

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №8» города Агрыз Агрызского муниципального района  
Республики Татарстан

**ПРИКАЗ**

№2 – О


09.01.2024

**Об утверждении 10-дневного меню**

В соответствии с СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», которые утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 и с целью выполнения требований к составлению меню для организации питания детей разного возраста и соблюдения нормативов расходов на продукты питания

**ПРИКАЗЫВАЮ:**

1. Утвердить 10-дневное меню на период с 09.01.2024 г. по 31.05.2024 г. для детей от 1,5 до 3 лет и 10-дневное меню на период с 09.01.2024 г. по 31.05.2024 г. для детей от 3 до 7 лет (Приложение №1)
2. Ввести 10-дневное меню на период с 09.01.2024 г. по 31.05.2024 г. в действие 09.01.2024.

Заведующий:  Н.Р. Утяева



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «Нитма»



СОГЛАСОВАНО:

Руководитель МБДОУ № 8



## Десятидневное меню для организации питания в дошкольных учреждениях 1,5-3 года/3-7 лет в МБДОУ «Детский сад № 8» г. Агрыза в 2024 году. Период: зима-весна

№ рец	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, гр		Пищевые вещества (гр)						Энерг. ценность (ккал)		Витамины (мг)						Минер. вещества (мг)							
		Дет.	Ясли	Белки		Жиры		Углеводы		Дет. сад	Ясли	С	Дет. сад	Ясли	В1	Дет. сад	Ясли	Са	Дет. сад	Ясли	Fe	Дет. сад	Ясли	Mg	
				Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли																Дет. сад
<b>1 неделя</b>																									
<b>1 день</b>																									
<b>Завтрак</b>																									
3/16	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	20/5/5	5,19	3,00	7,24	5,62	18,49	12,33	147,90	104,00	0,08	0,04	0,05	0,03	0,03	8,60	6,10	0,46	0,31	13,40	8,90			
510/15	Каша гречневая вязкая с маслом	200/5	150/3	5,55	4,62	6,33	5,28	29,80	24,83	239,71	206,64	0	0	0,23	0,19	0,19	38,63	32,19	0,56	0,37	19,45	10,21			
TK - 437	Чай с молоком полусладкий	200	150	1,68	1,26	1,25	0,94	7,53	5,65	48,09	36,06	2,10	1,58	0	0	0	76,50	57,37	0,43	0,32	8,80	6,70			
				<b>12,42</b>	<b>8,88</b>	<b>14,82</b>	<b>11,84</b>	<b>55,82</b>	<b>42,81</b>	<b>435,70</b>	<b>346,70</b>	<b>2,18</b>	<b>1,62</b>	<b>0,30</b>	<b>0,23</b>	<b>0,23</b>	<b>123,73</b>	<b>95,66</b>	<b>1,45</b>	<b>1,00</b>	<b>41,65</b>	<b>25,81</b>			
<b>Второй завтрак</b>																									
707/04	Сок фруктовый разливной	180	150	0,90	0,75	0	0	18,18	15,15	76,32	63,60	4,32	3,60	0,02	0,02	0,02	12,6	10,50	2,52	2,10	7,20	6,00			
				<b>0,90</b>	<b>0,75</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>18,18</b>	<b>15,15</b>	<b>76,32</b>	<b>63,60</b>	<b>4,32</b>	<b>3,60</b>	<b>0,02</b>	<b>0,02</b>	<b>0,02</b>	<b>12,60</b>	<b>10,50</b>	<b>2,52</b>	<b>2,10</b>	<b>7,20</b>	<b>6,00</b>			
<b>Обед</b>																									
42/16	Морковь тертая с сахаром	50	40	0,74	0,59	0,06	0,05	8,92	7,13	39,14	31,31	2,85	2,28	0,087	0,069	0,069	13,00	10,40	0,34	0,27	15,24	8,60			
98/17	Суп крестьянский со сметаной	200/5	150/5	1,74	1,34	4,96	3,91	9,58	5,74	111,96	63,49	14,79	11,09	0,03	0,02	0,02	28,7	21,5	0,46	0,34	11,34	8,50			
265/16	Рыба, запеченная в молочном соусе	100	80	11,92	9,54	7,44	5,95	3,85	3,08	130,00	104,00	0,24	0,19	0,050	0,040	0,040	72,00	57,600	0,52	0,420	20,2	16,2			
339/16	Пюре картофельное	130	100	2,57	1,98	3,96	3,05	15,42	8,79	225,61	170,47	6,00	4,60	0,14	0,11	0,11	36,98	29,58	1,09	0,81	11,05	8,50			
349/17	Компот из сухофруктов полусладкий	200	150	0,44	0,33	0,02	0,02	27,37	20,50	113,00	84,75	0,40	0,30	0	0	0	31,82	23,86	1,25	0,94	13,80	10,35			
	Хлеб Ржаной	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	19,94	19,94	85,14	85,14	0	0	0,04	0,04	0,04	9,5	9,5	1,28	1,28	19,4	19,4			
				<b>19,73</b>	<b>16,10</b>	<b>16,90</b>	<b>13,44</b>	<b>85,08</b>	<b>65,18</b>	<b>704,85</b>	<b>539,16</b>	<b>24,28</b>	<b>18,46</b>	<b>0,35</b>	<b>0,28</b>	<b>0,28</b>	<b>192,00</b>	<b>152,44</b>	<b>4,94</b>	<b>4,06</b>	<b>91,03</b>	<b>71,55</b>			

