



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ № 2 с. Некрасовка

Е. А. Ломаева

«01» Апреля 2022 год

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ

НА 10 ДНЕЙ

для организации питания детей в МБДОУ № 2 с. Некрасовка

Хабаровского муниципального района Хабаровского края

2022год

ПЕРВЫЙ ДЕНЬ - ПОНЕДЕЛЬНИК

№ технологической карты	№ п/п	Меню	Выход блюда		Б		Ж		У		Энергетическая ценность	
			до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7
ЗАВТРАК												
№185	1	Омет натуральный	80	130	7,82	10,7	13,18	21,42	1,46	2,38	153,47	249,39
№395	2	чай с лимоном	150	180	0,14	0,16	0,03	0,03	8,51	10,21	35,82	42,99
№395	3	Батон нарезной	20	30	1,5	2,2	0,58	0,87	10,28	17,42	52,4	78,6
№6	4	Масло сливочное	4	5	0,02	0,03	3,3	4,13	0,03	0,04	29,92	37,4
№7	5	Сыр	6	10	1,46	2,3	1,77	2,95	0	0	21,84	36,4
		Итого	260	355	10,94	15,39	18,86	29,4	20,28	30,05	293,45	444,78
ОБЕД												
№35	1	Салат из моркови с зелен.гор.	30	50	0,48	0,6	2,56	4,27	1,7	2,83	32,8	54,67
№67	2	Свеклольник	150	180	8,56	9,28	11,68	14,01	11,35	13,62	183,3	219,96
№54	3	Плов из отварной говядины	80	100	9,87	11,34	3,63	4,53	13,48	16,85	140,8	176
№398	4	Сок	150	150	0,15	0,15	0,15	0,15	17,4	17,4	70,5	70,5
№13	5	Хлеб пшеничный	28	34	2,21	2,69	0,28	0,34	15,52	18,42	65,8	79,9
№12	6	Хлеб ржаной	32	40	2,72	3,4	1,06	1,32	16,6	19	82,88	103,6
		Итого	470	554	23,99	27,46	19,36	24,62	76,05	88,12	576,08	704,63
ПОЛДНИК												
№473	1	Пряник	20	40	1,5	3	1	2	13,6	27,2	68,8	137,6
№1	2	Яблоки	80	80	0,32	0,32	0,32	0,32	7,84	7,84	37,6	37,6
№392/2	3	Чай с сахаром	130	150	0,1	0,08	0,03	0,02	12,99	14,99	52,58	15,49
		Итого	150	190	1,92	3,4	1,35	2,34	34,43	50,03	158,98	190,69
УЖИН												
№1	1	Печенье		20		1,48		1,88		14,62		81,4
№394	2	Молоко кипяченое		150		4,35		5,25		7,2		81
		Итого			0	5,83	0	7,13	0	21,82	0	162,4
		ВСЕГО			36,85	52,08	39,57	63,49	130,76	190,02	1028,51	1502,5

