



Согласовано: *И.А. Мундашева*
 Директор ООО «Комбикат питания»
 И.А. Мундашева



Двухнедельное меню для организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях в возрасте от 1 года до 7 лет с дневным пребыванием 10 часов

№ рецептуры по сборнику	Наименование блюда	Вес блюда, г		Пищевые вещества, г						Энергет. ценность		
		1-3 года	3-7 лет	Белки		Жиры		Углеводы		1-3 года	3-7 лет	
День 1												
Завтрак												
6/2011	Масло (порциями)	5	5	0,0	0,0	4,2	4,2	0,0	0,0	0,0	39	39
185/2011	Каша жидкая молочная "Геркулес" с маслом сливочным	160	180	5,4	7,2	5,2	7,8	14,8	22,1	118	186	186
392/2011	Чай с сахаром	150	180	0,2	0,2	0,2	0,2	11,3	13,5	44	52	52
23/2022	Хлеб из муки пшеничной	35	35	2,8	2,8	0,4	0,4	16,4	16,4	83	83	83
	Итого	350	400	8,4	10,2	10,0	12,6	42,5	52,0	284	360	360
Обед												
т.24/1996	Овощи сезонные (порциями)	30	50	0,5	0,8	0,1	0,1	2,6	4,4	13	22	22
76/2011	Рассольник ленинградский со сметаной прокипяченной	150	180	1,4	1,7	3,8	4,6	9,2	13,0	80	96	96
580/2022	Гуляш из мяса птицы	50	70	7,2	10,4	8,2	11,5	4,7	9,7	118	165	165
314/2011	Каша вязкая перловая	110	130	2,2	2,6	4,3	5,1	15,7	19,5	111	153	153
820/2022	Компот из плодов сухих	150	180	0,5	0,5	0,0	0,0	23,6	28,3	93	112	112
23/2022	Хлеб из муки пшеничной	20	20	1,6	1,6	0,2	0,2	9,4	9,4	47	47	47
24/2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,3	1,3	0,2	0,2	6,7	6,7	35	35	35
	Итого	530	650	14,7	18,9	16,8	21,7	71,9	91,0	497	630	630
Полдник												
392/2011	Чай с сахаром	150	180	0,2	0,2	0,2	0,2	11,3	13,5	44	52	52
	Кондитерское изделие	50	70	6,1	8,5	6,9	9,7	19,2	26,9	166	232	232
	Итого	200	250	6,3	8,7	7,1	9,9	30,5	40,4	210	284	284
	Всего на день	1080	1300	29,4	37,8	33,9	44,2	144,9	183,4	991	1274	1274
	Норма по СанПиН 75%-+- 5%			29,4-33,6	37,8-43,2	32,9-37,6	42-48	142,1-162,4	182,7-208,8	980-1120	1260-1440	1260-1440

Двухнедельное меню для организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях в возрасте от 1 года до 7 лет с дневным пребыванием 10 часов

№ рецептуры по сборнику	Наименование блюда	Вес блока, г		Пищевые вещества, г						Энергет. ценность ккал		
		1-3 года	3-7 лет	Белки		Жиры		Углеводы		1-3 года	3-7 лет	3-7 лет

День 2

Завтрак

6/2011	Масло (порциями)	5	5	0,0	0,0	4,2	4,2	0,0	0,0	0,0	0,0	39	39
185/2011	Каша жидкая молочная манная с маслом сливочным	160	180	4,4	6,0	5,1	6,4	12,1	20,4	129	160		
393/2011	Чай с лимоном	150	180	1,2	1,4	1,2	1,4	13,0	15,6	75	88		
23/2022	Хлеб из муки пшеничной	35	35	2,8	2,8	0,4	0,4	16,4	16,4	83	83		
	Итого	350	400	8,4	10,2	10,9	12,4	41,5	52,4	326	370		

