

«Утверждаю»

Директор ООО «Агроинвест»



«Согласовано»



10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Категория детей 3 до 7 лет

Меню разработано с учетом требований санитарно-эпидемиологических правил и норм

СанПиП 2.3/2.4.3590-20

«Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания»

| Приём пищи            | Наименование блюда                                      | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |            |                | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|-----------------------|---------------------------------------------------------|----------------|------------------|------------|----------------|-----------------------------|-------------|
|                       |                                                         |                | Белки,<br>г      | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г |                             |             |
| 1 неделя День первый  |                                                         |                |                  |            |                |                             |             |
| Завтрак 1             | Масло сливочное                                         | 10             | 0,1              | 7,3        | 0,1            | 74,00                       | № 6 2011г   |
|                       | Печенье                                                 | 25             | 0,4              | 0,52       | 4,52           | 24,43                       |             |
|                       | Каша геркулесовая молочная жидкая с<br>маслом сливочным | 180/5          | 9,05             | 10,2       | 37,13          | 276,3                       | №177 2011г  |
|                       | Чай с сахаром и молоком                                 | 180            | 2,67             | 2,34       | 14,31          | 89,00                       | №394 2011г  |
|                       |                                                         | 400            | 12,22            | 20,36      | 56,06          | 463,73                      |             |
| Завтрак 2             | Сок яблочный                                            | 180            | 0,9              | 0          | 18,18          | 76,00                       | №130 2007г  |
|                       |                                                         | 180            | 0,9              | 0          | 18,18          | 76,00                       |             |
| Обед                  | Суп овощной на мясном бульоне со сметаной               | 200            | 5,52             | 4,36       | 10,83          | 104,64                      | №202 2005г  |
|                       | Каша гречневая рассыпчатая                              | 130            | 6,84             | 5,78       | 32,94          | 216,4                       | №168 2011г  |
|                       | Гуляш из отварного мяса                                 | 70             | 8,99             | 7,23       | 2,31           | 130,90                      | №277 2011г  |
|                       | Напиток из ягод с/м                                     | 180            | 0,1              | 0,1        | 27,2           | 88,7                        | №394 2004г  |
|                       | Хлеб ржаной                                             | 45             | 3,3              | 0,5        | 16,7           | 95,6                        |             |
|                       |                                                         | 625            | 24,75            | 17,97      | 89,98          | 636,24                      |             |
| Уплотнённый<br>под午ик | Омлет натуральный с зеленым горошком                    | 150/15         | 18,1             | 30,8       | 2,4            | 298,23                      | №216 2011   |
|                       | Сыр порционный                                          | 10             | 2,32             | 2,95       | 0              | 36                          | № 7 2011г   |
|                       | Чай с низким содержанием сахара                         | 180            | 0,06             | 0,02       | 9,46           | 37,89                       | №392 2011г  |
|                       | Хлеб пшеничный                                          | 35             | 2,3              | 0,2        | 14,8           | 82,83                       |             |
|                       |                                                         | 385            | 22,78            | 33,97      | 26,66          | 454,95                      |             |
| Итого за первый день: |                                                         | 1590           | 60,65            | 72,3       | 190,88         | 1630,92                     |             |