ВТОРОЙ ДЕНЬ - ВТОРНИК

№ технологической	№ п/п	Меню	Выход блюда		Б		Ж		У		Энергетическая ценность	
			до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7
ЗАВТРАК												
№212	1	Лапшевник с творогом	80	100	8,43	10,53	1,76	2,21	17,23	21,54	119,31	149,13
№351	2	Соус молоч. сладкий	30	30	0,44	0,44	1,64	1,64	4,18	4,18	32,01	32,01
№414	3	Кофейный напиток. с мол	150	180	2,22	2,65	2,9	3,38	12,09	13,45	77,05	87,36
№395	4	Батон нарезной	20	30	1,5	2,25	0,58	0,87	10,28	17,42	52,4	78,6
№6	5	Масло сливочное	4	5	0,02	0,03	3,3	4,13	0,03	0,04	29,92	37,4
		Итого			12,61	15,9	10,18	12,23	43,81	56,63	310,69	384,5
ВТОРОЙ ЗАВТРАК												
№399	1	Сок	100	100	0,1	0,1	0,1	0,1	11,6	11,6	47	47
		Итого			0,1	0,1	0,1	11,6	11,6	11,6	47	47
ОБЕД												
№35	1	Салат и свеклы с чесноком	30	50	0,44	0,74	3,06	5,09	2,42	4,03	38,35	63,92
№36	2	Суп картофел. С бобов	150	180	7,48	8,47	3,29	3,95	11,74	14,09	106,71	128,06
№321	3	Картофельное пюре	120	150	2,83	3,68	4,87	6,34	28,62	37,21	156,05	195,06
№224	4	Рыба тушенная в томате с овощами	60	80	6,39	7,52	0,33	0,44	1,25	2,66	33,4	44,53
№372/2	5	Компот из св. плодов	150	180	0,1	0,12	0,1	0,12	14,16	16,99	58,99	70,78
№13	6	Хлеб пшеничный	28	34	2,21	2,69	0,28	0,34	15,52	18,42	65,8	79,9
№12	7	Хлеб ржаной	32	40	2,72	3,4	1,06	1,32	16,6	19	82,88	103,6
		Итого			22,17	26,62	12,99	17,6	90,31	112,4	542,18	685,85
ПОЛДНИК												
№473	1	Булочка Веснушка	50	60	3,17	4,75	2,4	3,6	29,12	34,96	158,44	190,13
№401	2	Варенец	150	180	4,35	5,22	3,75	4,5	6,15	8,38	79,5	95,4
	5	Итого			7,52	9,97	6,15	8,1	35,27	43,34	237,94	285,53
УЖИН												
№1	1	Вафли		20		1,58		2,82		6,58		58,2
№392/3	2	Чай с сахаром		150		0,08		0,02		14,99		15,49
	3	Итого			0	1,66	0	2,84	0	21,57	0	73,69
		ВСЕГО			42,4	54,25	29,42	52,37	180,99	245,54	1137,81	1476,57

ТРЕТИЙ ДЕНЬ - СРЕДА												
№ технологической карты	№ п/п	Меню	Выход блюда		Б		Ж		У		Энергетическая ценность	
			до 3-х л	с 3-х до 7	до 3-х л	с 3-х до 7	до 3-х л	с 3-х до 7	до 3-х л	с 3-х до 7	до 3-х л	с 3-х до 7
ЗАВТРАК												
№94	1	Суп молочный Геркуесовый	150	180	4,17	5	5,47	6,57	11,87	14,24	104,39	125,27
№389	2	Какао с молоком сгущенным	150	170	2,42	2,74	2,65	3	18,22	20,65	106,79	121,03
№395	3	Батон нарезной	20	30	1,5	2,25	0,58	0,87	10,28	17,42	52,4	78,6
№6	4	Масло сливочное	4	5	0,02	0,03	3,3	4,13	0,03	0,04	29,92	37,4
№7	5	Сыр	6	10	1,46	2,44	1,77	2,95	0	0	21,84	36,4
		Итого			9,57	12,46	13,77	17,52	40,4	52,35	315,34	398,7
10-00		Яблоки	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	47	47
		Итого			0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	47	47
ОБЕД												
№54-2з-2020	1	Огурец в нарезке	10	20	0,08	0,1	0,01	0,02	0,25	0,5	1,4	2,8
№69	2	Суп картофельный с клецками	180	200	1,73	2,08	3,16	3,8	14,48	17,15	94,58	105,08
№54-10м-2020	3	Капуста тушеная с мясом	100	150	12,67	18,01	5,91	8,86	7,57	11,35	134,34	201,51
№376	4	Компот из смеси сухофруктов	150	180	0,3	0,34	0	0	20,6	25,3	84	100,8
№13	5	Хлеб пшеничный	28	34	2,21	2,49	0,28	0,34	15,52	18,42	65,8	79,9
№12	6	Хлеб ржаной	32	40	2,72	3,4	1,06	1,32	16,6	19	82,88	103,6
		Итого			19,71	26,42	10,42	14,34	75,02	91,72	463	593,69
ПОЛДНИК												
№453/503	1	Пирожок картофель с луком	40	60	3,48	4,22	3,01	4,51	36,22	40,33	137,46	206,18
№400	3	Молоко кипяченое	150	180	4,35	5,22	5,25	6,3	7,2	8,64	81	97,2
		Итого			7,83	9,44	8,26	10,81	43,42	48,97	218,46	303,38
УЖИН												
№1	1	Пряник		20		1,5		1		15,6		68,8
№393	2	Чай с лимоном		150		0,14		0,03		9,51		35,82
		Итого			0	1,64	0	1,03	0	25,11	0	104,62
		ВСЕГО			37,51	50,36	32,85	44,1	168,64	227,95	1043,8	1447,39

