</b>
<b>Полдник</b>														
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	50	1,50	1,95	35,00	143,88	0,00	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	85	1,92	2,55	44,64	184,89	0,00
	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>5,85</b>	<b>6,75</b>	<b>41,00</b>	<b>232,38</b>	<b>1,05</b>	<b>Итого</b>	<b>265</b>	<b>7,14</b>	<b>8,31</b>	<b>51,84</b>	<b>291,09</b>	<b>1,26</b>
<b>Ужин</b>														
94	Пудинг творожно яблочный с молоком сгущенным	150	23,68	9,58	30,14	301,60	0,48	Пудинг творожно яблочный с молоком сгущенным	200	32,36	12,57	37,73	393,68	0,59
13	Чай с сахаром	180	0,10	0,02	5,00	20,63	0,05	Чай с сахаром	200	0,12	0,03	5,47	22,61	0,06
69	Яблоко, груша, банан или др.	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	<b>Итого</b>	<b>425</b>	<b>24,16</b>	<b>9,98</b>	<b>44,45</b>	<b>366,88</b>	<b>10,03</b>	<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>32,88</b>	<b>13,00</b>	<b>53,00</b>	<b>463,29</b>	<b>10,65</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>62,41</b>	<b>53,14</b>	<b>196,60</b>	<b>1502,43</b>	<b>33,51</b>	<b>Итого за день</b>		<b>76,11</b>	<b>60,36</b>	<b>254,54</b>	<b>1852,81</b>	<b>41,09</b>
	<b>Суточная потребность</b>		<b>42,00</b>	<b>47,00</b>	<b>203,00</b>	<b>1400,00</b>	<b>45,00</b>	<b>Суточная потребность</b>		<b>54,00</b>	<b>60,00</b>	<b>261,00</b>	<b>1800,00</b>	<b>50,00</b>
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>148,59</b>	<b>113,07</b>	<b>96,85</b>	<b>107,32</b>	<b>74,47</b>	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>140,94</b>	<b>100,60</b>	<b>97,52</b>	<b>102,93</b>	<b>82,18</b>

Примечание: ГП - готовый продукт.

<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная норма выдачи соли пищевой поваренной йодированной - 3 гр (для детей с 1-3 лет), 5 гр. (для детей с 3-7 лет)

\* напиток витаминизированный готовится согласно инструкции производителя.

День: (день 10)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1-3 лет, 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (ккал)	Витамин С, мг	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У					Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>														
1	Суп молочный с крупой	150	4,33	5,49	13,46	120,00	0,87	Суп молочный с крупой	180	5,22	6,65	17,07	149,00	1,05
	Кофейный напиток с молоком	180	2,57	2,03	10,04	68,72	0,47	Кофейный напиток с молоком	200	3,00	2,37	11,92	81,02	0,55
86	Бутерброд с повидлом	40	2,32	0,24	21,26	95,50	0,05	Бутерброд с повидлом	50	3,08	0,32	26,18	119,00	0,05
	<b>Итого</b>	<b>370</b>	<b>9,22</b>	<b>7,76</b>	<b>44,76</b>	<b>284,22</b>	<b>1,39</b>	<b>Итого</b>	<b>430</b>	<b>11,30</b>	<b>9,34</b>	<b>55,17</b>	<b>349,02</b>	<b>1,65</b>
<b>2 завтрак</b>														
40	Сок фруктовый	180	0,36	0,20	18,20	82,80	3,60	Сок фруктовый	200	0,40	0,23	20,23	92,00	4,00
	<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>0,36</b>	<b>0,20</b>	<b>18,20</b>	<b>82,80</b>	<b>3,60</b>	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>0,40</b>	<b>0,23</b>	<b>20,23</b>	<b>92,00</b>	<b>4,00</b>
<b>Обед</b>														
51	Икра морковная	40	0,63	3,25	3,69	46,67	1,47	Икра морковная	50	0,79	4,06	4,61	58,34	1,84
	Суп из овощей с мясом и со сметаной	180	6,95	7,87	7,01	133,47	8,70	Суп из овощей с мясом и со сметаной	200	7,25	8,35	7,79	142,82	9,67
62	Плов с птицей	150	13,20	14,72	24,74	281,47	1,96	Плов с птицей	200	17,60	19,62	32,99	375,29	2,61
20	Кисель из ягод	150	0,11	0,00	14,54	61,00	2,25	Кисель из ягод	200	0,15	0,10	20,58	86,00	3,00
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15	1,20	0,15	7,23	35,40	0,00	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,68	0,36	14,82	69,60	0,00
	<b>Итого</b>	<b>560</b>	<b>23,49</b>	<b>26,29</b>	<b>69,56</b>	<b>616,01</b>	<b>14,38</b>	<b>Итого</b>	<b>700</b>	<b>29,07</b>	<b>32,69</b>	<b>90,43</b>	<b>779,25</b>	<b>17,12</b>
<b>Полдник</b>														
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
11	Хачапури с сыром	60	10,73	13,03	18,95	245,14	0,33	Хачапури с сыром	80	14,31	17,37	25,27	326,86	0,43
	<b>Итого</b>	<b>210</b>	<b>15,08</b>	<b>17,83</b>	<b>24,95</b>	<b>333,64</b>	<b>1,38</b>	<b>Итого</b>	<b>260</b>	<b>19,53</b>	<b>23,13</b>	<b>32,47</b>	<b>433,06</b>	<b>1,69</b>
<b>Ужин</b>														
78	Овощи натуральные соленные	40	0,32	0,04	0,65	5,00	2,00	Овощи натуральные соленные	60	0,48	0,06	0,97	7,50	3,00
44	Рыба, запеченная в омлете	60	8,57	2,24	0,94	57,00	0,23	Рыба, запеченная в омлете	80	11,43	2,98	1,25	76,00	0,30
79	Картофель отварной	110	2,11	4,88	14,78	111,44	8,80	Картофель отварной	130	2,50	5,77	17,47	131,71	10,40
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00
31	Чай с лимоном	180	0,13	0,03	4,67	19,44	0,69	Чай с лимоном	200	0,16	0,03	5,61	23,37	0,86
	<b>Итого</b>	<b>410</b>	<b>12,73</b>	<b>7,39</b>	<b>30,68</b>	<b>240,08</b>	<b>11,72</b>	<b>Итого</b>	<b>495</b>	<b>15,97</b>	<b>9,14</b>	<b>37,65</b>	<b>296,58</b>	<b>14,56</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>60,88</b>	<b>59,47</b>	<b>188,15</b>	<b>1556,75</b>	<b>32,47</b>	<b>Итого за день</b>		<b>76,27</b>	<b>74,53</b>	<b>235,95</b>	<b>1949,91</b>	<b>39,02</b>
	<b>Суточная потребность</b>		<b>42,00</b>	<b>47,00</b>	<b>203,00</b>	<b>1400,00</b>	<b>45,00</b>	<b>Суточная потребность</b>		<b>54,00</b>	<b>60,00</b>	<b>261,00</b>	<b>1800,00</b>	<b>50,00</b>
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>144,95</b>	<b>126,53</b>	<b>92,68</b>	<b>111,20</b>	<b>72,16</b>	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>141,24</b>	<b>124,22</b>	<b>90,40</b>	<b>108,33</b>	<b>78,04</b>

Примечание: ГП - готовый продукт.

