

Согласовано
Начальник МКУ "Управление
образования" Муслимовского
района РТ
/Л.Я. Хабибуллина/



Согласовано
Директор ОУ
Султанова Л.Т.

Утверждаю
Индивидуальный предприниматель
Ибрагимова Э.И.



**ЦИКЛИЧНОЕ ВЕСЕННЕЕ (ЛЕТНЕЕ) ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ДО 3-х ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ
ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ И ДОШКОЛЬНЫЕ ГРУППЫ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ МУСЛИМОВСКОГО
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА РТ НА 2025 г.**

Но- мер ре- ц.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг				Витамины, мг			Вита-мин С, мг
			всего	всего			Ca	Mg	P	Fe	A	B	B ₁	
1 НЕДЕЛЯ														
1 ДЕНЬ														
Завтрак														
-	Батон	30	2,31	0,9	15,99	80,86	6,6	9,9	25,5	0,6	0	0	0,05	0
	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,03	1,2	0	1,5	0,01	20	15	0	0
-	Печенье	20	1,5	1,96	15,34	84,45	5,8	4	18	0,42	2	1,6	0,02	0
27/10	Чай сладкий	142,5/7,5	0,15	0,04	7,44	29,07	0,22	0	0	0,02	0	0	0	0
15/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	147/3	4,48	3,58	25,31	147,71	86,41	20,43	137,53	0,54	14,4	12	0,08	0,31
Итого		355	8,48	10,11	64,15	375,12	100,23	34,33	182,53	1,59	36,4	28,6	0,15	0,31
Второй завтрак														
-	Сок в ассортименте	100	0,5	0,1	10,3	43,24	7	4	7	1,4	0	0	0,01	2
Итого		100	0,5	0,1	10,3	43,24	7	4	7	1,4	0	0	0,01	2
Обед														
-	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,13	9,38	44,78	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	10	0,66	0,12	4,17	19,34	3,5	4,7	15,8	0,39	0	0,5	0,02	0
6/10	Компот из сухофруктов	135/15	0,76	0,04	17,38	65,70	23,5	14,96	20,37	0,49	0	472,5	0,01	0,24
6/1	Салат из белокачанной капусты с морковью и растительным маслом	28,2/1,8	0,46	1,79	2,8	27,81	12,42	5,35	9,57	0,17	0	568,89	0,01	10,16
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями на говяжьем бульоне	150	1,61	1,43	12,17	66,90	9,37	13,26	33,35	0,55	0	785,16	0,06	3,67
4/9	Плов из мяса цыплят-бройлеров	112,5/37,5	13,48	14,69	28,18	298,36	15,24	25,31	121,02	1,24	23,73	996,78	0,05	0,65
Итого		510	18,29	18,2	74,08	522,88	64,03	63,58	200,11	2,84	23,73	2823,83	0,15	14,76
Уплотненный полдник														
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,2	14,07	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0
27/10	Чай полусладкий	146,3/3,7	0,15	0,04	3,78	15,13	0,11	0	0	0,01	0	0	0	0
2/4	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	5,87	5,99	25,86	174,76	95,42	67,05	147,22	2,05	30	19,58	0,14	0,35

-	Фрукты	100	0,4	0,4	11,6	48,68	16	9	11	2,2	0	30	0,03
	Итого	430	8,4	6,63	55,31	305,74	111,53	76,05	158,22	4,26	30	49,58	0,17
	Итого за день	1395	35,67	35,04	203,84	1246,98	282,79	177,96	547,86	10,09	90,13	2902,01	0,48

2 ДЕНЬ

Завтрак

-	Батон	30	2,31	0,9	15,99	80,86	6,6	9,9	25,5	0,6	0	0	0,05
	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,03	1,2	0	1,5	0,01	20	15	0
29/10	Чай с лимоном	144/6	0,18	0,04	7,44	29,69	1,63	0,42	0,75	0,04	0	0,33	0
11/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	146,3/3,7	4,91	4,58	24,47	157,58	72,57	29,04	109,02	0,78	16,2	18,6	0,11
Итого		335	7,44	9,15	47,97	301,16	82	39,36	136,77	1,43	36,2	33,93	0,16

Второй завтрак

-	Кисломолочный продукт	100	0,6	0,3	5,6	24,88	15	9	12	0,4	0	30	0,03
Итого		100	0,6	0,3	5,6	24,88	15	9	12	0,4	0	30	0,03

Обед

-	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,13	9,38	44,78	0	0	0	0	0	0	
-	Хлеб ржаной	10	0,66	0,12	4,17	19,34	3,5	4,7	15,8	0,39	0	0,02	
3/10	Компот из яблок	116/34	0,12	0,12	18,06	70,01	5,09	2,57	3,07	0,68	0	8,1	0,01
7/2	Щи из свежей капусты и картофеля на говяжьем бульоне	150	1,08	1,42	5,91	38,60	21,45	11,45	24,34	0,41	0	728,4	0,03
3/3	Картофельное пюре с маслом сливочным	117/3	2,49	2,83	17,67	105,22	27,16	24,28	69,46	0,9	15	27,29	0,1
36/8	Тефтели из мяса говядины с рисом	50	6,47	6,54	6,54	109,93	9,94	11,51	75,81	1,06	10	7,5	0,03
Итого		500	12,14	11,16	61,73	387,88	67,14	54,51	188,48	3,44	25	771,79	0,19

Уплотненный полдник

27/10	Чай сладкий	142,5/7,5	0,15	0,04	7,44	29,07	0,22	0	0	0,02	0	0	0
10/5	Запеканка творожная с изюмом	125/5	21,2	12,11	21,61	281,07	176,58	25,99	230,42	0,65	69,65	34,8	0,05
27/12	Оладьи	70	4,48	4,4	27,23	166,06	7,45	6,01	34,94	0,46	3,16	0,95	0,05
Итого		350	25,83	16,55	56,28	476,20	184,25	32	265,36	1,13	72,81	35,75	0,1
Итого за день		1285	46,01	37,16	171,58	1190,11	348,39	134,87	602,61	6,4	134,01	871,47	0,48

3 ДЕНЬ

Завтрак

-	Батон	30	2,31	0,9	15,99	80,86	6,6	9,9	25,5	0,6	0	0	0,05
-	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,03	1,2	0	1,5	0,01	20	15	0
31/10	Чай с молоком	112,5/37,5	1,21	0,96	9,21	48,42	43,87	4,99	31,39	0,06	7,5	3,38	0,01
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	147/3	3,98	3,45	22,16	134,39	69,53	11,14	65,76	0,29	14,4	12	0,04
Итого		335	7,54	8,94	47,43	296,69	121,2	26,03	124,15	0,96	41,9	30,38	0,1

Второй завтрак

1	Кисель из концентрата	100	0,05	0	9,35	38,51	0	0	0	0	0	0
Итого		100	0,05	0	9,35	38,51	0	0	0	0	0	0