<b>Усиленный полдник</b>																					
591/14	Кисель из концентрата полуслизкий	200	150	0,10	0,07	0	0	28,48	16,11	86,30	64,73	0,96	0,72	0	0	24,00	18,00	1,20	0,90	12,00	9,00
Пром	Печенье	25	25	1,87	1,87	2,50	2,50	18,75	18,75	88,30	88,30	0	0	0,03	0,03	7,81	7,81	0,47	0,47	5,00	5,00
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/30	50/30	5,14	5,14	13,42	13,42	17,45	17,45	171,13	171,13	2,49	2,49	0,010	0,010	186,250	186,250	1,15	1,15	25,18	25,18
354/16	Калупа тушеная	130	100	2,40	1,85	4,20	3,22	9,36	7,20	97,63	75,10	22,4	17,2	0,04	0,03	63,44	48,8	1,00	0,80	26,60	20,50
	Хлеб Пшеничный	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	10,94	10,94	47,46	47,46	0	0	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	5,66	5,66
	<b>ИТОГО</b>			<b>11,03</b>	<b>10,45</b>	<b>20,30</b>	<b>19,32</b>	<b>84,98</b>	<b>70,45</b>	<b>490,82</b>	<b>446,72</b>	<b>25,85</b>	<b>20,41</b>	<b>0,10</b>	<b>0,09</b>	<b>286,10</b>	<b>265,46</b>	<b>4,04</b>	<b>3,54</b>	<b>74,44</b>	<b>65,34</b>
<b>2 день</b>																					
<b>Завтрак</b>																					
4/16	Бутерброд с сыром	30/5	20/5	3,68	2,95	2,24	2,00	18,42	13,16	96,59	70,90	0,04	0,04	0,05	0,03	64,18	42,79	0,51	0,34	10,40	7,40
199/16	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/5	150/3	7,17	5,38	7,02	5,89	30,49	22,88	213,86	166,01	4,22	3,17	0,11	0,08	191	143	0,9	0,70	18,0	7,50
ТТК №18	Какао с молоком полуслизкий	180	150	3,09	2,58	2,57	2,14	15,74	13,11	98,39	81,99	3,63	3,03	0,028	0,024	109,44	91,2	0,32	0,27	14,22	11,85
	<b>ИТОГО</b>			<b>13,94</b>	<b>10,91</b>	<b>11,83</b>	<b>10,03</b>	<b>64,65</b>	<b>49,15</b>	<b>408,84</b>	<b>318,90</b>	<b>7,89</b>	<b>6,24</b>	<b>0,19</b>	<b>0,13</b>	<b>364,62</b>	<b>276,99</b>	<b>1,73</b>	<b>1,31</b>	<b>42,62</b>	<b>26,75</b>
<b>Второй завтрак</b>																					
420/16	Раженка	150	100	4,50	3,00	3,75	2,50	6,30	4,20	76,50	51,00	0,45	0,30	0,09	0,06	270,00	180,00	0,225	0,15	15,0	8
	<b>ИТОГО</b>			<b>4,50</b>	<b>3,00</b>	<b>3,75</b>	<b>2,50</b>	<b>6,30</b>	<b>4,20</b>	<b>76,50</b>	<b>51,00</b>	<b>0,45</b>	<b>0,30</b>	<b>0,06</b>	<b>0,06</b>	<b>180,00</b>	<b>180,00</b>	<b>0,15</b>	<b>0,15</b>	<b>0,15</b>	<b>0,15</b>
<b>Обед</b>																					
36/16	Салат из свежих овощей с яблоками	50	40	0,55	0,44	2,59	2,07	5,72	4,58	48,35	38,68	4,65	3,72	0,04	0,03	22,42	17,94	0,31	0,25	9,10	7,3
94/16	Суп лапша домашняя с мякотью птицы	200/15	150/15	8,05	6,00	7,18	6,67	21,12	18,34	141,33	123,35	2,19	1,83	0,18	0,14	33,62	26,22	1,82	1,47	8,54	6,40
289/17	Рагу из птицы	50/150	50/100	12,30	8,20	17,66	11,80	29,85	20,00	313,00	208,70	8,08	5,40	0,21	0,14	57,66	38,44	0,11	0,07	26,40	17,6
ТТК-950	Напиток "Лимонный"	200	150	0,14	0,11	0,02	0,01	24,43	18,32	98,45	73,84	6,40	4,80	0,01	0,01	17,85	13,39	0,44	0,33	3,07	2,3