Обед

т.24/1996	Овощи сезонные (порциями)	30	50	0,5	0,8	0,1	0,1	2,6	4,4	13	22		
98/2017	Суп крестьянский с крупой	150	180	1,5	1,8	2,3	2,6	11,0	13,8	68	81		
282/2011	Биточки рубленые	50	70	8,0	11,1	7,2	10,6	8,0	11,2	131	183		
306/2017	Бобовые отварные	110	130	10,3	12,2	5,1	6,0	24,5	29,0	187	221		
820/2022	Компот из плодов сухих	150	180	0,5	0,5	0,0	0,0	23,6	28,3	93	112		
23/2022	Хлеб из муки пшеничной	20	20	1,6	1,6	0,2	0,2	9,4	9,4	47	47		
24/2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,3	1,3	0,2	0,2	6,7	6,7	35	35		
	Итого	530	650	23,7	29,3	15,1	19,7	85,8	102,8	574	701		

Полдник

392/2011	Чай с сахаром	150	180	0,2	0,2	0,2	0,2	11,3	13,5	44	52		
	Кондитерское изделие	50	70	6,1	8,5	6,9	9,7	19,2	26,9	166	232		
	Итого	200	250	6,3	8,7	7,1	9,9	30,5	40,4	210	284		
	Всего на день	1080	1300	38,4	48,2	33,1	42,0	157,8	195,6	1110	1355		
	Норма по СанПин 75%+-5%			29,4-33,6	37,8-43,2	32,9-37,6	42-48	142,1-162,4	182,7-208,8	980-1170	1260-1440		

Двухнедельное меню для организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях в возрасте от 1 года до 7 лет с дневным пребыванием 10 часов

№ рецептуры по сборнику	Наименование блюда	Вес блока, г		Пищевые вещества, г						Энергет. ценность ккал		
		1-3 года	3-7 лет	Белки		Жиры		Углеводы		1-3 года	3-7 лет	3-7 лет

День 3

Завтрак

6/2011	Масло (порциями)	5	5	0,0	0,0	4,2	4,2	0,0	0,0	0,0	39	39	
363/2022	Каша рисовая с яблоком	160	180	4,8	5,4	9,6	11,5	15,2	18,3	173	208		
774/2022	Кофейный напиток злаковый на молоке	150	180	2,3	2,7	1,4	1,6	19,5	23,4	93	112		

23/2022	Хлеб из муки пшеничной	35	35	2,8	2,8	0,4	0,4	16,4	16,4	83	83
	Итого	350	400	9,9	10,9	15,6	17,7	51,1	58,1	388	442

Обед

т.24/1996	Овощи сезонные (порциями)	30	50	0,5	0,8	0,1	0,1	2,6	4,4	13	22
85/2011	Суп картофельный с клетками со сметаной прокипяченной	150	180	1,3	1,6	2,6	3,1	7,3	10,0	52	62
ТТК 41	Котлеты из печени	50	70	9,4	13,2	8,6	12,0	3,5	4,8	130	181
400/2022	Макароны отварные с овощами (лук, морковь)	110	130	4,4	5,2	4,8	5,7	23,3	27,5	157	186
820/2022	Компот из плодов сухих	150	180	0,5	0,5	0,0	0,0	23,6	28,3	93	112
23/2022	Хлеб из муки пшеничной	20	20	1,6	1,6	0,2	0,2	9,4	9,4	47	47
24/2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,3	1,3	0,2	0,2	6,7	6,7	35	35
	Итого	530	650	19,0	24,2	16,5	21,3	76,4	91,1	527	645

Полдник

392/2011	Чай с сахаром	150	180	0,2	0,2	0,2	0,2	11,3	13,5	44	52
449/2011	Оладьи с повидлом	80	80	5,8	5,8	5,6	5,6	36,6	36,6	224	224
	Итого	230	260	6,0	6,0	5,8	5,8	47,9	50,1	268	276
	<i>Всего на день</i>	<i>1110</i>	<i>1310</i>	<i>34,9</i>	<i>41,1</i>	<i>37,9</i>	<i>44,8</i>	<i>175,4</i>	<i>199,3</i>	<i>1183</i>	<i>1363</i>
	Норма по СанПиН 75%+-5%			29,4-33,6	37,8-43,2	32,0-37,6	42-48	142,1-162,4	182,7-208,8	980-1120	1260-1440