ЧЕТВЕРТЫЙ ДЕНЬ - ЧЕТВЕРГ

№ технологической карты	№ п/п	Меню	Выход блюда		Б		Ж		У		Энергетическая ценность	
			до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7
ЗАВТРАК												
№215	1	Омлет натуральный	80	130	7,82	10,7	13,18	21,42	1,46	2,38	153,47	249,39
№393	2	Чай с лимоном	150	180	0,14	0,16	0,03	0,03	8,51	10,21	35,82	42,99
№395	3	Батон нарезной	20	30	1,5	2,25	0,58	0,87	10,28	17,42	52,4	78,6
№6	4	Масло сливочное	4	5	0,02	0,03	3,3	4,13	0,03	0,04	29,92	37,4
№7	5	Сыр полутвердый	6	10	1,46	2,44	1,77	2,95	0	0	21,84	36,4
		Итого			10,94	15,58	18,86	29,4	20,28	30,05	293,45	444,78
10-00		Сок	100	100	0,1	0,1	0,1	0,1	11,6	11,6	47	47
		Итого			0,1	0,1	0,1	0,1	11,6	11,6	47	47
ОБЕД												
PK56-25	1	Салат из картоф. с зеленым горошком	30	50	0,51	0,75	1,58	2,64	2,81	4,68	27,96	46,6
№87	2	Суп картоф. С рыбными консерв.	150	180	5,86	6,03	5,76	6,91	13,91	16,89	114,85	137,82
№205	3	Макаронные изделия отварные	80	100	2,85	3,57	2,46	3,08	20,21	24,77	106,53	133,16
№278	4	Бефстроганов из отварного мяса	50	70	10,2	11,28	1,25	1,75	0	0	52	72,8
№237	5	Компот из апельсинов с грушами	130	150	0,31	0,36	0,11	0,13	22,72	25,3	72,21	83,32
№13	6	Хлеб пшеничный	28	34	2,21	2,69	0,28	0,34	15,52	18,42	65,8	79,9
№12	7	Хлеб ржаной	32	40	2,72	3,4	1,06	1,32	16,6	19	82,88	103,6
		Итого			24,66	28,08	12,5	16,17	91,77	109,06	522,23	657,2
ПОЛДНИК												
№469	1	Булочка Домашняя	40	60	2,99	4,49	2,99	4,49	21,36	32,04	123,76	185,64
№1	2	Конфеты шоколадные	20	20	1	1	7	7	11	11	110	110
№558	3	Йогурт	140	180	7	9	4,48	5,76	4,9	6,3	95,2	122,4
		Итого			10,99	14,49	14,47	17,25	37,26	49,34	328,96	418,04
УЖИН												
№1	1	Печенье		20		1,48		1,88		14,62		81,4
№392/3	2	Чай с сахаром		150		0,08		0,02		14,99		15,49
		Итого			0	1,56	0	1,9	0	29,61	0	96,89
		ВСЕГО			46,69	59,81	45,93	64,82	160,91	229,66	1191,64	1663,91