	Хлеб Ржаной	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	19,94	19,94	85,14	85,14	0	0	0,04	0,04	9,5	9,5	1,28	1,28	19,4	19,4
	<b>ИТОГО</b>			<b>23,36</b>	<b>17,07</b>	<b>27,91</b>	<b>21,01</b>	<b>101,06</b>	<b>81,18</b>	<b>886,27</b>	<b>529,71</b>	<b>21,32</b>	<b>15,75</b>	<b>0,48</b>	<b>0,36</b>	<b>141,05</b>	<b>105,49</b>	<b>3,96</b>	<b>3,40</b>	<b>66,51</b>	<b>53,00</b>
<b>Усиленный полдник</b>																					
419/16	Молоко кипяченое	150	130	4,58	4,00	4,08	3,43	7,58	6,57	78,72	73,09	2,05	1,78	0,08	0,07	265,40	246,50	0,22	0,20	20,6	19,1
386/16	Десерт фруктовый Яблоко	120	100	0,52	0,43	0,52	0,43	12,00	9,90	54,30	45,25	13,20	11,00	0,02	0,02	19,20	16,00	0,72	0,60	10,8	9,0
ТТК-24	Сырники из творога с соусом сметанно-яблочным	100/15	75/15	10,98	8,23	18,37	9,28	35,39	26,54	388,47	291,35	0,69	0,52	0,15	0,11	367,45	275,60	1,19	0,9	17,0	10,3
	Хлеб Пшеничный	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	10,94	10,94	47,46	47,46	0	0	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	5,66	5,66
	<b>ИТОГО</b>			<b>17,60</b>	<b>14,18</b>	<b>23,15</b>	<b>13,32</b>	<b>65,91</b>	<b>53,95</b>	<b>568,95</b>	<b>457,15</b>	<b>15,94</b>	<b>13,30</b>	<b>0,27</b>	<b>0,22</b>	<b>656,65</b>	<b>542,70</b>	<b>2,35</b>	<b>1,91</b>	<b>54,06</b>	<b>44,02</b>
<b>3 день</b>																					
<b>Завтрак</b>																					
2/16	Бутерброд с повидлом	30/10/5	20/10/5	2,27	1,53	4,49	4,20	21,35	16,21	134,93	108,80	0,10	0,10	0,02	0,01	5,2	3,4	0,22	0,11	9,6	7,5
182/15	Каша молочная рисовая с маслом	200/5	150/3	5,12	3,84	7,10	5,32	32,61	24,46	210,13	157,60	1,17	0,90	0,06	0,04	128,90	96,80	0,46	0,34	17,30	6,2
227/16	Яйцо вареное	1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04	0	0	67,44	67,44	0	0	0,03	0,03	22,00	22,00	1,00	1,00	4,80	4,80
ТТК № 17	Кофейный напиток полуслизкий	180	150	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62	0,03	0,03	110,60	92,20	0,20	0,2	19,80	16,50
	<b>ИТОГО</b>			<b>15,43</b>	<b>12,99</b>	<b>18,27</b>	<b>15,93</b>	<b>67,90</b>	<b>52,29</b>	<b>493,11</b>	<b>401,01</b>	<b>2,02</b>	<b>1,62</b>	<b>0,14</b>	<b>0,11</b>	<b>266,70</b>	<b>214,40</b>	<b>1,88</b>	<b>1,65</b>	<b>51,50</b>	<b>35,00</b>
<b>Второй завтрак</b>																					
420/16	Йогурт питьевой	150	100	6,45	4,30	3	2	9,30	6,20	90,00	60,00	1,05	0,7	0,07	0,06	216,00	180,00	0,18	0,15	22,5	15
	<b>ИТОГО</b>			<b>6,45</b>	<b>4,30</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>9,30</b>	<b>6,20</b>	<b>90,00</b>	<b>60,00</b>	<b>1,05</b>	<b>0,7</b>	<b>0,07</b>	<b>0,06</b>	<b>216</b>	<b>180</b>	<b>0,18</b>	<b>0,15</b>	<b>22,5</b>	<b>15</b>
<b>Обед</b>																					