Двухнедельное меню для организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях в возрасте от 1 года до 7 лет с дневным пребыванием 10 часов

№ рецептуры по сборнику	Наименование блюда	Вес блюда, г		Пищевые вещества, г						Энергет. ценность ккал		
		1-3 года	3-7 лет	Белки 1-3 года	3-7 лет	Жиры 1-3 года	3-7 лет	Углеводы 1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет	3-7 лет

День 4

Завтрак

6/2011	Масло (порциями)	5	5	0,0	0,0	4,2	4,2	0,0	0,0	39	39
93/2011	Суп молочный с макаронными изделиями	160	180	5,4	7,2	5,5	7,2	15,8	22,5	131	186
392/2011	Чай с сахаром	150	180	0,2	0,2	0,2	0,2	11,3	13,5	44	52
23/2022	Хлеб из муки пшеничной	35	35	2,8	2,8	0,4	0,4	16,4	16,4	83	83
	Итого	350	400	8,4	10,2	10,3	12,0	43,5	52,4	297	360

Обед

т.24/1996	Овощи сезонные (порциями)	30	50	0,5	0,8	0,1	0,1	2,6	4,4	13	22
57/2011	Борщ с капустой и картофелем и сметаной прокипяченной	155	185	1,4	1,6	3,6	4,1	6,2	9,5	63	74
291/2017	Плов из птицы	150	180	11,1	15,2	13,1	16,4	22,5	32,7	251	345
820/2022	Компот из плодов сухих	150	180	0,5	0,5	0,0	0,0	23,6	28,3	93	112
23/2022	Хлеб из муки пшеничной	20	20	1,6	1,6	0,2	0,2	9,4	9,4	47	47
24/2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,3	1,3	0,2	0,2	6,7	6,7	35	35
	Итого	525	635	16,4	21,0	17,2	21,0	71,0	91,0	502	635

Полдник

392/2011	Чай с сахаром	150	180	0,2	0,2	0,2	0,2	0,2	11,3	13,5	44	52
	Кондитерское изделие	50	70	6,1	8,5	6,9	9,7	9,7	19,2	26,9	166	232
	Итого	200	250	6,3	8,7	7,1	9,9	9,9	30,5	40,4	210	284
	Всего на день	1075	1285	31,1	39,9	34,6	42,9	42,9	145,0	183,8	1009	1279
	Норма по СанПин 75%+-5%			29,4-33,6	37,8-43,2	32,9-37,6	42-48	42-48	142,1-162,4	182,7-208,8	980-1120	1260-1440

Двухнедельное меню для организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях в возрасте от 1 года до 7 лет с дневным пребыванием 10 часов

№ рецептуры по сборнику	Наименование блюда	Вес блюда, г		Пищевые вещества, г				Энергет. ценность, ккал	
		1-3 года	3-7 лет	Белки	Жиры	Углеводы	1-3 года	3-7 лет	

Завтрак

6/2011	Масло (порциями)	5	5	0,0	0,0	4,2	4,2	0,0	0,0	0,0	39	39
185/2011	Каша жидкая молочная пшенная с маслом сливочным	160	180	4,5	6,1	7,8	10,3	20,3	22,9	22,9	166	191
393/2011	Чай с лимоном	150	180	1,2	1,4	1,2	1,4	13,0	15,6	15,6	75	88
23/2022	Хлеб из муки пшеничной	35	35	2,8	2,8	0,4	0,4	16,4	16,4	16,4	83	83
	Итого	350	400	8,5	10,3	9,4	12,1	49,7	54,9	54,9	324	362