| Приём пищи             | Наименование блюда                              | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |            |                | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|------------------------|-------------------------------------------------|----------------|------------------|------------|----------------|-----------------------------|-------------|
|                        |                                                 |                | Белки,<br>г      | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г |                             |             |
| 1 недели День второй   |                                                 |                |                  |            |                |                             |             |
| Завтрак 1              | Масло сливочное                                 | 10             | 0,1              | 7,3        | 0,1            | 74,00                       | № 6 2011г   |
|                        | Хлеб пшеничный                                  | 30             | 2,3              | 0,2        | 14,8           | 71,00                       |             |
|                        | Каша пшеница молочная жидкая с маслом сливочным | 180/5          | 9,05             | 10,2       | 37,13          | 276,3                       | №177 2011г  |
|                        | Кофейный напиток с молоком                      | 180            | 2,24             | 2,1        | 25,03          | 118,8                       | №692 2004г  |
|                        |                                                 |                |                  |            |                |                             |             |
| Завтрак 2              |                                                 | 405            | 13,69            | 19,8       | 77,06          | 540,1                       |             |
|                        | Сок яблочный                                    | 180            | 0,9              | 0          | 18,18          | 76,00                       | №130 2007г  |
|                        |                                                 | 180            | 0,9              | 0          | 18,18          | 76,00                       |             |
|                        | Суп картофельный со свиной                      | 200            | 2,13             | 2,7        | 12,01          | 153,00                      | №89 2007г   |
|                        | Котлета мясная                                  | 70             | 13,7             | 13,1       | 12,4           | 221,3                       | №282 2001г  |
|                        | Картофельное пюре                               | 130            | 3,4              | 53,35      | 20,52          | 152,5                       | №321 2011г  |
|                        | Напиток из-сухофруктов                          | 180            | 0,45             | 0          | 19,03          | 77,94                       | 2004г       |
|                        | Хлеб ржаной                                     | 45             | 3,3              | 0,5        | 16,7           | 95,6                        |             |
|                        |                                                 | 625            | 22,98            | 69,65      | 80,66          | 700,34                      |             |
|                        |                                                 |                |                  |            |                |                             |             |
| Уплотняющий<br>полдник | Запеканка творожная с фруктовым соусом          | 140/30         | 17,54            | 16,51      | 17,15          | 334,5                       | №237 2011г  |
|                        | Чай с низким содержанием сахара                 | 180            | 0,06             | 0,02       | 9,46           | 37,89                       | №392 2011г  |
|                        | Хлеб пшеничный                                  | 30             | 2,3              | 0,2        | 14,8           | 71,00                       |             |
|                        |                                                 | 380            | 19,9             | 16,73      | 41,41          | 443,39                      |             |
| Итого за второй день:  |                                                 | 1590           | 57,47            | 106,18     | 217,31         | 1759,83                     |             |

| Приём пищи             | Наименование блюда                   | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |            |                | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|------------------------|--------------------------------------|----------------|------------------|------------|----------------|-----------------------------|-------------|
|                        |                                      |                | Белки,<br>г      | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г |                             |             |
| I неделя День третий   |                                      |                |                  |            |                |                             |             |
| Завтрак 1              | Масло сливочное порционное           | 10             | 0,1              | 7,3        | 0,1            | 74,00                       | № 6 2011г   |
|                        | Хлеб пшеничный                       | 30             | 2,3              | 0,2        | 14,8           | 71,00                       |             |
|                        | Суп молочный с макаронными изделиями | 180            | 5,43             | 5,04       | 16,41          | 152,94                      | № 93 2011г  |
|                        | Каша с молоком                       | 180            | 3,67             | 3,19       | 15,82          | 154,8                       | №397 2011г  |
|                        | Сыр порционный                       | 10             | 2,32             | 2,95       | 0              | 36,00                       | № 7 2011г   |
|                        |                                      | 410            | 13,82            | 18,68      | 47,13          | 488,74                      |             |
| Завтрак 2              | Яблоко                               | 100            | 0,4              | 0,4        | 9,8            | 44,00                       |             |
|                        |                                      | 100            | 0,4              | 0,4        | 9,8            | 44,00                       |             |
| Обед                   | Щи с картофелем со сметаной          | 200            | 8,32             | 19,83      | 10,08          | 104,4                       | №61 2011    |
|                        | Котлета рыбная                       | 70             | 10,59            | 6,47       | 4,17           | 117,00                      | №248 2011г  |
|                        | Рис отварной                         | 130            | 3,6              | 4,6        | 40,2           | 213,00                      | №168 2011г  |
|                        | Овощи свежие порционные              | 50             | 0,4              | 0,05       | 1,25           | 7,00                        |             |
|                        | Напиток из изюма                     | 180            | 0,34             | 0,08       | 16,35          | 67,98                       | №401 2008г  |
|                        | Хлеб ржаной                          | 45             | 3,3              | 0,5        | 16,7           | 95,6                        |             |
|                        |                                      | 675            | 24,93            | 36,54      | 71,4           | 580,25                      |             |
| Уплотнённый<br>полдник | Рагу овощное со свиной               | 200            | 3,89             | 7,26       | 18,79          | 297,94                      | №331 2011г  |
|                        | Чай с низким содержанием сахара      | 180            | 0,06             | 0,02       | 9,46           | 37,89                       | №392 2011г  |
|                        | Булочка домашняя                     | 50             | 3,64             | 6,26       | 26,96          | 179,00                      | №469 2011г  |
|                        |                                      |                |                  |            |                |                             |             |
|                        |                                      | 430            | 7,59             | 13,54      | 55,21          | 514,83                      |             |
| Итого за третий день:  |                                      | 1615           | 46,74            | 69,16      | 182,34         | 1620,82                     |             |