№ рец	Прием пищи, Наименование блюда		Пищевые вещества (гр)												Энерг. ценность (ккал)				Витамины (мг)				Минер. вещества (мг)			
			Масса порции, гр		Белки		Жиры		Углеводы		Ясли		Ясли		С		B1		Ca		Fe		Mg			
			Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли		
<b>II неделя</b>																										
<b>1 день</b>																										
<b>Завтрак</b>																										
1/16	Бутерброд с маслом		30/5	20/5	5,19	3,00	7,24	5,62	18,49	12,33	147,90	104,00	0,08	0,04	0,05	0,03	8,60	6,10	0,46	0,31	13,40	8,90				
222/16	Макароны отварные с сыром и маслом		180/5	150/5	11,14	9,29	12,01	7,01	27,25	22,71	291,88	261,80	0,00	0,00	0,10	0,10	56,5	47,1	1,7	1,4	9,7	8,1				
ТТК-1	Чай полусладкий		200	150	0,20	0,15	0	0	5,06	3,79	21,04	15,78	0,00	0,00	0	0	5,05	3,79	0,84	0,63	4,4	3,3				
			16,53	12,44	19,25	12,63	50,80	38,83	460,82	381,58	0,08	0,04	0,15	0,13	70,15	56,99	3,00	2,34	27,52	20,30						
<b>Второй завтрак</b>																										
707/04	Сок фруктовый разливной		180	150	0,90	0,75	0	0	18,18	15,15	76,32	63,60	4,32	3,60	0,02	0,02	12,6	10,50	2,52	2,10	7,20	6,00				
			0,90	0,75	0	0	18,18	15,15	76,32	63,60	4,32	3,60	0,02	0,02	12,60	10,50	2,52	2,10	7,20	6,00						
<b>Обед</b>																										
55/2016	Икра свекольная		50	40	1,17	0,94	1,30	1,04	6,20	5,00	50,05	40,04	3,40	2,72	0,02	0,02	19,12	15,30	0,9	0,72	20,6	16,50				
135/04	Суп из овощей со сметаной		200/5	150/5	1,92	1,47	3,79	3,03	9,64	5,78	92,33	69,25	20,14	18,86	0,058	0,043	67,64	59,58	1,14	0,87	20,82	14,77				
ТТК-730	Фрикадельки рыбные с соусом томатным		50/30	50/30	4,24	4,24	6,72	6,72	14,24	14,24	94,38	94,38	1,51	1,61	0,01	0,01	26,50	26,50	0,39	0,39	5,57	5,57				
339/16	Пюре картофельное		130	100	2,57	1,98	3,96	3,05	15,42	8,79	225,61	170,47	6,00	4,60	0,14	0,11	36,98	29,58	1,09	0,81	11,05	8,50				
ТТК № 2	Компот полусладкий из кураги		200	150	0,78	0,59	0	0	14,88	11,16	62,62	49,97	0,60	0,45	0	0	24,00	18,00	1,80	1,35	15,75	11,81				
	Хлеб Ржаной		1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	19,94	19,94	85,14	85,14	0	0	0,04	0,04	9,5	9,5	1,28	1,28	19,4	19,4				
			13,00	11,54	16,23	14,30	80,32	64,91	610,13	509,25	31,75	28,24	0,29	0,23	183,74	158,46	6,60	5,42	93,19	76,55						
<b>Усиленный полдник</b>																										
419/16	Молоко кипяченое с печеньем сах. в ассорт.		150/25	130/25	6,45	5,87	6,58	5,93	26,33	25,32	167,02	161,39	2,05	1,78	0,11	0,10	273,21	254,31	0,69	0,67	25,60	24,11				
386/16	Десерт фруктовый Яблоко		120	100	0,52	0,43	0,52	0,43	12,00	9,90	54,30	45,25	13,20	11,00	0,02	0,02	19,20	16,00	0,72	0,60	10,8	9,0				
224/2004	Запеканка из творога со сгущенным молоком		120/15	90/15	19,00	14,25	13,92	11,62	38,45	31,28	281,37	197,52	0,95	0,87	0,08	0,06	265,7	199,5	0,84	0,63	16,1	7,1				
	Хлеб Пшеничный		1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	10,94	10,94	47,46	47,46	0	0	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	5,66	5,66				
			27,49	22,07	21,20	18,16	87,72	77,44	550,15	451,62	16,20	13,65	0,23	0,20	562,71	474,41	2,47	2,12	58,16	45,87						
			57,92	46,80	56,68	45,09	237,02	196,33	1697,42	1406,05	52,35	45,53	0,69	0,58	829,20	700,36	14,59	11,98	186,07	148,72						
<b>2 день</b>																										
<b>Завтрак</b>																										
3/16	Бутерброд с маслом с сыром		30/5/5		3,74	0	5,91	0	16,43	0	130,13	0	0,04	0	0,05	0	8,60	0	0,46	0	13,40	0				
1/16	Бутерброд с маслом		20/5		0	1,51	0	4,71	0	13,18	0	89,69	0	0	0	0,03	0	6,1	0	0,31	0	6,2				
227/16	Яйцо вареное		1 шт	1 шт	5,52	5,52	5,04	5,04	0	0	67,44	67,44	0	0	0,03	0,03	22,00	22,00	1,00	1,00	4,80	4,80				