Обед

т.24/1996	Овощи сезонные (порциями)	30	50	0,5	0,8	0,1	0,1	2,6	4,4	4,4	13	22
82/2011	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	180	2,0	2,4	2,0	3,3	14,2	17,0	17,0	83	100
287/2011	Тефтели мясные (2 вариант) с соусом сметанным с томатом	70	70	8,8	8,8	10,4	10,4	8,8	8,8	8,8	165	165
314/2011	Каша вязкая пшеничная	110	130	3,1	3,6	5,0	6,9	17,6	20,8	20,8	129	152
820/2022	Компот из плодов сухих	150	180	0,5	0,5	0,0	0,0	23,6	28,3	28,3	93	112
23/2022	Хлеб из муки пшеничной	20	20	1,6	1,6	0,2	0,2	9,4	9,4	9,4	47	47
24/2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,3	1,3	0,2	0,2	6,7	6,7	6,7	35	35
	Итого	550	650	17,8	19,0	17,9	21,1	82,9	95,4	95,4	565	633

Полдник

392/2011	Чай с сахаром	150	180	0,2	0,2	0,2	0,2	11,3	13,5	13,5	44	52
	Кондитерское изделие	50	70	6,1	8,5	6,9	9,7	19,2	26,9	26,9	166	232
	Итого	200	250	6,3	8,7	7,1	9,9	30,5	40,4	40,4	210	284
	Всего на день	1100	1300	32,6	38,0	34,4	43,1	163,1	190,7	190,7	1099	1279
	Норма по СанПин 75%+-5%			29,4-33,6	37,8-43,2	32,9-37,6	42-48	42-48	142,1-162,4	182,7-208,8	980-1120	1260-1440

Двухнедельное меню для организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях в возрасте от 1 года до 7 лет с дневным пребыванием 10 часов

№ рецептуры по сборнику	Наименование блюда	Пищевые вещества, г						Энергет. ценность			
		Вес блока, г		Белки		Жиры		Углеводы		ккал	
		1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет		
Завтрак											
6/2011	Масло (порциями)	5	5	0,0	0,0	4,2	4,2	0,0	0,0	39	39
185/2011	Каша жидкая молочная манная с маслом сливочным	160	180	4,4	6,0	5,1	6,4	12,1	20,4	129	160
774/2022	Кофейный напиток злаковый на молоке	150	180	2,3	2,7	1,4	1,6	19,5	23,4	93	112
23/2022	Хлеб из муки пшеничной	35	35	2,8	2,8	0,4	0,4	16,4	16,4	83	83
	Итого	350	400	9,5	11,5	11,1	12,6	48,0	60,2	344	394

Обед

т.24/1996	Овощи сезонные (порциями)	30	50	0,5	0,8	0,1	0,1	2,6	6,4	13	22
ТТК 6	Свекольник горячий со сметаной	150	180	1,1	1,3	6,1	7,8	7,8	11,4	85	105
599/2022	Фрикасе из курицы	50	70	6,6	9,5	4,9	6,8	6,5	9,5	117	147
314/2011	Каша вязкая гречневая	110	130	3,3	3,9	5,0	5,9	16,4	19,4	135	163
820/2022	Компот из плодов сухих	150	180	0,5	0,5	0,0	0,0	23,6	28,3	93	112
23/2022	Хлеб из муки пшеничной	20	20	1,6	1,6	0,2	0,2	9,4	9,4	47	47
24/2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,3	1,3	0,2	0,2	6,7	6,7	35	35
	Итого	530	650	14,9	18,9	16,5	21,0	73,0	91,1	525	631

Полдник

392/2011	Чай с сахаром	150	180	0,2	0,2	0,2	0,2	11,3	13,5	44	52
	Кондитерское изделие	50	70	6,1	8,5	6,9	9,7	19,2	26,9	166	232
	Итого	200	250	6,3	8,7	7,1	9,9	30,5	40,4	210	284
	Всего на день	1080	1300	30,7	39,1	34,7	43,5	151,5	191,7	1079	1309
	Норма по СанПин 75%+-5%			29,4-33,6	37,8-43,2	32,9-37,6	42-48	142,1-162,4	182,7-208,8	980-1120	1260-1440