| Приём пищи               | Наименование блюда                      | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |            |                | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|--------------------------|-----------------------------------------|----------------|------------------|------------|----------------|-----------------------------|-------------|
|                          |                                         |                | Белки,<br>г      | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г |                             |             |
| 1 неделя День четвёртый  |                                         |                |                  |            |                |                             |             |
| Завтрак 1                | Масло сливочное порционное              | 10             | 0,1              | 7,3        | 0,1            | 74,00                       | № 6 2011г   |
|                          | Хлеб пшеничный                          | 30             | 2,3              | 0,2        | 14,8           | 71,00                       |             |
|                          | Каша манная молочная с маслом сливочным | 180/5          | 6,21             | 7,47       | 25,09          | 192,00                      | №179 2011г  |
|                          | Яйцо куриное варёное                    | 40             | 2,39             | 2,16       | 0,13           | 29,64                       |             |
|                          | Чай с сахаром и молоком                 | 180            | 2,67             | 2,34       | 14,31          | 89,00                       | №394 2011г  |
|                          |                                         | 445            | 13,67            | 19,47      | 54,43          | 455,64                      |             |
| Завтрак 2                | Сок яблочный                            | 180            | 0,9              | 0          | 18,18          | 76,00                       | №130 2007г  |
|                          |                                         | 180            | 0,9              | 0          | 18,18          | 76,00                       |             |
| Обед                     | Рассольник Ленинградский со сметаной    | 200            | 1,59             | 4,08       | 13,53          | 128,8                       | №76 2011г   |
|                          | Печень тушёная в сметане                | 70             | 13,94            | 4,18       | 5,22           | 147,7                       | 2003г       |
|                          | Каша гречневая рассыпчатая              | 130            | 6,84             | 5,78       | 32,94          | 216,4                       | №168 2011г  |
|                          | Напиток из ягод с/м                     | 180            | 0,1              | 0,1        | 27,2           | 88,7                        | №394 2004г  |
|                          | Хлеб ржаной                             | 45             | 3,3              | 0,5        | 16,7           | 95,6                        | ту          |
|                          |                                         | 625            | 25,77            | 14,64      | 95,59          | 677,2                       |             |
| Успокоительный<br>подник | Запеканка творожная с фруктовым соусом  | 140/30         | 17,54            | 16,51      | 17,15          | 334,5                       | №237 2011 г |
|                          | Чай с низким содержанием сахара         | 180            | 0,12             | 0,02       | 10,2           | 41                          | №393 2011г  |
|                          | Хлеб пшеничный                          | 30             | 2,3              | 0,2        | 14,8           | 71                          | ту          |
|                          |                                         | 380            | 19,96            | 16,73      | 42,15          | 446,5                       |             |
| Итого за четвёртый день: |                                         | 1630           | 60,3             | 50,84      | 210,35         | 1655,34                     |             |