97/16	Суп молочный с рисом	200	150	3,80	2,85	4,89	3,80	18,93	11,20	129,95	91,43	4,00	3,00	0,027	0,036	169,56	127,17	0,222	0,166	12,52	6,89
тк № 17	Кофейный напиток полуслесный	180	150	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62	0,03	0,03	110,60	92,2	0,20	0,2	19,80	16,50
				15,58	11,98	17,48	14,92	49,30	36,00	408,13	315,73	4,79	3,62	0,09	0,10	302,16	241,37	1,42	1,37	50,52	34,39
420/16	Йогурт питьевой	150	100	6,45	4,30	3,00	2,00	9,30	6,20	90,00	60,00	1,05	0,7	0,07	0,06	216,00	180,00	0,18	0,15	22,5	15
				6,45	4,30	3,00	2,00	9,30	6,20	90,00	60,00	1,05	0,70	0,07	0,06	216,00	180,00	0,18	0,15	22,50	15,00
ТТК- 65	Салат "Здоровье"	50	40	4,45	3,56	4,50	3,60	19,00	17,20	47,50	42,00	3,75	3,00	0,03	0,02	10,95	8,76	0,15	0,12	9,0	7,0
87/16	Суп картофельный с бобовыми с мякотью птицы	200/15	150/15	10,50	7,34	9,90	6,45	13,38	10,04	177,67	135,60	5,85	4,40	0,18	0,16	38,08	30,46	2,0	1,62	20,2	15,18
ТТК-15	Зразы "На здоровье"	75	75	7,84	7,84	12,97	12,97	17,43	17,43	177,80	177,80	1,24	1,24	0,079	0,079	63,19	63,19	1,23	1,23	12,16	12,16
354/16	Калуста тушеная	130	100	2,40	1,85	4,20	3,22	9,36	7,20	97,63	75,10	22,4	17,2	0,04	0,03	63,44	48,8	1,00	0,80	26,60	20,50
342/15	Компот "Плодово-ягодный" из свеж.ябл.	200	150	0,18	0,14	0,18	0,14	19,06	14,29	78,58	58,94	4,54	3,41	0,11	0,08	6,40	4,80	0,18	0,13	3,60	2,70
	Хлеб Ржаной	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	19,94	19,94	85,14	85,14	0	0	0,04	0,04	9,5	9,5	1,28	1,28	19,4	19,4
				27,69	23,05	32,21	26,84	98,17	86,10	664,32	574,58	37,78	29,25	0,47	0,41	191,56	165,51	5,87	5,18	91,00	76,94
417/16	Напиток из шиповника	200	150	0,68	0,51	0,28	0,21	18,37	14,23	81,30	61,00	100,00	75,00	0,01	0,01	21,30	16,00	0,63	0,47	3,50	2,60
453/16	Булочка дорожная	50	50	3,36	3,36	7,37	7,37	28,82	28,82	195,06	195,06	0	0	0,070	0,070	19,76	19,76	0,070	0,070	8,100	8,100
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	25/25	25/25	5,54	5,54	3,82	3,82	11,89	11,89	84,10	84,10	0,64	0,64	0,065	0,065	9,85	9,85	1,01	1,01	15,45	15,45
510/04	Каша перловая вязкая	130	100	2,64	2,03	3,61	2,77	20,66	15,89	125,69	96,68	0	0	0,04	0,01	13,0	10,0	1,13	0,87	18	11
	Хлеб Пшеничный	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	10,94	10,94	47,46	47,46	0	0	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	5,66	5,66
				13,74	12,96	15,26	14,35	91,28	81,77	533,61	484,30	100,64	75,64	0,21	0,18	68,51	60,21	3,06	2,64	50,71	42,81