Двухнедельное меню для организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях в возрасте от 1 года до 7 лет с дневным пребыванием 10 часов

№ рецептуры по сборнику	Наименование блюда	Пищевые вещества, г						Энергет. ценность			
		Вес блока, г		Белки		Жиры		Углеводы		ккал	
		1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет		
Завтрак											
6/2011	Масло (порциями)	5	5	0,0	0,0	4,2	4,2	0,0	0,0	39	39
101/2011	Консервы овощные кусочные (порциями) икра кабачковая	50	70	1,0	1,4	4,5	6,3	0,0	0,0	48	67
215/2011	Омлет натуральный	105	105	10,5	10,5	17,5	17,5	2,0	2,0	209	209
392/2011	Чай с сахаром	150	180	0,2	0,2	0,2	0,2	11,3	13,5	44	52

23/2022	Хлеб из муки пшеничной	40	40	3,2	3,2	0,4	0,4	18,8	18,8	70	70
	Итого	350	400	14,9	15,3	26,8	28,6	32,1	34,3	410	437

Обед

т.24/1996	Овощи сезонные (порциями)	30	50	0,5	0,8	0,1	0,1	2,6	4,4	13	22
99/2017	Суп из овощей	150	180	1,3	1,6	2,6	3,2	7,4	8,9	59	81
ТТК 41	Котлеты из печени	50	70	9,4	13,2	8,6	12,0	3,5	4,8	130	181
665/2022	Рис с овощами	110	130	2,6	3,0	4,8	5,7	24,6	29,0	132	156
820/2022	Компот из плодов сухих	150	180	0,5	0,5	0,0	0,0	23,6	28,3	93	112
23/2022	Хлеб из муки пшеничной	20	20	1,6	1,6	0,2	0,2	9,4	9,4	47	47
24/2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,3	1,3	0,2	0,2	6,7	6,7	35	35
	Итого	530	650	17,2	22,0	16,5	21,4	77,8	91,5	509	634

Полдник

392/2011	Чай с сахаром	150	180	0,2	0,2	0,2	0,2	11,3	13,5	44	52
	Кондитерское изделие	50	70	6,1	8,5	6,9	9,7	21,4	43,5	166	232
	Итого	200	250	6,3	8,7	7,1	9,9	32,7	57,0	210	284
	Всего на день	1080	1300	38,4	46,0	50,4	59,9	142,6	182,8	1129	1355
	Норма по СанПин 75%+-5%			29,4-33,6	37,8-43,2	32,9-37,6	42-48	142,1-162,4	182,7-208,8	980-1120	1260-1440

Двухнедельное меню для организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях в возрасте от 1 года до 7 лет с дневным пребыванием 10 часов

№ рецептуры по сборнику	Наименование блюда	Вес блюда, г		Пищевые вещества, г						Энергет. ценность ккал	
		3-7 лет		Белки		Жиры		Углеводы		3-7 лет	
		1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет
Завтрак											
6/2011	Масло (порциями)	5	5	0,0	0,0	4,2	4,2	0,0	0,0	39	39
363/2022	Каша рисовая с яблоком	160	180	4,8	5,4	9,6	11,5	15,2	18,3	173	208
774/2022	Кофейный напиток злаковый на молоке	150	180	2,3	2,7	1,4	1,6	19,5	23,4	93	112
23/2022	Хлеб из муки пшеничной	35	35	2,8	2,8	0,4	0,4	16,4	16,4	83	83
	Итого	350	400	9,9	10,9	15,6	17,7	51,1	58,1	388	442
Обед											
т.24/1996	Овощи сезонные (порциями)	30	50	0,5	0,8	0,1	0,1	2,6	4,4	13	22
67/2011	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной прокипяченной	155	185	1,4	1,7	4,0	4,8	6,1	7,3	87	98
247/2011	Рыба, тушеная с овощами	50	70	7,2	10,1	7,5	10,5	4,8	6,7	95	133
318/2011	Картофель отварной	110	130	2,2	2,6	4,5	5,3	17,8	21,1	132	154
820/2022	Компот из плодов сухих	150	180	0,5	0,5	0,0	0,0	23,6	28,3	93	112
23/2022	Хлеб из муки пшеничной	20	20	1,6	1,6	0,2	0,2	9,4	9,4	47	47
24/2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,3	1,3	0,2	0,2	6,7	6,7	35	35
	Итого	555	695	14,7	18,6	16,5	21,1	71,0	83,9	502	631
Полдник											