ПЯТЫЙ ДЕНЬ - ПЯТНИЦА

№ технологи ческой	№ п/п	Меню	Выход блюда		Б		Ж		У		Энергетическая ценность	
			до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7
ЗАВТРАК												
№РК10-94	1	Суп молочный с манной крупой	150	180	3,98	4,78	5	6	14,6	17,12	102,68	123,21
№394	2	Чай с молоком	150	170	3,6	4,08	4,23	4,79	10,94	12,27	82,25	93,21
№395	3	Батон нарезной	20	30	1,5	2,25	0,58	0,87	10,28	17,42	52,4	78,6
№6	4	Масло сливочное	4	5	0,02	0,03	3,3	4,13	0,03	0,04	29,92	37,4
		Итого			9,1	11,14	13,11	15,79	35,85	46,85	267,25	332,42
10-00		Груши	100	100	0,4	0,4	0,3	0,3	10,3	10,3	47	47
		Итого			0,4	0,4	0,3	0,3	10,3	10,3	47	47
ОБЕД												
№19	1	Салат из свеклы и моркови	30	50	0,41	0,58	3,05	5,08	2,23	4,72	37,54	62,56
№35	2	Суп из овощей	150	180	1,31	1,57	4,5	5,4	8,96	12,35	72,3	86,76
№321	3	Картофельное пюре	100	130	2,83	3,68	4,87	6,34	22,08	27,81	130,05	169,06
№07018	4	Суфле из печени	50	70	8,82	10,35	4,18	5,84	5,05	7,07	91,93	128,71
№378	6	Кисель из свежемороженых ягод	130	150	0,13	0,15	0,06	0,07	11,43	13,19	48,04	55,44
№13	7	Хлеб пшеничный	28	34	2,21	2,69	0,28	0,34	15,52	18,42	65,8	79,9
№12	8	Хлеб ржаной	32	40	2,72	3,4	1,06	1,32	16,6	19	82,88	103,6
		Итого			18,43	22,42	18	24,39	81,87	102,56	528,54	686,03
ПОЛДНИК												
№238	1	Запеканка из творога с морковью	60	80	7,67	9,23	4,17	5,56	13,26	17,68	120,92	161,23
№346	2	Молоко сгущенное	20	30	1,44	2,16	1,7	2,55	11,1	16,65	65,6	98,4
№400	3	Молоко кипяченое	130	150	3,77	4,35	4,55	5,25	6,24	7,2	70,2	81
		Итого			12,88	15,74	10,42	13,36	30,6	41,53	256,72	340,63
УЖИН												
№1	1	Вафли		20		1,58		2,82		6,58		58,2
№392/3	2	Чай с сахаром		150		0,08		0,02		14,99		15,49
		Итого			0	1,66	0	2,84	0	21,57	0	73,69
		ВСЕГО			40,81	51,36	41,83	56,68	158,62	222,81	1099,51	1479,77

ШЕСТОЙ ДЕНЬ - ПОНЕДЕЛЬНИК

№ технологич	№ п/п	Меню	Выход блюда		Б		Ж		У		Энергетическая цен	
			до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7
ЗАВТРАК												
№94	1	Суп молочный с рисовой крупой	150	180	3,68	4,42	5	6	12,88	15,45	102,54	123,05
№500	2	Кофейный напиток на сгущ. Молоке	150	180	4,41	5,29	5,58	6,7	20,52	24,62	143,85	172,62
№395	3	Батон нарезной	20	30	1,5	2,25	0,58	0,87	10,28	17,42	52,4	78,6
№6	4	Масло сливочное	4	5	0,02	0,03	3,3	4,13	0,03	0,04	29,92	37,4
		Итого			9,61	11,99	14,46	17,7	43,71	57,53	328,71	411,67
ОБЕД												
№36	1	Салат из свеклы с сол. Огурцами	30	50	0,46	0,76	1,86	3,1	3,05	5,41	26,79	44,65
№156	2	Суп - лапша домашняя	150	180	1,64	1,97	3,42	4,1	9,17	11,71	132,72	159,26
№336	3	Капуста тушеная	100	130	2,56	3,33	3,86	5,01	10,83	14,17	76,09	98,91
№300	4	Птица отварная	60	80	7,64	9,33	7,82	10,43	0,05	0,06	101,42	135,23
№399	5	Сок	150	150	0,15	0,15	0,15	0,15	17,4	17,4	70,5	70,5
№13	6	Хлеб пшеничный	28	34	2,21	2,69	0,28	0,34	15,52	18,42	65,8	79,9
№12	7	Хлеб ржаной	32	40	2,72	3,4	1,06	1,32	16,6	19	82,88	103,6
		Итого			17,38	21,63	18,45	24,45	72,62	86,17	556,2	692,05
ПОЛДНИК												
№273	1	Булочка "Ванильная"	40	60	3,21	4,96	3,39	5,09	35,64	41,46	138,15	207,23
	2	Чай с лимоном	150	180	0,14	0,16	0,03	0,03	10,51	12,21	35,82	42,99
№394		Итого			3,35	5,12	3,42	5,12	46,15	53,67	173,97	250,22
УЖИН												
№1	1	Пряник		20		1,5		1		13,6		68,8
№400	2	Молоко кипяченое		150		4,35		5,25		7,2		81
		Итого			0	5,85	0	6,25	0	20,8	0	149,8
		ВСЕГО			30,34	44,59	36,33	53,52	162,48	218,17	1058,88	1503,74