				63,46	52,29	67,95	58,11	248,05	210,07	1696,06	1434,61	144,26	109,21	0,84	0,74	778,23	647,09	10,53	9,34	214,73	169,14
	3 день																				
	Завтрак																				
3/16	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/5		3,74	0	5,91	0	16,43	0	130,13	0	0,04	0	0,05	0	8,60	0	0,46	0	13,40	0
4/16	Бутерброд с сыром	20/5		0	2,95	0	2,00	0	13,16	0	70,90	0	0,04	0	0,03	0	42,79	0	0,34	0	7,4
182/16	Каша молочная пшеничная с маслом	200/5	150/3	7,79	5,85	6,15	5,23	38,72	29,05	241,46	186,71	4,03	3,02	0,07	0,03	9,00	5,00	0,70	0,50	25,30	14,00
тк №18	Какао с молоком полуслесный	180	150	3,09	2,58	2,57	2,14	15,74	13,11	98,39	81,99	3,63	3,03	0,28	0,24	109,44	91,2	0,32	0,27	14,22	11,85
				14,62	11,38	14,63	9,37	70,89	55,32	469,98	339,60	7,70	6,09	0,40	0,30	127,04	138,99	1,48	1,11	52,92	33,25
420/16	Кефир с сахаром	150/5	100/3	4,17	2,78	3,75	2,50	5,85	3,90	75,00	50,00	1,05	0,70	0,045	0,03	212	153	0,15	0,1	20	12
				4,17	2,78	3,75	2,5	5,85	3,90	75,00	50,00	1,05	0,7	0,045	0,03	212,00	153,00	0,15	0,1	20	12
	Обед																				
ТТК-976	Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	50	40	0,95	0,76	4,16	3,33	5,61	4,49	52,03	41,62	8,65	6,92	0,02	0,03	15,35	12,28	0,29	0,24	7,35	5,88
91/16	Суп карт.клетками с мяс.фрик	200/20	150/20	7,96	7,18	9,41	8,54	26,71	22,60	183,36	155,97	12,40	9,37	0,09	0,07	22,3	16,7	1,3	1,00	13,96	8,97
ТТК-649к	Биточки куриные	75	50	1,58	1,06	6,58	4,78	19,45	6,30	83,07	62,92	0,02	0,14	0,082	0,055	10,34	6,98	1,14	0,77	6,22	4,15
182/16	Каша гречневая вязкая	130	100	4,03	3,10	4,12	3,17	21,54	16,57	139,36	107,20	0	0	0,17	0,13	27,9	21,46	2,57	1,98	23,45	16,12
ТТК №3	Напиток "Фруктовый" из сухофруктов полуслесный	200	150	0,50	0,37	0,02	0,02	19,43	14,57	79,92	59,94	0,03	0,02	0	0	17,25	12,94	1,95	1,46	13,90	10,35
	Хлеб Ржаной	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	19,94	19,94	85,14	85,14	0	0	0,04	0,04	9,5	9,5	1,28	1,28	19,4	19,4
				17,34	14,79	24,75	20,30	112,68	84,47	622,88	512,79	21,10	16,45	0,40	0,32	102,64	79,86	8,53	6,73	84,18	64,87
	Усиленный полдник																				
419/16	Молоко кипяченое	150	130	4,58	4,00	4,08	3,43	7,58	6,57	78,72	73,09	2,05	1,78	0,08	0,07	265,40	246,50	0,22	0,20	20,6	19,1
386/16	Десерт фруктовый Яблоко	120	100	0,52	0,43	0,52	0,43	12,00	9,90	54,30	45,25	13,20	11,00	0,02	0,02	19,20	16,00	0,72	0,60	10,8	9,0
410/17	Ватрушка творожная	130	100	15,30	11,80	9,50	7,30	90,60	69,70	364,50	255,20	0,04	0,03	0,14	0,11	88,00	67,70	1,60	1,2	37,4	28,8