392/2011	Чай с сахаром	150	180	0,2	0,2	0,2	0,2	11,3	13,5	44	52
449/2011	Оладьи с повидлом	80	80	5,8	5,8	5,6	5,6	36,6	36,6	224	224
	Итого	230	260	6,0	6,0	5,8	5,8	47,9	50,1	268	276
	Всего на день	1135	1355	30,6	35,5	37,9	44,6	170,0	192,1	1158	1349
	Норма по СанПиН 75%+- 5%			29,4-33,6	37,8-43,2	32,9-37,6	42-48	142,1-162,4	182,7-208,8	980-1120	1260-1440

Двухнедельное меню для организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях в возрасте от 1 года до 7 лет с дневным пребыванием 10 часов

№ рецептуры по сборнику	Наименование блюда	Вес блока, г		Пищевые вещества, г						Энергет. ценность ккал	
		1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет	Жиры	Углеводы	1-3 года	3-7 лет	1-3 года	3-7 лет
Завтрак											
6/2011	Масло (порциями)	5	5	0,0	0,0	4,2	4,2	0,0	0,0	39	39
356/2022	Каша "Дружба"	160	180	5,4	7,2	4,6	6,9	15,3	22,0	180	203
392/2011	Чай с сахаром	150	180	0,2	0,2	0,2	0,2	11,3	13,5	44	52
23/2022	Хлеб из муки пшеничной	35	35	2,8	2,8	0,4	0,4	16,4	16,4	83	83
	Итого	350	400	8,4	10,2	9,4	11,7	43,0	51,9	346	377

Обед

т.24/1996	Овощи сезонные (порциями)	30	50	0,5	0,8	0,1	0,1	2,6	4,4	13	22
81/2011	Суп картофельный с бобовыми	150	180	4,3	5,2	4,2	5,0	9,8	11,8	81	97
282/2011	Биточки рубленые	50	70	8,0	11,1	7,2	10,6	8,0	11,2	131	183
317/2011	Макаронные изделия отварные	110	130	3,9	4,6	4,5	5,3	25,9	30,6	162	191
820/2022	Компот из плодов сухих	150	180	0,5	0,5	0,0	0,0	23,6	28,3	93	112
23/2022	Хлеб из муки пшеничной	20	20	1,6	1,6	0,2	0,2	9,4	9,4	47	47
24/2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,3	1,3	0,2	0,2	6,7	6,7	35	35
	Итого	530	650	20,1	25,1	16,4	21,4	86,0	102,4	562	687

Полдник

392/2011	Чай с сахаром	150	180	0,2	0,2	0,2	0,2	11,3	13,5	44	52
	Кондитерское изделие	50	70	6,1	8,5	6,9	9,7	21,4	43,5	166	232
	Итого	200	250	6,3	8,7	7,1	9,9	32,7	57,0	210	284
	Всего на день	1 080	1 300	34,8	44,0	32,9	43,0	161,7	211,3	1118	1348
	Норма по СанПиН 75%+- 5%			29,4-33,6	37,8-43,2	32,9-37,6	42-48	142,1-162,4	182,7-208,8	980-1120	1260-1440

Двухнедельное меню для организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях в возрасте от 1 года до 7 лет с дневным пребыванием 10 часов

№	Вс. блока, г	Пищевые вещества, г	Энергет. ценность
---	--------------	---------------------	-------------------