<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная норма выдачи соли пищевой поваренной йодированной - 3 гр. (для детей с 1-3 лет), 5 гр. (для детей с 3-7 лет)

День: (день 11)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1-3 лет, 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен. (ккал)	Витамин С, мг	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен. (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У					Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>														
85	Макаронные изделия, запеченные с сыром	105	5,61	5,80	24,40	175,88	0,05	Макаронные изделия, запеченные с сыром	175	9,35	9,67	40,67	293,13	0,09
41	Икра кабачковая	40	0,48	1,89	3,09	31,20	3,84	Икра кабачковая	60	0,72	2,84	4,64	46,80	5,76
31	Чай с лимоном	180	0,13	0,03	4,67	19,44	0,69	Чай с лимоном	200	0,16	0,03	5,61	23,37	0,86
16	Бутерброд с маслом	42	2,72	5,29	17,31	127,54	0,00	Бутерброд с маслом	52	3,48	5,37	22,23	151,04	0,00
	<b>Итого</b>	<b>367</b>	<b>8,94</b>	<b>13,01</b>	<b>49,47</b>	<b>354,06</b>	<b>4,58</b>	<b>Итого</b>	<b>487</b>	<b>13,71</b>	<b>17,91</b>	<b>73,15</b>	<b>514,34</b>	<b>6,71</b>
<b>2 завтрак</b>														
40	Сок фруктовый	160	0,32	0,18	16,18	73,60	3,20	Сок фруктовый	200	0,40	0,23	20,23	92,00	4,00
	<b>Итого</b>	<b>160</b>	<b>0,32</b>	<b>0,18</b>	<b>16,18</b>	<b>73,60</b>	<b>3,20</b>	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>0,40</b>	<b>0,23</b>	<b>20,23</b>	<b>92,00</b>	<b>4,00</b>
<b>Обед</b>														
38	Зеленый горошек консервированный отварной	40	2,00	0,08	3,33	22,00	4,00	Зеленый горошек консервированный отварной	50	2,50	0,10	4,16	27,50	5,00
5	Борщ с капустой и картофелем, с мясом и со сметаной	180	5,45	6,56	7,50	118,19	8,10	Борщ с капустой и картофелем, с мясом и со сметаной	200	5,58	6,90	8,40	126,18	9,15
61	Плов с мясом	150	10,34	10,58	30,48	258,50	0,96	Плов с мясом	200	13,79	14,11	40,64	344,67	1,28
9	Компот из изюма	150	0,27	0,00	15,89	63,00	0,00	Компот из изюма	200	0,32	0,00	18,87	75,00	0,00
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15	1,20	0,15	7,23	35,40	0,00	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,68	0,36	14,82	69,60	0,00
	<b>Итого</b>	<b>560</b>	<b>20,66</b>	<b>17,67</b>	<b>76,78</b>	<b>555,09</b>	<b>13,06</b>	<b>Итого</b>	<b>700</b>	<b>25,47</b>	<b>21,67</b>	<b>96,53</b>	<b>690,15</b>	<b>15,43</b>
<b>Полдник</b>														
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
24	Сушки, бублики, баранки	60	6,42	0,72	42,72	203,40	0,00	Сушки, бублики, баранки	80	8,56	0,96	56,96	271,20	0,00
	<b>Итого</b>	<b>210</b>	<b>10,77</b>	<b>5,52</b>	<b>48,72</b>	<b>291,90</b>	<b>1,05</b>	<b>Итого</b>	<b>260</b>	<b>14</b>	<b>7</b>	<b>64</b>	<b>377</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>														
78	Овощи натуральные соленые	40	0,32	0,04	0,65	5,00	2,00	Овощи натуральные соленые	60	0,48	0,06	0,97	7,50	3,00
27	Рагу из овощей с мясом	150	9,24	8,70	12,73	166,17	11,72	Рагу из овощей с мясом	185	11,40	10,73	15,70	204,94	14,45
66	Напиток из шиповника	150	0,51	0,21	13,23	67,00	150,00	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	16,65	85,00	200,00
69	Яблоко, груша, банан или др.	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00
	<b>Итого</b>	<b>455</b>	<b>12,05</b>	<b>9,53</b>	<b>45,56</b>	<b>330,02</b>	<b>173,22</b>	<b>Итого</b>	<b>570</b>	<b>14,36</b>	<b>11,77</b>	<b>55,47</b>	<b>402,44</b>	<b>227,45</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>52,74</b>	<b>45,91</b>	<b>236,71</b>	<b>1604,67</b>	<b>195,11</b>	<b>Итого за день</b>		<b>67,72</b>	<b>58,30</b>	<b>309,54</b>	<b>2076,33</b>	<b>254,85</b>
	<b>Суточная потребность</b>		<b>42,00</b>	<b>47,00</b>	<b>203,00</b>	<b>1400,00</b>	<b>45,00</b>	<b>Суточная потребность</b>		<b>54,00</b>	<b>60,00</b>	<b>261,00</b>	<b>1800,00</b>	<b>50,00</b>
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>125,57</b>	<b>97,68</b>	<b>116,61</b>	<b>114,62</b>	<b>433,58</b>	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>125,41</b>	<b>97,17</b>	<b>118,60</b>	<b>115,35</b>	<b>509,70</b>

Примечание: ГП - готовый продукт.

<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная норма выдачи соли пищевой поваренной йодированной - 3 гр.(для детей с 1-3 лет), 5 гр. (для детей с 3-7 лет)