| Приём пищи                     | Наименование блюда                        | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |            |                | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|--------------------------------|-------------------------------------------|----------------|------------------|------------|----------------|-----------------------------|-------------|
|                                |                                           |                | Белки,<br>г      | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г |                             |             |
| 1 неделя День пятый            |                                           |                |                  |            |                |                             |             |
| Завтрак 1                      | Масло сливочное                           | 10             | 0,1              | 7,3        | 0,1            | 74,00                       | № 6 2011г   |
|                                | Хлеб пшеничный                            | 30             | 2,3              | 0,2        | 14,8           | 71,00                       |             |
|                                | Кофейный напиток                          | 180            | 2,24             | 2,1        | 25,03          | 118,8                       | №692 2004г  |
|                                | Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным | 180/5          | 6,03             | 8,82       | 24,39          | 200,7                       | №84 2004г   |
|                                |                                           | 405            | 8,43             | 18,42      | 64,32          | 464,5                       |             |
| Завтрак 2                      | Сок яблочный                              | 180            | 0,9              | 0          | 18,18          | 76,00                       | №399 2011г  |
|                                |                                           | 180            | 0,9              | 0          | 18,18          | 76,00                       |             |
|                                | Солянка по домашнему с курой              | 200            | 2,4              | 4,6        | 19,29          | 132,00                      | №157 2004г  |
|                                | Птица( кури) тушеная в сметанном соусе    | 70             | 10,5             | 3,5        | 2,8            | 109,13                      |             |
|                                | Макаронные изделия отварные               | 130            | 4,69             | 8,69       | 29,5           | 205,19                      | №204 2011г  |
|                                | Напиток из смеси сухофруктов              | 180            | 0,45             | 0          | 19,03          | 77,94                       | №639 2004   |
|                                | Хлеб ржаной                               | 45             | 3,3              | 0,5        | 16,7           | 95,6                        |             |
|                                |                                           | 625            | 21,34            | 17,29      | 87,32          | 619,86                      |             |
| Уплотнённый<br>полдник         | Каша рисовая молочная с маслом сливочным  | 180            | 9,05             | 10,2       | 37,13          | 276,3                       | №177 2011г  |
|                                | Мавник                                    | 50             | 3,6              | 7,04       | 20,62          | 145,45                      | №274 2004г  |
|                                | Чай с низким содержанием сахара           | 180            | 0,06             | 0,02       | 9,46           | 37,89                       | №392 2011г  |
|                                |                                           | 410            | 12,71            | 17,26      | 67,21          | 459,64                      |             |
| Итого за пятый день:           |                                           | 1620           | 43,38            | 52,97      | 237,03         | 1620,00                     |             |
| Среднее значение за пять дней: |                                           | 1609           | 54,57            | 71,19      | 205,38         | 1661,26                     |             |

| Приём пищи               | Наименование блюда                                | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |            |                | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|--------------------------|---------------------------------------------------|----------------|------------------|------------|----------------|-----------------------------|-------------|
|                          |                                                   |                | Белки,<br>г      | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г |                             |             |
| 2 неделя День первый     |                                                   |                |                  |            |                |                             |             |
| Завтрак 1                | Масло сливочное                                   | 10             | 0,1              | 7,3        | 0,1            | 74                          | № 6 2011г   |
|                          | Печенье                                           | 25             | 0,4              | 0,52       | 4,52           | 24,43                       |             |
|                          | Каша гречневая молочная жидкая с маслом сливочным | 180/5          | 9,05             | 10,2       | 37,13          | 276,3                       | №177 2011г  |
|                          | Чай с сахаром и молоком                           | 180            | 2,67             | 2,34       | 14,31          | 89,00                       | №394 2011г  |
|                          |                                                   | 400            | 12,22            | 20,36      | 56,06          | 463,73                      |             |
| Завтрак 2                | Сок яблочный                                      | 180            | 0,9              | 0          | 18,18          | 76,00                       | №399 2011г  |
|                          |                                                   | 180            | 0,9              | 0          | 18,18          | 76,00                       |             |
| Обед                     | Суп картофельный с горохом                        | 200            | 6,09             | 1,68       | 16,9           | 124,15                      | №66 2003г   |
|                          | Плов со свиной                                    | 170            | 18,36            | 10,03      | 32,13          | 292,4                       | №443 2004г  |
|                          | Икра свекольная                                   | 50             | 0,27             | 1,41       | 1,77           | 20,88                       | №54 2011г   |
|                          | Компот из ягод с/м                                | 180            | 0,1              | 0,1        | 27,2           | 88,7                        | №394 2004г  |
|                          | Хлеб ржаной                                       | 45             | 3,3              | 0,5        | 16,7           | 95,6                        |             |
|                          |                                                   | 625            | 24,23            | 16,64      | 88,8           | 649,78                      |             |
| Уплотнённый<br>поплавник | Омлет натуральный с зеленым горошком              | 150/15         | 18,1             | 30,8       | 2,4            | 298,23                      | №216 2011   |
|                          | Сыр порционный                                    | 10             | 2,32             | 2,95       | 0              | 36,00                       | № 7 2011г   |
|                          | Чай с низким содержанием сахара                   | 180            | 0,06             | 0,02       | 9,46           | 37,89                       | №392 2011г  |
|                          | Хлеб пшеничный                                    | 30             | 2,3              | 0,2        | 14,8           | 71,00                       |             |
|                          |                                                   | 365            | 22,78            | 33,97      | 26,66          | 443,12                      |             |
| Итого за первый день:    |                                                   | 1570           | 60,13            | 70,97      | 189,7          | 1632,63                     |             |