СЕДЬМОЙ ДЕНЬ - ВТОРНИК

№ технологич	№ п/п	Меню	Выход блюда		Б		Ж		У		Энергетическая ценность	
			до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7
ЗАВТРАК												
№195	1	Запеканка из творога	100	130	15,12	18,66	6,07	7,89	17,48	22,73	185,3	240,89
№351	2	Соус молочный сладкий	25	30	0,37	0,44	1,37	1,64	3,49	4,18	26,67	32,01
№500	3	Кофейный напиток со сгущ. Молоком	150	180	4,41	5,29	5,58	6,7	20,52	24,62	143,85	172,62
№395	4	Батон нарезной	20	30	1,5	2,25	0,58	0,87	10,28	17,42	52,4	78,6
№6	5	Масло сливочное	4	5	0,02	0,03	3,3	4,13	0,03	0,04	29,92	37,4
		Итого			21,42	26,67	16,9	21,23	51,8	68,99	438,14	561,52
10-00		Сок	100	100	0,1	0,1	0,1	0,1	11,6	11,6	47	47
		Итого			0,1	0,1	0,1	0,1	11,6	11,6	47	47
ОБЕД												
№8	1	Сельдь (порционная)	30	50	3,5	5,53	3,75	6,25	0	0	47,75	79,58
№82	2	Щи из св. капусты с картофелем	150	180	1,61	1,93	4,61	5,53	9,57	12,08	77,26	92,71
№276	3	Жаркое по - домашнему	80	140	11,82	18,69	3,93	6,87	12,63	20,85	120,95	211,66
№237	4	Кампот и апельсинов и грушами	130	150	0,31	0,36	0,11	0,13	19,09	22,72	72,21	83,32
№13	5	Хлеб пшеничный	28	34	2,21	2,69	0,28	0,34	15,52	18,42	65,8	79,9
№12	6	Хлеб ржаной	32	40	2,72	3,4	1,06	1,32	16,6	19	82,88	103,6
		Итого			22,17	32,6	13,74	20,44	73,41	93,07	466,85	650,77
ПОЛДНИК												
№586	1	Булочка Российская	40	60	3,06	4,39	3,49	5,24	24,57	36,85	141,55	212,32
№401/4	2	Ряженка	150	180	4,35	5,22	3,75	4,5	6,3	7,56	81	97,2
		Итого			7,41	9,61	7,24	9,74	30,87	44,41	222,55	309,52
УЖИН												
№1	1	Печенье		20		1,48		1,88		14,62		81,4
№393	2	Чай с сахаром		150		0,08		0,02		14,99		15,49
		Итого			0	1,56	0	1,9	0	29,61	0	96,89
		ВСЕГО			51,10	70,54	37,98	53,41	167,68	247,68	1174,54	1665,7

ВОСЬМОЙ ДЕНЬ - СРЕДА

№ технологической карты	№ п/п	Меню	Выход блюда		Б		Ж		У		Энергетическая ценность	
			до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7
ЗАВТРАК												
№94	1	суп молочный с гречневой крупой	150	180	4,57	5,48	5,31	6,37	13,07	15,68	109,54	131,44
№389	2	Какао с молоком сгущенным	150	180	2,42	2,9	2,65	3,18	18,22	21,86	106,79	128,15
№395	3	Батон нарезной	20	30	1,5	2,25	0,58	0,87	10,28	17,42	52,4	78,6
№6	4	Масло сливочное	4	5	0,02	0,03	3,3	4,13	0,03	0,04	29,92	37,4
№7	5	Сыр	6	10	1,46	2,44	1,77	2,95	0	0	21,84	36,4
		Итого			9,97	13,1	13,61	17,5	41,6	55	320,49	411,99
10-00		Ябоки	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	47	47
		Итого			0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	47	47
ОБЕД												
№7	1	Салат из кваш. капусты с луком	30	50	0,45	0,74	2,03	3,39	1,63	2,72	26,08	43,46
№76	2	Рассольник ленинградский	150	180	4,12	4,94	5,99	7,19	12,18	16,22	110,82	132,98
№316	3	Рис припущенный	80	130	2,01	3,27	3,57	4,18	34,15	45,37	115,8	188,17
№226	4	Котлеты рыбные	50	70	6,87	7,62	1,52	2,12	4,49	6,29	58,32	81,64
№398	5	Напиток из шиповника	130	150	0,44	0,51	0,18	0,21	13,49	15,56	65,74	75,85
№13	6	Хлеб пшеничный	28	34	2,21	2,69	0,28	0,34	15,52	18,42	65,8	79,9
№12	7	Хлеб ржаной	32	40	2,72	3,4	1,06	1,32	16,6	19	82,88	103,6
		Итого			18,82	23,17	14,63	18,75	98,06	123,58	525,44	705,6
ПОЛДНИК												
№453/498	1	Пирожок с рисом и печенью	40	60	6,25	8,38	3,58	5,36	23,73	35,59	151,79	227,68
№392/3	3	Чай с сахаром	150	180	0,08	0,09	0,02	0,02	3,76	14,99	15,49	18,59
		Итого			6,33	8,47	3,6	5,38	27,49	50,58	167,28	246,27
УЖИН												
№1	1	Вафли		20		1,58		2,82		6,58		58,2
№393	2	Чай с лимоном		150		0,14		0,03		8,51		35,82
		Итого			0	1,72	0	2,85	0	15,09	0	94,02
		ВСЕГО			35,52	46,86	32,24	44,88	176,95	254,05	1060,21	1504,88