День: (день 12)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1-3 лет, 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен. (ккал)	Витамин С, мг	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен. (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У					Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>														
23	Каша вязкая ячневая молочная	130	4,36	4,59	16,10	122,20	1,27	Каша вязкая ячневая молочная	180	6,07	6,08	23,23	170,00	1,77
2	Кофейный напиток с молоком	180	2,57	2,03	10,04	68,72	0,47	Кофейный напиток с молоком	200	3,00	2,37	11,92	81,02	0,55
16	Бутерброд с маслом	42	2,72	5,29	17,31	127,54	0,00	Бутерброд с маслом	52	3,48	5,37	22,23	151,04	0,00
	<b>Итого</b>	<b>352</b>	<b>9,65</b>	<b>11,91</b>	<b>43,45</b>	<b>318,46</b>	<b>1,74</b>	<b>Итого</b>	<b>432</b>	<b>12,55</b>	<b>13,82</b>	<b>57,38</b>	<b>402,06</b>	<b>2,32</b>
<b>2 завтрак</b>														
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2,90	3,20	4,00	59,00	0,70	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2,90	3,20	4,00	59,00	0,70
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>2,90</b>	<b>3,20</b>	<b>4,00</b>	<b>59,00</b>	<b>0,70</b>	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>2,90</b>	<b>3,20</b>	<b>4,00</b>	<b>59,00</b>	<b>0,70</b>
<b>Обед</b>														
82	Икра свекольная с морковью	40	1,03	3,04	4,92	54,00	5,77	Икра свекольная с морковью	50	1,29	3,80	6,15	67,50	7,21
67	Суп картофельный с рыбой (или рыбными консервами)	150	7,01	3,03	6,08	87,75	4,50	Суп картофельный с рыбой (или рыбными консервами)	180	8,41	3,64	7,30	105,30	5,40
64	Тефтели из говядины с рисом	60	7,51	8,35	6,45	131,00	1,78	Тефтели из говядины с рисом	70	8,76	9,74	7,53	152,83	2,08
7	Соус красный основной	20	0,28	0,78	1,24	12,40	0,00	Соус красный основной	40	0,56	1,56	2,48	24,80	0,00
98	Капуста тушеная	120	2,31	2,81	6,58	66,00	19,41	Капуста тушеная	130	2,50	3,05	7,13	71,50	21,03
9	Компот из кураги	150	0,78	0,00	14,24	59,00	0,60	Компот из кураги	200	0,94	0,00	16,89	70,00	0,72
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15	1,20	0,15	7,23	35,40	0,00	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,68	0,36	14,82	69,60	0,00
	<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>21,52</b>	<b>18,46</b>	<b>59,09</b>	<b>503,55</b>	<b>32,06</b>	<b>Итого</b>	<b>720</b>	<b>25,74</b>	<b>22,35</b>	<b>71,94</b>	<b>608,73</b>	<b>36,44</b>
<b>Полдник</b>														
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
17	Коржик молочный	70	4,11	6,85	38,63	250,00	0,09	Коржик молочный	80	4,70	7,83	44,15	285,71	0,10
	<b>Итого</b>	<b>220</b>	<b>8,46</b>	<b>11,65</b>	<b>44,63</b>	<b>338,50</b>	<b>1,14</b>	<b>Итого</b>	<b>260</b>	<b>9,92</b>	<b>13,59</b>	<b>51,35</b>	<b>391,91</b>	<b>1,36</b>
<b>Ужин</b>														
37	Омлет натуральный с маслом	150	13,48	13,19	3,08	184,99	0,28	Омлет натуральный с маслом	150	13,48	13,19	3,08	184,99	0,28
38	Кукуруза консервированная отварная	40	0,49	0,08	2,45	12,53	0,46	Кукуруза консервированная отварная	50	0,61	0,11	3,06	15,66	0,58
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00
13	Чай с сахаром	180	0,10	0,02	5,00	20,63	0,05	Чай с сахаром	200	0,12	0,03	5,47	22,61	0,06
69	Яблоко, груша, банан или др.	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	<b>Итого</b>	<b>485</b>	<b>16,05</b>	<b>13,88</b>	<b>29,48</b>	<b>310,00</b>	<b>10,29</b>	<b>Итого</b>	<b>525</b>	<b>16,01</b>	<b>14,03</b>	<b>33,76</b>	<b>328,26</b>	<b>10,92</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>58,58</b>	<b>59,10</b>	<b>180,65</b>	<b>1529,51</b>	<b>45,93</b>	<b>Итого за день</b>		<b>67,12</b>	<b>66,99</b>	<b>218,43</b>	<b>1789,96</b>	<b>51,74</b>
	<b>Суточная потребность</b>		<b>42,00</b>	<b>47,00</b>	<b>203,00</b>	<b>1400,00</b>	<b>45,00</b>	<b>Суточная потребность</b>		<b>54,00</b>	<b>60,00</b>	<b>261,00</b>	<b>1800,00</b>	<b>50,00</b>
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>139,47</b>	<b>125,74</b>	<b>88,99</b>	<b>109,25</b>	<b>102,07</b>	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>124,30</b>	<b>111,65</b>	<b>83,69</b>	<b>99,44</b>	<b>103,48</b>

Примечание: ГП - готовый продукт.

<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная норма выдачи соли пищевой поваренной йодированной - 3 гр.(для детей с 1-3 лет), 5 гр. (для детей с 3-7 лет)

День: (день 13)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1-3 лет, 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (ккал)	Витамин С, мг	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У					Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>														
14	Каша "Дружба"	130	4,61	4,84	19,21	136,93	1,27	Каша "Дружба"	180	6,06	5,99	27,02	185,00	1,59
15	Какао с молоком	180	2,75	2,15	8,89	65,93	0,47	Какао с молоком	200	3,21	2,51	10,52	77,46	0,55
99	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00
16	Бутерброд с маслом	42	2,72	5,29	17,31	127,54	0,00	Бутерброд с маслом	52	3,48	5,37	22,23	151,04	0,00
	Итого	392	15,16	16,88	45,69	393,40	1,74	Итого	472	17,83	18,47	60,05	476,50	2,14
<b>2 завтрак</b>														
40	Сок фруктовый	160	0,32	0,18	16,18	73,60	3,20	Напиток витаминизированный*	170	0,30	0,17	15,17	69,00	3,00
	Итого	160	0,32	0,18	16,18	73,60	3,20	Итого	170	0,30	0,17	15,17	69,00	3,00
<b>Обед</b>														
12	Маринад овощной с томатом	40	0,50	3,20	3,30	46,23	1,43	Маринад овощной с томатом	50	0,63	4,00	4,13	57,79	1,79
30	Суп-лапша домашняя с мясом птицы	180	6,50	4,30	10,57	107,10	0,49	Суп-лапша домашняя с мясом птицы	200	7,22	4,77	11,75	119,00	0,55
4	Азу	150	10,89	10,59	15,59	217,45	11,54	Азу	185	13,43	13,06	19,23	268,19	14,23
20	Кисель из ягод	150	0,11	0,00	14,54	61,00	2,25	Кисель из ягод	200	0,15	0,10	20,58	86,00	3,00
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15	1,20	0,15	7,23	35,40	0,00	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,68	0,36	14,82	69,60	0,00
	Итого	560	20,60	18,54	63,58	525,18	15,71	Итого	685	24,71	22,49	80,15	647,78	19,57
<b>Полдник</b>														
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	50	1,50	1,95	35,00	143,88	0,00	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	85	1,92	2,55	44,64	184,89	0,00
	Итого	200	5,85	6,75	41,00	232,38	1,05	Итого	265	7,14	8,31	51,84	291,09	1,26
<b>Ужин</b>														
49	Пудинг творожный с молоком сгущенным	150	26,24	10,15	30,49	318,43	0,51	Пудинг творожный с молоком сгущенным	200	35,92	13,36	38,23	416,99	0,63
13	Чай с сахаром	180	0,10	0,02	5,00	20,63	0,05	Чай с сахаром	200	0,12	0,03	5,47	22,61	0,06
69	Яблоко, груша, банан или др.	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	Итого	425	26,72	10,55	44,80	383,71	10,06	Итого	500	36,44	13,79	53,50	486,60	10,69
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		68,65	52,90	211,25	1608,27	31,76	<b>Итого за день</b>		86,42	63,23	260,71	1970,97	36,66
	<b>Суточная потребность</b>		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00	<b>Суточная потребность</b>		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		163,44	112,56	104,06	114,88	70,58	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		160,04	105,38	99,89	109,50	73,32

Примечание: ГП - готовый продукт.