| Приём пищи            | Наименование блюда                      | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |            |                | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|-----------------------|-----------------------------------------|----------------|------------------|------------|----------------|-----------------------------|-------------|
|                       |                                         |                | Белки,<br>г      | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г |                             |             |
| 2 неделя День второй  |                                         |                |                  |            |                |                             |             |
| Завтрак 1             | Масло сливочное                         | 10             | 0,1              | 7,3        | 0,1            | 74                          | № 6 2011г   |
|                       | Хлеб пшеничный                          | 30             | 2,3              | 0,2        | 14,8           | 71                          |             |
|                       | Каша манная молочная с маслом сливочным | 180/5          | 6,21             | 7,47       | 25,09          | 192,00                      | №179 2011г  |
|                       | Какао с молоком                         | 180            | 3,67             | 3,19       | 15,82          | 154,8                       | №397 2011г  |
|                       |                                         | 405            | 12,28            | 18,16      | 55,81          | 491,8                       |             |
| Завтрак 2             | Сок яблочный                            | 180            | 0,9              | 0          | 18,18          | 76,00                       | №399 2011г  |
|                       |                                         | 180            | 0,9              | 0          | 18,18          | 76,00                       |             |
| Обед                  | Борщ с картофелем и сметаной            | 200            | 4,7              | 6,1        | 10,1           | 114,22                      | №57 2011 г  |
|                       | Макаронные изделия отварные             | 100            | 4,26             | 7,9        | 26,8           | 186,53                      | №204 2011г  |
|                       | Тефтели мясные с соусом                 | 50/20          | 6,02             | 6,16       | 5,67           | 137,34                      | №286 2012г  |
|                       | Напиток из смеси сухофруктов            | 180            | 0,45             | 0          | 19,03          | 77,94                       | №639 2004   |
|                       | Хлеб ржаной                             | 50             | 3,3              | 0,5        | 16,7           | 95,6                        |             |
|                       |                                         | 600            | 13,73            | 20,66      | 78,3           | 611,63                      |             |
| Увлатийный<br>подаян  | Жаркое по-домашнему                     | 200            | 10,93            | 15,00      | 20,91          | 349,50                      | №66 2003г   |
|                       | Огурцы соленные                         | 50             | 1,4              |            | 1,5            | 6,00                        |             |
|                       | Чай с низким содержанием сахара         | 180            | 0,06             | 0,02       | 9,46           | 37,89                       | №392 2011г  |
|                       | Булочка домашняя                        | 50             | 3,64             | 6,26       | 26,96          | 178,00                      | №469 2011г  |
|                       |                                         | 480            | 16,03            | 21,28      | 58,83          | 571,39                      |             |
| Итого за второй день: |                                         | 1670           | 42,94            | 60,4       | 211,12         | 1750,82                     |             |