рецептуры по сборнику	Наименование блюда	в 1 кг изделия, г						ккал						
		1-3 года		3-7 лет		Белки		Жиры		Углеводы		1-3 года		3-7 лет
Завтрак														
День 10														
6/2011	Масло (порциями)	5	5	0,0	0,0	4,2	4,2	0,0	0,0	0,0	0,0	39	39	39
93/2011	Суп молочный с макаронными изделиями	160	180	5,4	7,2	5,5	7,2	15,8	22,5	131	186	186	186	186
392/2011	Чай с сахаром	150	180	0,2	0,2	0,2	0,2	11,3	13,5	44	52	52	52	52
23/2022	Хлеб из муки пшеничной	35	35	2,8	2,8	0,4	0,4	16,4	16,4	83	83	83	83	83
	Итого	350	400	8,4	10,2	10,3	12,0	43,5	52,4	297	360	297	360	360
Обед														
т.24/1996	Овощи сезонные (порциями)	30	50	0,5	0,8	0,1	0,1	2,6	4,4	13	22	22	22	22
80/2011	Суп картофельный с крупой	150	180	1,5	1,8	1,8	2,2	11,0	13,2	68	81	81	81	81
622/2022	Шницель рубленый куриный	50	70	10,1	14,1	12,5	17,5	6,4	9,0	177	248	248	248	248
306/2017	Бобовые отварные	110	130	10,3	12,2	5,1	6,0	24,5	29,0	187	221	221	221	221
820/2022	Компот из плодов сухих	150	180	0,5	0,5	0,0	0,0	23,6	28,3	93	112	112	112	112
23/2022	Хлеб из муки пшеничной	20	20	1,6	1,6	0,2	0,2	9,4	9,4	47	47	47	47	47
24/2022	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,3	1,3	0,2	0,2	6,7	6,7	35	35	35	35	35
	Итого	560	680	25,8	32,3	19,9	26,2	84,2	100,0	620	766	620	766	766
Полдник														
392/2011	Чай с сахаром	150	180	0,2	0,2	0,2	0,2	11,3	13,5	44	52	52	52	52
	Кондитерское изделие	50	70	6,1	8,5	6,9	9,7	21,4	43,5	166	232	232	232	232
	Итого	200	250	6,3	8,7	7,1	9,9	32,7	57,0	210	284	210	284	284
	Всего на день	1110	1330	40,5	51,2	37,3	48,1	160,4	209,4	1127	1410	1127	1410	1410
	Всего за 10 дней	10 020,00	12 000,00	341,40	420,80	367,10	456,10	1572,40	1940,10	11003,00	13321,00	11003,00	13321,00	13321,00
	Средний суточный рацион	1002	1200	34,14	42,08	36,71	45,61	157,24	194,01	1100,30	1332,10	1100,30	1332,10	1332,10

Норма по СанПиН 756/01-5%

29,4-33,6 37,8-43,2 32,9-37,6 42-48 142,1-162,4 182,7-208,8 980-1120 1260-1440

Согласно СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (п.2.8) изготовление продукции производится по технологическим документам, в том числе технологической карте, технико-технологической карте, технологической инструкции, разработанным и утвержденным руководителем организации или уполномоченным им лицом. Наименование блюд и кулинарных изделий, указанных в меню, соответствуют их наименованию, указанных в технологических документах, составленными на основе действующих Сборников рецептов:

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна - М.: ДеЛи принт, 2011-584с

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П.Могильного и В.А. Тутельяна - М.: ДеЛи плюс, 2017-544с

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций/ Под ред. Заместителя Президента Российской академии образования Академика РАН профессора Г.Г.Онищенко и Научного Руководителя ФГБУН "ФИЦ Питания, биотехнологии и безопасности пищи" Академика РАН В.А.Тутельяна, Москва 2022 - 698с.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания/ Под ред. Ф.Л.Марчука - М.: Хлебпродинформ, 1996-620с