<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная норма выдачи соли пищевой поваренной йодированной - 3 гр. (для детей с 1-3 лет), 5 гр. (для детей с 3-7 лет)

\* напиток витаминизированный готовится согласно инструкции производителя.

День: (день 14)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1-3 лет, 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен. (ккал)	Витамин С, мг	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энер. цен. (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У					Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>														
39	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,60	4,36	15,31	118,00	0,75	Суп молочный с макаронными изделиями	180	5,44	5,17	18,73	143,00	0,90
2	Кофейный напиток с молоком	180	2,57	2,03	10,04	68,72	0,47	Кофейный напиток с молоком	200	3,00	2,37	11,92	81,02	0,55
16	Бутерброд с маслом	42	2,72	5,29	17,31	127,54	0,00	Бутерброд с маслом	52	3,48	5,37	22,23	151,04	0,00
	<b>Итого</b>	<b>372</b>	<b>9,89</b>	<b>11,68</b>	<b>42,66</b>	<b>314,26</b>	<b>1,22</b>	<b>Итого</b>	<b>432</b>	<b>11,92</b>	<b>12,91</b>	<b>52,88</b>	<b>375,06</b>	<b>1,45</b>
<b>2 завтрак</b>														
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2,90	3,20	4,00	59,00	0,70	Сок фруктовый	200	0,40	0,23	20,23	92,00	4,00
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>2,90</b>	<b>3,20</b>	<b>4,00</b>	<b>59,00</b>	<b>0,70</b>	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>0,40</b>	<b>0,23</b>	<b>20,23</b>	<b>92,00</b>	<b>4,00</b>
<b>Обед</b>														
56	Икра свекольная	40	0,71	3,23	4,04	48,89	4,27	Икра свекольная	50	0,89	4,04	5,05	61,11	5,34
92	Суп "Волна" с мясом птицы	180	9,96	6,72	13,49	171,60	9,60	Суп "Волна" с мясом птицы	200	10,15	6,87	14,93	180,00	10,65
65	Каша рассыпчатая	110	3,30	4,70	16,06	192,86	0,00	Каша рассыпчатая	150	4,50	6,40	21,90	263,00	0,00
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	60	8,44	6,88	6,13	119,98	0,70	Котлеты, биточки, шницели из говядины	70	9,85	8,03	7,15	139,98	0,82
9	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,00	12,68	54,00	0,30	Компот из сухофруктов	200	0,40	0,00	15,02	64,00	0,36
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15	1,20	0,15	7,23	35,40	0,00	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,68	0,36	14,82	69,60	0,00
	<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>25,34</b>	<b>21,98</b>	<b>71,98</b>	<b>680,73</b>	<b>14,87</b>	<b>Итого</b>	<b>720</b>	<b>29,07</b>	<b>25,90</b>	<b>88,51</b>	<b>824,89</b>	<b>17,17</b>
<b>Полдник</b>														
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
36	Сушка на сметане	70	6,11	11,11	34,77	280,00	0,21	Сушка на сметане	80	6,98	12,70	39,74	320,00	0,24
	<b>Итого</b>	<b>220</b>	<b>10,46</b>	<b>15,91</b>	<b>40,77</b>	<b>368,50</b>	<b>1,26</b>	<b>Итого</b>	<b>260</b>	<b>12,20</b>	<b>18,46</b>	<b>46,94</b>	<b>426,20</b>	<b>1,50</b>
<b>Ужин</b>														
78	Овощи натуральные соленные	40	0,32	0,04	0,65	5,00	2,00	Овощи натуральные соленные	60	0,48	0,06	0,97	7,50	3,00
58	Рыба, тушеная в томате с овощами	60	7,41	2,58	0,90	56,35	0,75	Рыба, тушеная в томате с овощами	80	9,88	3,43	1,21	75,13	1,00
79	Картофель отварной	110	2,11	4,88	14,78	111,44	8,80	Картофель отварной	130	2,50	5,77	17,47	131,71	10,40
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00
31	Чай с лимоном	180	0,13	0,03	4,67	19,44	0,69	Чай с лимоном	200	0,16	0,03	5,61	23,37	0,86
	<b>Итого</b>	<b>410</b>	<b>11,57</b>	<b>7,73</b>	<b>30,64</b>	<b>239,43</b>	<b>12,24</b>	<b>Итого</b>	<b>495</b>	<b>14,42</b>	<b>9,59</b>	<b>37,61</b>	<b>295,71</b>	<b>15,26</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>60,16</b>	<b>60,50</b>	<b>190,05</b>	<b>1661,92</b>	<b>30,29</b>	<b>Итого за день</b>		<b>68,01</b>	<b>67,09</b>	<b>246,17</b>	<b>2013,86</b>	<b>39,38</b>
	<b>Суточная потребность</b>		<b>42,00</b>	<b>47,00</b>	<b>203,00</b>	<b>1400,00</b>	<b>45,00</b>	<b>Суточная потребность</b>		<b>54,00</b>	<b>60,00</b>	<b>261,00</b>	<b>1800,00</b>	<b>50,00</b>
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>143,24</b>	<b>128,72</b>	<b>93,62</b>	<b>118,71</b>	<b>67,31</b>	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>125,94</b>	<b>111,82</b>	<b>94,32</b>	<b>111,88</b>	<b>78,76</b>

Примечание: ГП - готовый продукт.

<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная норма выдачи соли пищевой поваренной йодированной - 3 гр.(для детей с 1-3 лет), 5 гр. (для детей с 3-7 лет)