ДЕВЯТЫЙ ДЕНЬ - ЧЕТВЕРГ

№ технологической карты	№ п/п	Меню	Выход блюда		Б		Ж		У		Энергетическая ценность	
			до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7
ЗАВТРАК												
№215	1	Омлет натуральный	80	130	7,82	10,7	13,18	21,42	1,46	3,38	153,47	249,39
№97	2	Горошек зеленый (консервиров.)	30	50	0,9	1,5	0,15	0,25	2,19	3,65	17,4	29
№393	3	Чай с лимоном	150	180	0,14	0,16	0,03	0,03	8,51	10,21	35,82	42,99
№395	5	Батон нарезной	20	30	1,5	2,25	0,58	0,87	10,28	17,42	52,4	78,6
№6	4	Масло сливочное	4	5	0,02	0,03	3,3	4,13	0,03	0,04	29,92	37,4
		Итого			10,38	14,64	17,24	26,7	22,47	34,7	289,01	437,38
10-00		Сок	100	100	0,1	0,1	0,1	0,1	11,6	11,6	47	47
		Итого			0,1	0,1	0,1	0,1	11,6	11,6	47	47
ОБЕД												
№45	1	Винегрет овощной	30	50	0,43	0,61	2,04	3,4	2,55	5,25	30,06	50,1
№38	2	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	180	1,78	2,13	2,93	3,04	12,59	16,1	80,11	96,14
№373	3	Голубцы с мясом и рисом	100	130	5,28	7,09	2,58	3,39	7,19	11,72	81,44	105,87
№348	4	Соус томатный	25	30	0,33	0,4	0,34	0,41	3,9	5,48	12,11	14,54
№638	5	Компот из кураги	130	150	1,25	1,44	0,07	0,08	29,12	35,68	107,99	124,61
№13	6	Хлеб пшеничный	28	34	2,21	2,69	0,28	0,34	15,52	18,42	65,8	79,9
№12	7	Хлеб ржаной	32	40	2,72	3,4	1,06	1,32	16,6	19	82,88	103,6
		Итого			14	17,76	9,3	11,98	87,47	111,65	460,39	574,76
ПОЛДНИК												
№579/558	1	Булочка дорожная	40	60	2,95	3,42	6,08	9,12	23,12	35,68	158,87	238,3
№PK510	3	Йогурт	160	180	8	9	5,12	5,76	5,6	83	108,8	122,4
		Итого			10,95	12,42	11,2	14,88	28,72	118,68	267,67	360,7
УЖИН												
№1	1	Пряник		20		1,5		1		14,6		68,8
№392/3	2	Чай с сахаром		150		0,08		0,02		4,76		15,49
		Итого			0	1,58	0	1,02	0	19,36	0	84,29
		ВСЕГО			35,43	46,5	37,84	54,68	150,26	295,99	1064,07	1504,13