| Приём пищи             | Наименование блюда                                | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |            |                | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|------------------------|---------------------------------------------------|----------------|------------------|------------|----------------|-----------------------------|-------------|
|                        |                                                   |                | Белки,<br>г      | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г |                             |             |
|                        | 2 неделя День третий                              |                |                  |            |                |                             |             |
| Завтрак 1              | Масло сливочное                                   | 10             | 0,1              | 7,3        | 0,1            | 74,00                       | № 6 2011г   |
|                        | Хлеб пшеничный                                    | 30             | 2,3              | 0,2        | 14,8           | 71,00                       |             |
|                        | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 180/5          | 6,84             | 10,8       | 34,67          | 263,00                      |             |
|                        | Чай с сахаром                                     | 180            | 0,06             | 0,02       | 9,46           | 37,89                       |             |
|                        |                                                   | 405            | 9,3              | 18,32      | 59,03          | 445,89                      |             |
| Завтрак 2              | Яблоко                                            | 100            | 0,4              | 0,4        | 9,8            | 44,00                       |             |
|                        |                                                   | 100            | 0,4              | 0,4        | 9,8            | 44,00                       |             |
| Обед                   | Рассольник ленинградский со сметаной              | 200            | 1,59             | 4,08       | 13,53          | 128,8                       | №76 2011г   |
|                        | Печень тушеная в сметане                          | 70             | 13,94            | 4,18       | 5,22           | 147,7                       | 2003г       |
|                        | Каша гречневая рассыпчатая                        | 130            | 6,84             | 5,78       | 32,94          | 216,4                       | №168 2011г  |
|                        | Напиток из изюма                                  | 180            | 0,34             | 0,08       | 16,35          | 67,98                       | №401 2008г  |
|                        | Хлеб ржаной                                       | 45             | 3,3              | 0,5        | 16,7           | 95,6                        |             |
| Уплотнённый<br>подачик |                                                   | 625            | 26,01            | 14,62      | 84,74          | 656,48                      |             |
|                        | Пюре картофельное                                 | 130            | 3,38             | 53,33      | 20,51          | 152,8                       | №321 2011г  |
|                        | Суфле рыбное                                      | 70             | 13,7             | 13,1       | 12,4           | 221,3                       |             |
|                        | Чай с низким содержанием сахара                   | 180            | 0,06             | 0,02       | 9,46           | 37,89                       | №392 2011г  |
|                        | Хлеб пшеничный                                    | 30             | 2,3              | 0,2        | 14,8           | 71,00                       |             |
| Итого за третий день:  |                                                   | 1510           | 55,15            | 99,59      | 210,74         | 1629,36                     |             |

| Приём пищи                | Наименование блюда                              | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |            |                | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|---------------------------|-------------------------------------------------|----------------|------------------|------------|----------------|-----------------------------|-------------|
|                           |                                                 |                | Белки,<br>г      | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г |                             |             |
| 2 неделя День четвёртый   |                                                 |                |                  |            |                |                             |             |
| Завтрак 1                 | Масло сливочное                                 | 10             | 0,1              | 7,3        | 0,1            | 74,00                       | № 6 2011г   |
|                           | Хлеб пшеничный                                  | 30             | 2,3              | 0,2        | 14,8           | 71,00                       | ту          |
|                           | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 180/5          | 6,84             | 10,8       | 34,67          | 263,00                      | №172 2011г  |
|                           | Кофейный напиток                                | 180            | 2,24             | 2,1        | 25,03          | 118,8                       | №692 2004г  |
| Завтрак 2                 | Сок яблочный                                    | 405            | 11,48            | 20,4       | 74,6           | 526,8                       |             |
|                           |                                                 | 180            | 0,9              | 0          | 18,18          | 76,00                       |             |
|                           |                                                 | 180            | 0,9              | 0          | 18,18          | 76,00                       |             |
| Обед                      | Суп картофельный с яйцом                        | 200            | 9,2              | 4,48       | 14,24          | 149,00                      | №140 2004г  |
|                           | Ежики мясные с соусом                           | 120/50         | 14,3             | 15,7       | 32,1           | 284,00                      | №450 1996г  |
|                           | Напиток из ягод с/м                             | 180            | 0,1              | 0,1        | 27,2           | 88,7                        | №394 2004г  |
|                           | Хлеб ржаной                                     | 50             | 3,6              | 0,55       | 18,5           | 106,2                       | ту          |
|                           |                                                 | 600            | 27,2             | 20,83      | 92,04          | 627,9                       |             |
| Уплотнительный<br>полдник | Запеканка творожная с фруктовым соусом          | 140/30         | 17,54            | 16,51      | 17,15          | 334,5                       | №237 2011 г |
|                           | Чай с низким содержанием сахара                 | 180            | 0,12             | 0,02       | 10,2           | 41,00                       | №393 2011г  |
|                           | Хлеб пшеничный                                  | 30             | 2,3              | 0,2        | 14,8           | 71,00                       |             |
|                           |                                                 | 380            | 19,96            | 16,73      | 42,15          | 446,5                       |             |
| Итого за четвёртый день:  |                                                 | 1560           | 59,54            | 57,96      | 226,97         | 1677,2                      |             |