День: (день 15)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1-3 лет, 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (ккал)	Витамин С, мг	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У					Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>														
84	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" вязкая	130	4,73	5,40	15,51	128,27	1,27	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" вязкая	180	6,59	7,21	22,40	179,00	1,77
15	Какао с молоком	180	2,75	2,15	8,89	65,93	0,47	Какао с молоком	200	3,21	2,51	10,52	77,46	0,55
3	Бутерброд с маслом и сыром	44	4,39	6,47	14,83	135,61	0,06	Бутерброд с маслом и сыром	58	6,07	7,73	19,75	173,61	0,09
	<b>Итого</b>	<b>354</b>	<b>11,87</b>	<b>14,02</b>	<b>39,23</b>	<b>329,81</b>	<b>1,80</b>	<b>Итого</b>	<b>438</b>	<b>15,87</b>	<b>17,45</b>	<b>52,67</b>	<b>430,07</b>	<b>2,41</b>
<b>2 завтрак</b>														
40	Сок фруктовый	180	0,36	0,20	18,20	82,80	3,60	Сок фруктовый	200	0,40	0,23	20,23	92,00	4,00
	<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>0,36</b>	<b>0,20</b>	<b>18,20</b>	<b>82,80</b>	<b>3,60</b>	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>0,40</b>	<b>0,23</b>	<b>20,23</b>	<b>92,00</b>	<b>4,00</b>
<b>Обед</b>														
51	Икра морковная	40	0,63	3,25	3,69	46,67	1,47	Икра морковная	50	0,79	4,06	4,61	58,34	1,84
57	Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	180	3,71	5,06	13,62	125,64	3,82	Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	200	4,12	5,63	15,13	139,60	4,24
81	Капуста тушеная с мясом	150	9,87	8,57	8,17	149,23	24,56	Капуста тушеная с мясом	185	12,17	10,57	10,08	184,05	30,29
54	Компот из свежих фруктов	150	0,12	0,12	8,93	38,00	3,00	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	10,91	47,00	4,00
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15	1,20	0,15	7,23	35,40	0,00	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,68	0,36	14,82	69,60	0,00
	<b>Итого</b>	<b>560</b>	<b>16,93</b>	<b>17,45</b>	<b>53,99</b>	<b>452,94</b>	<b>32,85</b>	<b>Итого</b>	<b>685</b>	<b>20,52</b>	<b>20,98</b>	<b>65,19</b>	<b>545,79</b>	<b>40,37</b>
<b>Полдник</b>														
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
74	Пирог "Королевский"	60	7,65	9,23	14,73	178,50	0,27	Пирог "Королевский"	100	12,75	15,38	24,55	297,50	0,45
	<b>Итого</b>	<b>210</b>	<b>12,00</b>	<b>14,03</b>	<b>20,73</b>	<b>267,00</b>	<b>1,32</b>	<b>Итого</b>	<b>280</b>	<b>17,97</b>	<b>21,14</b>	<b>31,75</b>	<b>403,70</b>	<b>1,71</b>
<b>Ужин</b>														
38	Зеленый горошек консервированный отварной	40	2,00	0,08	3,33	22,00	4,00	Зеленый горошек консервированный отварной	50	2,50	0,10	4,16	27,50	5,00
103	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	150	13,67	3,83	18,96	164,92	10,02	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	150	13,67	3,83	18,96	164,92	10,02
13	Чай с сахаром	180	0,10	0,02	5,00	20,63	0,05	Чай с сахаром	200	0,12	0,03	5,47	22,61	0,06
69	Яблоко, груша, банан или др.	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00
	<b>Итого</b>	<b>485</b>	<b>17,75</b>	<b>4,51</b>	<b>46,24</b>	<b>299,40</b>	<b>23,57</b>	<b>Итого</b>	<b>525</b>	<b>18,09</b>	<b>4,66</b>	<b>50,74</b>	<b>320,03</b>	<b>25,08</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>58,91</b>	<b>50,21</b>	<b>178,39</b>	<b>1431,95</b>	<b>63,14</b>	<b>Итого за день</b>		<b>72,85</b>	<b>64,46</b>	<b>220,58</b>	<b>1791,59</b>	<b>73,57</b>
	<b>Суточная потребность</b>		<b>42,00</b>	<b>47,00</b>	<b>203,00</b>	<b>1400,00</b>	<b>45,00</b>	<b>Суточная потребность</b>		<b>54,00</b>	<b>60,00</b>	<b>261,00</b>	<b>1800,00</b>	<b>50,00</b>
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>140,25</b>	<b>106,84</b>	<b>87,88</b>	<b>102,28</b>	<b>140,31</b>	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>134,91</b>	<b>107,43</b>	<b>84,51</b>	<b>99,53</b>	<b>147,14</b>

Примечание: ГП - готовый продукт.

<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная норма выдачи соли пищевой поваренной йодированной - 3 гр. (для детей с 1-3 лет), 5 гр. (для детей с 3-7 лет)



День: (день 16)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1-3 лет, 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (ккал)	Витамин С, мг	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У					Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>														
93	Плов вегетарианский с сухофруктами	100	3,05	2,92	38,38	191,38	0,05	Плов вегетарианский с сухофруктами	200	6,11	5,84	76,76	382,76	0,11
73	Чай без сахара	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ГП	Конфеты, или мармелад, или зефир	40	1,60	10,54	23,68	196,40	0,00	Конфеты, или мармелад, или зефир	60	2,40	15,80	35,52	294,60	0,00
16	Бутерброд с маслом	42	2,72	5,29	17,31	127,54	0,00	Бутерброд с маслом	52	3,48	5,37	22,23	151,04	0,00
	Итого	362	7,37	18,75	79,37	515,32	0,05	Итого	512	11,99	27,01	134,51	828,40	0,11
<b>2 завтрак</b>														
40	Сок фруктовый	160	0,32	0,18	16,18	73,60	3,20	Напиток витаминизированный*	170	0,30	0,17	15,17	69,00	3,00
	Итого	160	0,32	0,18	16,18	73,60	3,20	Итого	170	0,30	0,17	15,17	69,00	3,00
<b>Обед</b>														
38	Кукуруза консервированная отварная	40	0,49	0,08	2,45	12,53	0,46	Кукуруза консервированная отварная	50	0,61	0,11	3,06	15,66	0,58
83	Борщ с фасолью и картофелем, с мясом и со сметаной	180	7,76	7,75	8,11	143,07	6,43	Борщ с фасолью и картофелем, с мясом и со сметаной	200	8,14	8,22	9,01	153,49	7,15
35	Гуляш	60	4,50	5,70	1,85	123,60	0,60	Гуляш	70	5,25	6,65	2,16	144,20	0,70
42	Макаронные изделия отварные	110	3,94	1,69	24,40	128,63	0,00	Макаронные изделия отварные	150	6,91	3,08	42,19	224,25	1,30
20	Кисель из ягод	150	0,11	0,00	14,54	61,00	2,25	Кисель из ягод	200	0,15	0,10	20,58	86,00	3,00
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15	1,20	0,15	7,23	35,40	0,00	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,68	0,36	14,82	69,60	0,00
	Итого	580	19,40	15,67	70,93	562,23	9,74	Итого	720	24,34	18,72	101,46	740,40	12,73
<b>Полдник</b>														
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
24	Сушки, бублики, баранки	60	6,42	0,72	42,72	203,40	0,00	Сушки, бублики, баранки	80	8,56	0,96	56,96	271,20	0,00
	Итого	210	10,77	5,52	48,72	291,90	1,05	Итого	260	13,78	6,72	64,16	377,40	1,26
<b>Ужин</b>														
97	Жаркое по-домашнему	150	10,36	10,49	15,60	198,27	8,48	Жаркое по-домашнему	185	12,78	12,94	19,24	244,53	10,46
51	Икра морковная	40	0,63	3,25	3,69	46,67	1,47	Икра морковная	50	0,79	4,06	4,61	58,34	1,84
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00
69	Яблоко, груша, банан или др.	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
2	Кофейный напиток с молоком	180	2,57	2,03	10,04	68,72	0,47	Кофейный напиток с молоком	200	3,00	2,37	11,92	81,02	0,55
	Итого	485	15,54	16,35	48,28	405,51	19,92	Итого	560	18,37	20,07	57,92	488,89	22,85
			Б	Ж	У	Эн/ц	С			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	<b>Итого за день</b>		53,40	56,47	263,48	1848,56	33,96	<b>Итого за день</b>		68,78	72,69	373,22	2504,09	39,95
	<b>Суточная потребность</b>		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00	<b>Суточная потребность</b>		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		127,14	120,16	129,79	132,04	75,47	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		127,37	121,15	143,00	139,12	79,90

Примечание: ГП - готовый продукт.