ДЕСЯТЫЙ ДЕНЬ - ПЯТНИЦА

№ технологической карты	№ п/п	Меню	Выход блюда		Б		Ж		У		Энергетическая ценность	
			до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7	до 3-х лет	с 3-х до 7
ЗАВТРАК												
№РК510-94/1	1	Суп моочный с пшеном	150	180	4,3	5,06	5,5	6,6	15,19	19,83	110,49	132,58
№389	2	Какао с молоком сгущен.	150	180	2,42	2,6	3,65	3,18	18,22	23,86	106,79	128,15
№395	3	Батон нарезной	20	30	1,5	2,25	0,58	0,87	10,28	17,42	52,4	78,6
№6	4	Масло сливочное	4	5	0,02	0,03	3,3	4,13	0,03	0,04	29,92	37,4
№7	5	Сыр	6	10	1,46	0,4	1,77	2,95	0	0	21,84	36,4
		Итого			9,7	10,34	14,8	17,73	43,72	61,15	321,44	413,13
10-00												
		Груши	100	100	0,4	0,4	0,3	0,3	10,3	10,3	47	47
		Итого			0,4	0,4	0,3	0,3	10,3	10,3	47	47
ОБЕД												
№667	1	Помидоры в нарезке	15	20	0,17	0,19	0,03	0,04	0,57	0,96	3,6	4,8
№62	2	картофелем	150	180	1,67	2	4,91	5,53	10,6	12,72	89,46	107,35
№313	3	Каша гречневая рассыпч.	80	100	4,65	5,81	3,5	4,37	23,03	30,29	134,06	167,57
№286/2	4	Тефтели мясные	60	80	8,97	9,65	4,81	4,48	7,1	10,19	107,77	129,57
№348	5	Соус томатный	25	30	0,33	0,4	0,34	0,41	1,9	3,28	12,11	14,54
№240	6	Компот из св. ягод	150	200	0,21	0,24	0,1	0,12	14,47	19,97	58,39	77,85
№13	7	Хлеб пшеничный	28	34	2,21	2,3	0,28	0,34	15,52	18,42	65,8	79,9
№12	8	Хлеб ржаной	32	40	2,72	3,4	1,06	1,32	16,6	19	82,88	103,6
		Итого			20,93	23,99	15,03	16,61	89,79	114,83	554,07	685,18
ПОЛДНИК												
№231	1	Сырники из творога	80	80	17,33	17,33	5,27	5,27	25,61	25,61	204	204
№346	2	Молоко сгущенное	20	20	1,44	1,44	1,7	1,7	12,3	12,3	65,6	65,6
№400	4	Имолоко кипяченое	130	150	3,77	4,15	5,65	5,25	7,24	10,2	70,2	81
		Итого			22,54	22,92	12,62	12,22	45,15	48,11	339,8	350,6
УЖИН												
№1	1	Печене		20		1,48		1,88		16,62		81,4
№394	2	Чай с молоком		150		3,6		4,23		11,94		82,25
		Итого			0	5,08	0	6,11	0	28,56	0	163,65
		ВСЕГО			53,57	62,73	42,75	52,97	188,96	262,95	1262,31	1659,56
		Среднее значение за день			41,02	53,91	37,67	54,09	164,63	239,48	1112,128	1540,82

День	Белки		жиры		Углеводы		Ккал		Минер. вещества мг/ясли						Минер. вещества, мг/сад						Витамины, мг/ясли					Витамины, мг/сад				
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ca	P	Mg	K	F	Fe	Ca	P	Mg	K	F	Fe	B1	B2	A	Д	С	B1	B2	A	Д	С
1	36,85	52,08	39,57	63,49	130,76	190,02	1028,51	1502,50	624,31	561,67	66,86	322,77	1,09	8,80	764,17	732,20	174,35	535,57	1,87	8,60	0,60	0,73	349,78	8,51	36,99	0,75	0,82	448,49	9,54	46,61
2	42,40	54,25	29,42	52,37	180,99	245,54	1137,81	1476,57	641,36	545,20	63,46	304,25	1,15	7,83	795,59	714,90	190,40	500,72	1,85	9,71	0,64	0,90	342,91	7,49	37,09	0,69	0,88	458,31	8,61	43,85
3	37,51	50,36	32,85	44,10	168,64	227,95	1043,80	1447,39	663,31	542,85	64,65	328,46	1,14	8,35	754,81	712,23	190,25	531,42	1,91	8,57	0,63	0,95	411,21	8,45	36,25	0,84	0,91	447,31	8,63	42,34
4	46,69	59,81	45,93	64,82	160,91	229,66	1191,64	1663,91	681,49	571,86	63,90	329,18	1,12	7,79	765,74	722,45	172,69	569,03	1,92	9,11	0,67	0,95	370,33	8,20	35,96	0,79	0,89	420,48	9,25	46,28
5	40,81	51,36	41,83	56,68	158,62	222,81	1099,51	1479,77	685,32	544,71	62,57	327,70	1,13	8,25	914,52	733,30	168,25	571,05	1,72	8,21	0,60	0,63	342,21	7,14	34,63	0,85	0,94	470,65	8,40	45,76
6	30,34	44,59	36,33	53,52	162,48	218,17	1058,88	1503,74	594,53	550,23	65,95	330,59	1,02	5,63	844,40	712,60	174,47	553,11	1,68	9,59	0,49	0,77	347,81	8,34	34,31	0,70	0,96	454,44	9,61	44,81
7	51,10	70,54	37,98	53,41	167,68	247,68	1174,54	1665,70	603,46	588,51	61,24	317,44	1,11	6,46	760,30	725,50	178,40	544,25	1,65	9,77	0,87	0,60	360,06	8,40	36,10	0,86	0,86	456,30	9,57	44,70
8	35,52	46,86	32,24	44,88	176,95	254,05	1060,21	1504,88	654,30	530,01	65,07	316,45	1,14	9,41	757,27	713,60	185,48	532,01	1,75	8,72	0,62	0,52	345,60	7,55	36,60	0,86	0,92	408,64	8,19	45,74
9	35,43	46,50	37,84	54,68	150,26	295,99	1064,07	1504,13	631,40	594,16	63,88	318,59	1,16	8,74	798,01	710,60	185,41	536,41	1,83	8,76	0,58	0,62	349,05	8,42	37,50	0,78	0,95	450,36	8,58	47,34
10	53,57	62,73	42,75	52,97	188,96	262,95	1262,31	1659,56	620,50	570,79	62,39	304,58	1,12	8,71	945,16	722,60	180,25	526,39	1,81	8,97	0,74	0,56	381,08	7,48	34,53	0,95	0,86	485,01	9,61	42,57
ДР-НСД	41,02	53,91	37,67	54,09	164,63	239,48	1112,13	1540,82	640,00	560,00	64,00	320,00	1,12	8,00	810,00	720,00	180,00	540,00	1,80	9,00	0,64	0,72	360,00	8,00	36,00	0,81	0,90	450,00	9,00	45,00