Хлеб Пшеничный	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	10,94	10,94	47,46	47,46	0	0	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	5,66	5,66
			21,92	17,75	14,28	11,34	121,12	97,11	544,98	421,00	15,29	12,81	0,26	0,22	377,20	334,80	2,76	2,22	74,46	62,57
			58,05	46,70	57,41	43,51	310,54	240,80	1712,84	1323,39	45,14	36,05	1,11	0,87	818,88	706,65	12,92	10,16	231,56	172,69
<b>4 день</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
3/16	30/5/5	20/5/5	3,74	3,00	5,91	5,62	16,43	12,33	130,13	104,00	0,04	0,04	0,05	0,03	8,60	6,10	0,46	0,31	13,40	8,90
181/16	200/5	150/3	6,61	4,96	7,33	4,62	33,82	25,37	229,70	162,89	4,22	3,17	0,38	0,29	182,00	136,00	0,40	0,30	13,30	8,22
ТТК - 437	200	150	1,68	1,26	1,25	0,94	7,53	5,65	48,09	36,06	2,10	1,58	0,015	0,011	76,5	57,37	0,43	0,32	8,80	6,70
			12,03	9,22	14,49	11,18	57,78	43,35	407,92	302,95	6,36	4,79	0,45	0,33	267,10	199,47	1,29	0,93	35,50	23,82
<b>Второй завтрак</b>																				
707/04	150	130	0,75	0,65	0	0	15,15	13,13	63,60	55,12	3,60	3,12	0,02	0,01	10,5	9,10	2,10	1,82	6,00	3,20
			0,75	0,65	0	0	15,15	13,13	63,60	55,12	3,60	3,12	0,02	0,01	10,50	9,10	2,10	1,82	6,00	3,20
<b>Обед</b>																				
28/01	50	40	0,82	0,66	2,24	1,79	4,54	3,63	41,60	33,28	5,81	4,65	0,04	0,03	11,60	9,30	0,40	0,34	10,06	8,0
ТТК -425	200	150	2,34	1,76	6,49	5,87	12,56	9,42	132,04	99,03	5,46	3,10	0,10	0,08	8,25	6,60	1,40	1,12	22,50	14,00
ТТК-738к	75	50	11,16	7,44	12,44	7,96	17,30	6,20	213,76	146,17	0,56	0,37	0,08	0,054	35,66	23,77	1,35	0,90	6,27	3,27
182/16	130	100	2,84	2,19	3,66	2,82	18,29	14,07	158,77	131,66	0	0	0,08	0,06	23,00	18	0,5	0,4	7,21	5,9
394/16	200	150	0,78	0,59	0,00	0,00	14,88	11,16	62,82	46,97	0,60	0,45	0,02	0,01	24,00	18,00	1,80	1,35	15,75	11,81
	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	19,94	19,94	85,14	85,14	0	0	0,04	0,04	9,5	9,5	1,28	1,28	19,4	19,4
			20,26	14,96	25,29	18,90	87,51	64,42	693,93	542,25	12,43	8,57	0,36	0,27	112,01	85,17	6,73	5,39	81,19	62,42
<b>Усиленный полдник</b>																				
ТТК-1	200	150	0,20	0,15	0	0	5,06	3,79	21,04	15,78	0,00	0,00	0	0	5,05	3,79	0,84	0,63	4,4	3,3
261/16	90	90	8,61	8,61	4,33	4,33	2,31	82,50	82,50	1,90	1,90	0,06	0,06	25,20	25,20	0,51	0,51	15,90	15,90	
339/16	130	100	2,57	1,98	3,96	3,05	15,42	8,79	225,61	170,47	6,00	4,60	0,14	0,11	36,98	29,58	1,09	0,81	11,05	8,50
	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	10,94	10,94	47,46	47,46	0	0	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	5,66	5,66
			12,90	12,26	8,47	7,56	33,73	25,83	376,61	316,21	7,90	6,50	0,22	0,19	71,83	63,17	2,66	2,17	37,01	33,36
			45,94	37,09	48,25	37,64	194,17	146,73	1542,06	1216,53	30,29	22,98	1,05	0,81	461,44	356,91	12,78	10,31	159,70	122,80
<b>5 день</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
2/16	30/10/5	20/10/5	2,27	1,53	4,49	4,20	21,35	16,21	134,93	108,80	0,10	0,10	0,02	0,01	5,2	3,4	0,22	0,11	9,60	7,50
173/16	200/5	150/3	7,99	6,00	7,33	4,54	37,51	28,14	230,02	177,48	1,31	0,98	0,07	0,05	142,08	106,6	0,110	0,08	24,33	11,25
ТТК № 17	180	150	2,52	2,10	1,64	1,37	13,94	11,62	80,61	67,17	0,75	0,62	0,03	0,03	110,60	92,2	0,20	0,2	19,80	16,50
			12,78	9,63	13,46	10,11	72,80	55,97	445,56	353,45	2,16	1,70	0,12	0,09	257,88	202,20	0,53	0,39	53,73	35,25
<b>Второй завтрак</b>																				
420/16	150	100	4,50	3,00	3,75	2,50	6,30	4,20	76,50	51,00	0,45	0,30	0,09	0,06	270,00	180,00	0,225	0,15	15,0	8
			4,50	3,00	3,75	2,50	6,30	4,20	76,50	51,00	0,45	0,30	0,09	0,06	270,00	180,00	0,23	0,15	15,00	8,00
<b>Обед</b>																				
ТТК №473	50	40	1,01	0,80	4,02	3,22	3,53	2,83	54,34	43,47	2,90	2,30	0,03	0,02	20,20	16,16	0,51	0,41	11,70	9,36
63/16	200/5	150/5	1,80	1,38	6,76	3,01	19,59	7,99	143,43	107,57	19,97	17,23	0,07	0,05	47,22	36,40	1,32	0,99	14,90	8,60
259/14	50/100	25/100	17,24	14,37	10,44	8,70	15,85	228,99	190,82	8,18	6,82	0,04	0,03	18,83	15,70	0,17	0,14	18,40	15,30	
ТТК-950	200	150	0,14	0,11	0,02	0,01	24,43	18,32	98,45	73,84	6,40	4,80	0,04	0,01	17,85	13,39	0,44	0,33	3,07	2,3
	1/41,43	1/41,43	2,32	2,32	0,46	0,46	19,94	19,94	85,14	85,14	0	0	0,04	0,04	9,5	9,5	1,28	1,28	19,4	19,4
			22,51	18,98	21,70	15,40	85,51	64,93	610,35	500,84	37,45	31,15	0,22	0,15	113,60	91,15	3,72	3,15	67,47	54,96