<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная норма выдачи соли пищевой поваренной йодированной - 3 гр (для детей с 1-3 лет), 5 гр. (для детей с 3-7 лет)

\* напиток витаминизированный готовится согласно инструкции производителя.

День: (день 17)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1-3 лет, 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (ккал)	Витамин С, мг	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У					Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>														
32	Каша манная молочная вязкая	130	4,05	4,51	14,53	114,40	1,27	Каша манная молочная вязкая	180	5,68	5,96	21,27	160,00	1,77
15	Какао с молоком	180	2,75	2,15	8,89	65,93	0,47	Какао с молоком	200	3,21	2,51	10,52	77,46	0,55
16	Бутерброд с маслом	42	2,72	5,29	17,31	127,54	0,00	Бутерброд с маслом	52	3,48	5,37	22,23	151,04	0,00
	<b>Итого</b>	<b>352</b>	<b>9,52</b>	<b>11,95</b>	<b>40,73</b>	<b>307,87</b>	<b>1,74</b>	<b>Итого</b>	<b>432</b>	<b>12,37</b>	<b>13,84</b>	<b>54,02</b>	<b>388,50</b>	<b>2,32</b>
<b>2 завтрак</b>														
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2,90	3,20	4,00	59,00	0,70	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2,90	3,20	4,00	59,00	0,70
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>2,90</b>	<b>3,20</b>	<b>4,00</b>	<b>59,00</b>	<b>0,70</b>	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>2,90</b>	<b>3,20</b>	<b>4,00</b>	<b>59,00</b>	<b>0,70</b>
<b>Обед</b>														
12	Маринад овощной с томатом	40	0,50	3,20	3,30	46,23	1,43	Маринад овощной с томатом	50	0,63	4,00	4,13	57,79	1,79
60	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	4,68	3,82	10,46	120,42	7,58	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	5,20	4,24	11,62	133,80	8,42
29	Котлеты, биточки, шницели рыбные	60	9,12	5,02	6,36	107,20	0,34	Котлеты, биточки, шницели рыбные	70	10,63	5,85	7,12	125,06	0,39
8	Картофельное пюре	110	2,23	3,84	13,25	104,14	7,70	Картофельное пюре	130	2,63	4,53	15,66	123,07	9,10
9	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,00	12,68	54,00	0,30	Компот из сухофруктов	200	0,40	0,00	15,02	64,00	0,36
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15	1,20	0,15	7,23	35,40	0,00	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,68	0,36	14,82	69,60	0,00
	<b>Итого</b>	<b>580</b>	<b>19,46</b>	<b>16,33</b>	<b>65,63</b>	<b>525,39</b>	<b>17,35</b>	<b>Итого</b>	<b>700</b>	<b>22,77</b>	<b>19,18</b>	<b>78,01</b>	<b>620,52</b>	<b>20,06</b>
<b>Полдник</b>														
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
11	Хачапури с сыром	60	10,73	13,03	18,95	245,14	0,33	Хачапури с сыром	80	14,31	17,37	25,27	326,86	0,43
	<b>Итого</b>	<b>210</b>	<b>15,08</b>	<b>17,83</b>	<b>24,95</b>	<b>333,64</b>	<b>1,38</b>	<b>Итого</b>	<b>260</b>	<b>19,53</b>	<b>23,13</b>	<b>32,47</b>	<b>433,06</b>	<b>1,69</b>
<b>Ужин</b>														
37	Омлет натуральный с маслом	150	13,48	13,19	3,08	184,99	0,28	Омлет натуральный с маслом	150	13,48	13,19	3,08	184,99	0,28
38	Зеленый горошек консервированный отварной	40	2,00	0,08	3,33	22,00	4,00	Зеленый горошек консервированный отварной	50	2,50	0,10	4,16	27,50	5,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00
13	Чай с сахаром	180	0,10	0,02	5,00	20,63	0,05	Чай с сахаром	200	0,12	0,03	5,47	22,61	0,06
69	Яблоко, груша, банан или др.	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	<b>Итого</b>	<b>485</b>	<b>17,56</b>	<b>13,87</b>	<b>30,36</b>	<b>319,47</b>	<b>13,83</b>	<b>Итого</b>	<b>525</b>	<b>17,90</b>	<b>14,02</b>	<b>34,86</b>	<b>340,10</b>	<b>15,34</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>64,51</b>	<b>63,18</b>	<b>165,67</b>	<b>1545,37</b>	<b>35,00</b>	<b>Итого за день</b>		<b>75,47</b>	<b>73,37</b>	<b>203,36</b>	<b>1841,18</b>	<b>40,11</b>
	<b>Суточная потребность</b>		<b>42,00</b>	<b>47,00</b>	<b>203,00</b>	<b>1400,00</b>	<b>45,00</b>	<b>Суточная потребность</b>		<b>54,00</b>	<b>60,00</b>	<b>261,00</b>	<b>1800,00</b>	<b>50,00</b>
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>153,60</b>	<b>134,43</b>	<b>81,61</b>	<b>110,38</b>	<b>77,78</b>	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>139,76</b>	<b>122,28</b>	<b>77,92</b>	<b>102,29</b>	<b>80,22</b>

Примечание: ГП - готовый продукт.

<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная норма выдачи соли пищевой поваренной йодированной - 3 гр (для детей с 1-3 лет), 5 гр. (для детей с 3-7 лет)