Ведомость фактического потребления норм продуктов для детей с 2-3 лет													
Наименование продукта	Норма	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	Общее количество	Среднее значение за декаду
		ясли	ясли	ясли	ясли	ясли	ясли	ясли	ясли	ясли	ясли		
Молоко,молочная и кисломолочная п	312	100	350	340	290	350	350	290	290	290	350	3000	300
Творог (5%-9% м.д.ж.)	24		60			60		60			60	240	24
Сметана	7	6	6		6	20		20	6		6	70	7
Сыр	3	6		6	6				6		6	30	3
Мясо 1-й категории	40	70		60	70			70		70	60	400	40
Птица	16		20	20		20	60		20		20	160	16
Субпродукты	16					90			70			160	16
Рыба	26		100					70	90			260	26
Яйцо	0,8	70	30	20	50	30	40	50	40	70	40	440	44
заморожен.,консервир.,солееные	144	140	154	170	100	130	180	120	150	170	120	1434	143,4
Картофель	96	40	180	180	60	180		180	50	40	50	960	96
Фрукты свежие	76	100	50	100	100	120	10	80	100		100	760	76
Сухофрукты	7		6	17				13	17	17		70	7
Соки	80	110	100		100		100	100		100		610	61
Хлеб ржаной	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	32	320	32
Хлеб пшеничный	48	48	48	48	48	48	48	48	48	48	48	480	48
Крупы,бобовые	24	40	30	15	15	15	15	10	50		50	240	24
Макарон,изделия	7		15		40						15	70	7
Мука пшеничная	20		30	15	30	9	30	30	15	30	11	200	20
Масло сливочное	14	12	16	12	16	16	12	12	16	12	16	140	14
Масло растительное	7	5	9	8	5	9	8	5	9	5	7	70	7
Кондитерские изделия	10	8			2							10	10
Чай	0,4	0,8			0,4	0,8	0,4		0,8	0,8		4	0,4
Какао-порошок	0,4			0,1					0,1		0,2	0,4	0,4
Кофейный напиток	0,8		0,2				0,3	0,3				0,8	0,8
Сахар	20	20	25	15	15	20	20	20	25	15	25	200	20
Дрожжи хлебопекарные	0,3		0,05	0,04	0,04		0,04	0,05	0,04	0,04		0,3	0,3
Крахмал	1,6		0,04			1,52		0,04				1,6	1,6
Соль	2,4	0,24	0,24	0,24	0,24	0,24	0,24	0,24	0,24	0,24	0,24	2,4	2,4