Усиленный подник		200		150		0,68		0,51		0,28		0,21		18,97		14,23		81,30		61,00		100,00		75,00		0,01		21,30		16,00		0,63		0,47		3,50		2,60	
417/16	Напиток из шиповника	35	35	2,46	2,93	2,93	2,93	28,80	28,80	153,00	153,00	0	0	0,02	0,02	5,00	5,00	0,30	0,30	0,30	0,30	47,1	47,1	1,7	1,4	0,22	0,22	5,66	5,66	2,85	2,85	2,39	2,39	22,06	22,06	19,56	19,56		
Пром	Пряник	180/5	150/5	4,43	3,69	16,90	14,08	39,60	33,02	315,00	282,53	3,60	3,00	0,16	0,13	56,5	56,5	1,7	1,4	1,4	1,4	3616,63	2957,06	58,15	47,87	950,32	950,32	47,87	47,87	158,26	158,26	117,77	117,77	557,40	557,40				
222/16	Макаронны запеченные с яйцом с маслом	1/20	1/20	1,52	1,52	0,18	0,18	10,94	10,94	47,46	47,46	0	0	0,02	0,02	4,6	4,6	0,22	0,22	0,22	0,22	87,40	87,40	72,70	72,70	2,85	2,85	2,39	2,39	2,85	2,85	2,39	2,39	22,06	22,06	19,56	19,56		
	Хлеб Пшеничный			9,09	8,18	20,29	17,40	98,31	86,99	596,76	523,99	103,60	78,00	0,21	0,18	87,40	87,40	72,70	72,70	2,85	2,85	2,39	2,39	2,85	2,85	2,39	2,39	2,85	2,85	2,39	2,39	22,06	22,06	19,56	19,56				
				48,88	39,79	59,20	45,41	262,92	212,09	1729,17	1429,28	143,66	111,15	0,64	0,48	728,88	546,05	7,33	6,08	6,08	6,08	3616,63	2957,06	58,15	47,87	950,32	950,32	47,87	47,87	158,26	158,26	117,77	117,77	557,40	557,40				
				274,25	222,67	289,49	228,76	1252,70	1006,02	8377,55	6809,86	415,70	324,92	4,31	3,48	3616,63	2957,06	58,15	47,87	47,87	47,87	3616,63	2957,06	58,15	47,87	950,32	950,32	47,87	47,87	158,26	158,26	117,77	117,77	557,40	557,40				
Итого																																							

	Масса порции, гр	Пищевые вещества	Пищевые вещества	Жиры	Жиры	Углеводы	Углеводы	Пищевые вещества	Пищевые вещества	Энерг. ценность (ккал)	Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минер. вещества (мг)																			
												С		B1		Ca		Fe		Mg																	
												Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад	Ясли	Дет. сад										
Итого за неделю:																																					
В среднем в день:																																					

Примечание: при составлении меню использованы

1. СанПиН 2.3./2.4.3590 - 20 "Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях"
2. Сборник технических нормативов. Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях. Под общей редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна - М.: Дели плюс, 2016.
3. Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. - М.: Дели принт, 2004.
4. Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. - М.: Дели принт, 2014 г.
5. Сборник технических нормативов - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. - М.: Дели принт, 2015 г.
6. Техничко-технологические карты разработанные ООО "Школьное питание" конт.тел.:8(8552) 707107