| Приём пищи                        | Наименование блюда                                | Выход<br>блюда | Пищевые вещества |            |                | Энерг.<br>ценность,<br>ккал | № рецептуры |
|-----------------------------------|---------------------------------------------------|----------------|------------------|------------|----------------|-----------------------------|-------------|
|                                   |                                                   |                | Белки,<br>г      | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г |                             |             |
| 2 неделя День пятый               |                                                   |                |                  |            |                |                             |             |
| Завтрак 1                         | Масло сливочное                                   | 10             | 0,1              | 7,3        | 0,1            | 74,00                       | № 6 2011г   |
|                                   | Хлеб пшеничный                                    | 30             | 2,3              | 0,2        | 14,8           | 71,00                       |             |
|                                   | Сыр порционный                                    | 10             | 2,32             | 2,95       | 0              | 36,00                       | № 7 2011г   |
|                                   | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 180/5          | 9,05             | 10,2       | 37,13          | 276,3                       | №177 2011г  |
|                                   | Чай с сахаром и молоком                           | 180            | 2,67             | 2,34       | 14,31          | 89,00                       | №394 2011г  |
|                                   |                                                   | 415            | 16,44            | 22,99      | 56,34          | 546,3                       |             |
| Завтрак 2                         | Сок яблочный                                      | 180            | 0,9              | 0          | 18,18          | 76,00                       |             |
|                                   |                                                   | 180            | 0,9              | 0          | 18,18          | 76,00                       |             |
| Обед                              | Суп вермишелевый с курой                          | 200            | 2,2              | 4,6        | 11,00          | 152,2                       |             |
|                                   | Капуста тушеная с курой                           | 200            | 5,78             | 20,42      | 7,48           | 275,01                      | №534        |
|                                   | Напиток из смеси сухофруктов                      | 180            | 0,45             | 0          | 19,03          | 77,94                       | №639 2004   |
|                                   | Хлеб ржаной                                       | 45             | 3,3              | 0,5        | 16,7           | 95,6                        | ту          |
|                                   |                                                   | 625            | 11,73            | 25,52      | 54,48          | 600,75                      |             |
| Уплотнённый<br>подник             | Каша гречневая молочная с маслом сливочным        | 180            | 9,05             | 10,2       | 37,13          | 276,3                       | №177 2011г  |
|                                   | Чай с низким содержанием сахара                   | 180            | 0,06             | 0,02       | 9,46           | 37,89                       | №392 2011г  |
|                                   | Манник                                            | 50             | 3,6              | 7,04       | 20,62          | 145,45                      | №274 2004г  |
|                                   |                                                   | 410            | 12,71            | 17,26      | 67,21          | 459,64                      |             |
| Итого за пятый день:              |                                                   | 1630           | 41,74            | 65,77      | 196,21         | 1682,69                     |             |
| Среднее значение за пять дней :   |                                                   | 1588           | 52,76            | 71,74      | 204,75         | 1678,42                     |             |
| Среднее значение за десять дней : |                                                   | 1598,5         | 53,66            | 71,45      | 205,06         | 1669,84                     |             |

Перечень документов:

2.3.2.4.3990.20 «САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных учреждениях / под ред. М.П. Мотылянского и Т.В. Тугусовой. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И. Заболов, В.А. Протченко, М.И. Пересыпкин. – К.: А.С.К., 2005, з. 86

Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных учреждениях / под ред. М.П. Мотылянского. 2007 г.

2006г.

Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Таргонская. –М.: ЛИНКА-ПРЕСС. 2002.

Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Баян. –М.: АРКТИ-МИКРО, 2003.

Н.В. Золотая, Н.А. Киселева. Алгоритм разработан перспективного меню при организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях/ РИЦ «Мир Кубани» г.Краснодар, 2007г. – 182 с.

Сборник методических рекомендаций по организации питания детей в подсистеме Соцзаг. –СПб., Речь, 2008 – 800с.