День: (день 18)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1-3 лет, 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (ккал)	Витамин С, мг	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У					Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>														
26	Каша "Рябчик"	130	4,86	4,90	19,01	138,67	1,27	Каша "Рябчик"	180	6,55	6,47	25,94	187,00	1,77
2	Кофейный напиток с молоком	180	2,57	2,03	10,04	68,72	0,47	Кофейный напиток с молоком	200	3,00	2,37	11,92	81,02	0,55
3	Бутерброд с маслом и сыром	44	4,39	6,47	14,83	135,61	0,06	Бутерброд с маслом и сыром	58	6,07	7,73	19,75	173,61	0,09
	<b>Итого</b>	<b>354</b>	<b>11,82</b>	<b>13,40</b>	<b>43,88</b>	<b>343,00</b>	<b>1,80</b>	<b>Итого</b>	<b>438</b>	<b>15,62</b>	<b>16,57</b>	<b>57,61</b>	<b>441,63</b>	<b>2,41</b>
<b>2 завтрак</b>														
40	Сок фруктовый	160	0,32	0,18	16,18	73,60	3,20	Сок фруктовый	200	0,40	0,23	20,23	92,00	4,00
	<b>Итого</b>	<b>160</b>	<b>0,32</b>	<b>0,18</b>	<b>16,18</b>	<b>73,60</b>	<b>3,20</b>	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>0,40</b>	<b>0,23</b>	<b>20,23</b>	<b>92,00</b>	<b>4,00</b>
<b>Обед</b>														
38	Зеленый горошек консервированный отварной	40	2,00	0,08	3,33	22,00	4,00	Зеленый горошек консервированный отварной	50	2,50	0,10	4,16	27,50	5,00
34	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной	180	5,84	6,93	9,92	135,97	7,18	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной	200	6,00	7,31	11,03	145,60	7,97
33	Котлеты, биточки, шницели куриные	60	9,62	8,02	5,91	142,29	0,36	Котлеты, биточки, шницели куриные	80	12,82	10,70	7,87	189,71	0,41
7	Соус красный основной	20	0,28	0,78	1,24	12,40	0,00	Соус красный основной	40	0,56	1,56	2,48	24,80	0,00
65	Каша рассыпчатая	110	3,30	4,70	16,06	192,86	0,00	Каша рассыпчатая	150	4,50	6,40	21,90	263,00	0,00
66	Напиток из шиповника	150	0,51	0,21	13,23	67,00	150,00	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	16,65	85,00	200,00
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15	1,20	0,15	7,23	35,40	0,00	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,68	0,36	14,82	69,60	0,00
	<b>Итого</b>	<b>600</b>	<b>24,15</b>	<b>21,17</b>	<b>69,27</b>	<b>665,92</b>	<b>161,54</b>	<b>Итого</b>	<b>770</b>	<b>30,34</b>	<b>26,91</b>	<b>88,55</b>	<b>852,41</b>	<b>213,38</b>
<b>Полдник</b>														
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
24	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	50	1,50	1,95	35,00	143,88	0,00	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	85	1,92	2,55	44,64	184,89	0,00
	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>5,85</b>	<b>6,75</b>	<b>41,00</b>	<b>232,38</b>	<b>1,05</b>	<b>Итого</b>	<b>265</b>	<b>7,14</b>	<b>8,31</b>	<b>51,84</b>	<b>291,09</b>	<b>1,26</b>
<b>Ужин</b>														
41	Икра кабачковая	40	0,48	1,89	3,09	31,20	3,84	Икра кабачковая	60	0,72	2,84	4,64	46,80	5,76
71	Рыба, запеченная под молочным соусом	60	6,58	1,41	2,12	47,00	0,76	Рыба, запеченная под молочным соусом	80	8,77	1,88	2,82	62,67	1,01
79	Картофель отварной	110	2,11	4,88	14,78	111,44	8,80	Картофель отварной	130	2,50	5,77	17,47	131,71	10,40
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00
69	Яблоко, груша, банан или др.	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
31	Чай с лимоном	180	0,13	0,03	4,67	19,44	0,69	Чай с лимоном	200	0,16	0,03	5,61	23,37	0,86
	<b>Итого</b>	<b>505</b>	<b>11,28</b>	<b>8,79</b>	<b>43,61</b>	<b>300,93</b>	<b>23,59</b>	<b>Итого</b>	<b>595</b>	<b>13,95</b>	<b>11,22</b>	<b>52,69</b>	<b>369,55</b>	<b>28,03</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>53,42</b>	<b>50,29</b>	<b>213,94</b>	<b>1615,83</b>	<b>191,18</b>	<b>Итого за день</b>		<b>67,45</b>	<b>63,24</b>	<b>270,92</b>	<b>2046,68</b>	<b>249,08</b>
	<b>Суточная потребность</b>		<b>42,00</b>	<b>47,00</b>	<b>203,00</b>	<b>1400,00</b>	<b>45,00</b>	<b>Суточная потребность</b>		<b>54,00</b>	<b>60,00</b>	<b>261,00</b>	<b>1800,00</b>	<b>50,00</b>
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>127,19</b>	<b>107,00</b>	<b>105,39</b>	<b>115,42</b>	<b>424,84</b>	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>124,91</b>	<b>105,41</b>	<b>103,80</b>	<b>113,70</b>	<b>498,16</b>

Примечание: ГП - готовый продукт.

<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная норма выдачи соли пищевой поваренной йодированной - 3 гр.(для детей с 1-3 лет), 5 гр. (для детей с 3-7 лет)

День: (день 19)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1-3 лет, 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (ккал)	Витамин С, мг	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У					Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>														
23	Каша вязкая ячневая молочная	130	4,36	4,59	16,10	122,20	1,27	Каша вязкая ячневая молочная	180	6,07	6,08	23,23	170,00	1,77
15	Какао с молоком	180	2,75	2,15	8,89	65,93	0,47	Какао с молоком	200	3,21	2,51	10,52	77,46	0,55
99	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00
16	Бутерброд с маслом	42	2,72	5,29	17,31	127,54	0,00	Бутерброд с маслом	52	3,48	5,37	22,23	151,04	0,00
	Итого	392	14,91	16,63	42,58	378,67	1,74	Итого	472	17,84	18,56	56,26	461,50	2,32
<b>2 завтрак</b>														
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	100	2,90	3,20	4,00	59,00	0,70	Напиток витаминизированный*	170	0,30	0,17	15,17	69,00	3,00
	Итого	100	2,90	3,20	4,00	59,00	0,70	Итого	170	0,30	0,17	15,17	69,00	3,00
<b>Обед</b>														
56	Икра свекольная	40	0,71	3,23	4,04	48,89	4,27	Икра свекольная	50	0,89	4,04	5,05	61,11	5,34
53	Солянка сборная мясная со сметаной	180	4,86	6,22	9,19	107,10	4,32	Солянка сборная мясная со сметаной	200	5,40	6,91	10,21	119,00	4,80
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	60	8,44	6,88	6,13	119,98	0,70	Котлеты, биточки, шницели из говядины	70	9,85	8,03	7,15	139,98	0,82
90	Рагу из овощей	110	1,79	2,80	9,69	74,61	7,51	Рагу из овощей	130	2,11	3,31	11,45	88,17	8,87
54	Компот из свежих фруктов	150	0,12	0,12	8,93	38,00	3,00	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	10,91	47,00	4,00
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15	1,20	0,15	7,23	35,40	0,00	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,68	0,36	14,82	69,60	0,00
	Итого	580	18,52	19,70	57,56	481,98	19,80	Итого	700	21,69	23,01	69,23	572,06	23,83
<b>Полдник</b>														
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
22	Шанежка наливная	70	5,79	7,47	31,12	229,00	0,42	Шанежка наливная	80	6,62	8,54	35,57	261,71	0,48
	Итого	220	10,14	12,27	37,12	317,50	1,47	Итого	260	11,84	14,30	42,77	367,91	1,74
<b>Ужин</b>														
94	Пудинг творожно яблочный с молоком сгущенным	150	23,68	9,58	30,14	301,60	0,48	Пудинг творожно яблочный с молоком сгущенным	200	32,36	12,57	37,73	393,68	0,59
13	Чай с сахаром	180	0,10	0,02	5,00	20,63	0,05	Чай с сахаром	200	0,12	0,03	5,47	22,61	0,06
69	Яблоко, груша, банан или др.	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	Итого	425	24,16	9,98	44,45	366,88	10,03	Итого	500	32,88	13,00	53,00	463,29	10,65
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		70,63	61,78	185,71	1604,03	33,74	<b>Итого за день</b>		84,55	69,04	236,43	1933,76	41,54
	<b>Суточная потребность</b>		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00	<b>Суточная потребность</b>		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		168,16	131,46	91,48	114,57	74,98	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		156,57	115,07	90,59	107,43	83,08

Примечание: ГП - готовый продукт.

\* - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная норма выдачи соли пищевой поваренной йодированной - 3 гр.(для детей с 1-3 лет), 5 гр. (для детей с 3-7 лет)

\* витаминизированный готовится согласно инструкции производителя.

День: (день 20)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1-3 лет, 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (ккал)	Витамин С, мг	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У					Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>														
68	Каша пшеничная молочная вязкая	130	4,52	4,58	16,61	125,67	1,27	Каша пшеничная молочная вязкая	180	6,27	6,03	23,88	173,00	1,75
2	Кофейный напиток с молоком	180	2,57	2,03	10,04	68,72	0,47	Кофейный напиток с молоком	200	3,00	2,37	11,92	81,02	0,55
86	Бутерброд с повидлом	40	2,32	0,24	21,26	95,50	0,05	Бутерброд с повидлом	50	3,08	0,32	26,18	119,00	0,05
	<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>9,41</b>	<b>6,85</b>	<b>47,91</b>	<b>289,89</b>	<b>1,79</b>	<b>Итого</b>	<b>430</b>	<b>12,35</b>	<b>8,72</b>	<b>61,98</b>	<b>373,02</b>	<b>2,35</b>
<b>2 завтрак</b>														
40	Сок фруктовый	180	0,36	0,20	18,20	82,80	3,60	Сок фруктовый	200	0,40	0,23	20,23	92,00	4,00
	<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>0,36</b>	<b>0,20</b>	<b>18,20</b>	<b>82,80</b>	<b>3,60</b>	<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>0,40</b>	<b>0,23</b>	<b>20,23</b>	<b>92,00</b>	<b>4,00</b>
<b>Обед</b>														
51	Икра морковная	40	0,63	3,25	3,69	46,67	1,47	Икра морковная	50	0,79	4,06	4,61	58,34	1,84
67	Суп картофельный с рыбой (или рыбными консервами)	150	7,01	3,03	6,08	87,75	4,50	Суп картофельный с рыбой (или рыбными консервами)	180	8,41	3,64	7,30	105,30	5,40
64	Тефтели из говядины с рисом	60	7,51	8,35	6,45	131,00	1,78	Тефтели из говядины с рисом	70	8,76	9,74	7,53	152,83	2,08
89	Соус сметанный	15	0,30	3,37	1,08	30,00	0,01	Соус сметанный	20	0,40	4,49	1,44	40,00	0,01
98	Капуста тушеная	120	2,31	2,81	6,58	66,00	19,41	Капуста тушеная	130	2,50	3,05	7,13	71,50	21,03
20	Кисель из ягод	150	0,11	0,00	14,54	61,00	2,25	Кисель из ягод	200	0,15	0,10	20,58	86,00	3,00
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15	1,20	0,15	7,23	35,40	0,00	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	1,68	0,36	14,82	69,60	0,00
	<b>Итого</b>	<b>575</b>	<b>20,47</b>	<b>21,26</b>	<b>58,00</b>	<b>515,82</b>	<b>29,42</b>	<b>Итого</b>	<b>700</b>	<b>24,29</b>	<b>25,64</b>	<b>73,05</b>	<b>630,77</b>	<b>33,36</b>
<b>Полдник</b>														
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
28	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	70	9,09	4,94	30,40	215,00	0,30	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	80	10,39	5,65	34,74	245,71	0,34
	<b>Итого</b>	<b>220</b>	<b>13,44</b>	<b>9,74</b>	<b>36,40</b>	<b>303,50</b>	<b>1,35</b>	<b>Итого</b>	<b>260</b>	<b>15,61</b>	<b>11,41</b>	<b>41,94</b>	<b>351,91</b>	<b>1,60</b>
<b>Ужин</b>														
19	Картофельная запеканка с мясом	147	10,70	8,86	18,36	197,61	3,08	Картофельная запеканка с мясом	183	13,32	11,03	22,86	246,00	3,84
78	Овощи натуральные соленые	40	0,32	0,04	0,65	5,00	2,00	Овощи натуральные соленые	60	0,48	0,06	0,97	7,50	3,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	25	1,40	0,30	12,35	58,00	0,00
13	Чай с сахаром	180	0,10	0,02	5,00	20,63	0,05	Чай с сахаром	200	0,12	0,03	5,47	22,61	0,06
69	Яблоко, груша, банан или др.	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	<b>Итого</b>	<b>482</b>	<b>13,10</b>	<b>9,50</b>	<b>42,96</b>	<b>315,09</b>	<b>14,63</b>	<b>Итого</b>	<b>568</b>	<b>15,72</b>	<b>11,82</b>	<b>51,45</b>	<b>381,11</b>	<b>16,90</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>56,78</b>	<b>47,55</b>	<b>203,47</b>	<b>1507,10</b>	<b>50,79</b>	<b>Итого за день</b>		<b>68,37</b>	<b>57,82</b>	<b>248,65</b>	<b>1828,81</b>	<b>58,21</b>
	<b>Суточная потребность</b>		<b>42,00</b>	<b>47,00</b>	<b>203,00</b>	<b>1400,00</b>	<b>45,00</b>	<b>Суточная потребность</b>		<b>54,00</b>	<b>60,00</b>	<b>261,00</b>	<b>1800,00</b>	<b>50,00</b>
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>135,18</b>	<b>101,18</b>	<b>100,23</b>	<b>107,65</b>	<b>112,87</b>	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		<b>126,61</b>	<b>96,37</b>	<b>95,27</b>	<b>101,60</b>	<b>116,42</b>

Примечание: ГП - готовый продукт.

1 - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная норма выдачи соли пищевой поваренной йодированной - 3 гр. (для детей с 1-3 лет), 5 гр. (для детей с 3-7 лет).

Средние показатели содержания пищевых веществ, энергетической ценности и микронутриентов рациона питания детей 1-3 лет						Средние показатели содержания пищевых веществ, энергетической ценности и микронутриентов рациона питания детей 3-7 лет					
	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (ккал)	Витамин С, мг		Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (ккал)	Витамин С, мг
	Б	Ж	У				Б	Ж	У		
Итого за 20 дней	1224,6	1104,8	4020,9	31619,9	1274,9	Итого за 20 дней	1466,4	1300,6	5048,7	38597,2	1565,8
Итого за 1 дней	61,2	55,2	201,0	1581,0	63,7	Итого за 1 день	73,3	65,0	252,4	1929,9	78,3
Суточная потребность	42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00	Суточная потребность	54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
Процент удовлетворения суточной потребности	145,8	117,5	99,0	112,9	141,7	Процент удовлетворения суточной потребности	135,8	108,4	96,7	107,2	156,6