

Согласовано

Утверждено

Заведующий ГБДОУ детский сад № _____

Генеральный директор ООО «Альфа-Провиант»



" " 202_г.

" " 202_г.

Ланенкова С.Г.

ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 1 ДО 3 ЛЕТ, ПОСЕДАЮЩИХ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ

Рацион: Ясли с 12 часовым пребыванием

День: 1

Возраст: от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg			Fe
Завтрак															
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	4,45	6	20,03	151,94	0,06	0,97	0,04	0,48	102,58	85,16	14,52	0,97	189	2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	10	0,55	0,3	3,95	20,75	0,04	0	0	0	5,5	0	0	0,18	ТТК-907	
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	2,97	0	36,33	0	0	0,03	0,07	88	50	3,67	0,1	14	2008
НАПИТОК НА ВЫБОР:															
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	2,1	2,41	14,36	87,53	0,02		0,01		113,2	15	0,5	0,01	ТТК-414	
ИЛИ ЧАЙ *														ТТК-430	
ФРУКТЫ НА ВЫБОР:															
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47	0,02	5	0	0,4	19	16	12	2,3	338	2015
ИЛИ ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ *														338	2015
Итого за Завтрак	430	9,8	11,98	48,64	343,55	0,14	5,97	0,08	0,95	328,28	166,16	30,69	3,56		
Завтрак II															
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	5,04	4,56	23,4	154,8	0,02	2,88	0	0	196,2	100,8	6	0,18	ТТК-435,06	
Итого за Завтрак II	180	5,04	4,56	23,4	154,8	0,02	2,88	0	0	196,2	100,8	6	0,18		
Обед															
ПОМИДОР НАТУРАЛЬНЫЙ СВЕЖИЙ	40	0,44	0,08	1,52	8,8	0,02	7	0	0,28	5,6	10,4	8	0,36	71	2015

ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ ОТВАРНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/15/10	3,62	6,48	4,92	93,4	0,05	21,2	0,14	0,61	70,7	126,6	40,3	2,28	84	2008
пюре картофеля	110	2,25	3,52	14,99	100,65	0,1	13,32	0,02	0,13	27,12	63,5	20,35	0,74	339	2016
хлеб ржано-пшеничный обогащенный минералами	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	0,4	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
батон нарезной обогащенный витаминами	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
сок фруктовый мультифрукт	180	0,91	0,16	18,54	79,25	0,02	1,8	0	0,18	12,6	12,6	7,2	0,36	ТТК-442,1	
Итого за Обед	605	16,07	15,2	63,88	457,83	0,37	43,86	0,18	3,48	147,8	251,4	84,15	4,51		
Уплотненный полдник															
огурец натуральный соленый	40	0,32	0,04	0,68	4	0,01	1,4	0	0,04	9,2	9,6	5,6	0,24	70	2015
печень тушеная в сметанном соусе	50	4,65	7,65	3,2	124,3	0,2	0,1	0,34	1,45	9,5	28,35	0,6	0,4	ТТК-261,02	
макаронные отварные с овощами	110	1,46	6,51	11,26	109,5	0,01	0	0,06	0,59	15,4	11,73	2,93	0	ТТК-332	
или паста "болоньезе" (детская) *	160														
хлеб ржано-пшеничный обогащенный минералами	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	0,4	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
напиток из брусники	180	0,13	0,05	22,5	90,95	0,01	2,16	0	0,25	3,53	0	0	0,15	ТТК-437,02	
Итого за Уплотненный полдник	400	7,93	14,42	46,67	371,85	0,28	3,66	0,4	2,73	41,23	57,08	12,93	0,89		
Итого за день		38,84	46,16	182,59	1328,03	0,81	56,37	0,66	7,16	713,51	575,44	133,77	9,14		

Рацион: Если с 12 часовым пребыванием

День: 2

Возраст: от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4,94	7,26	18,29	157,74	0,1	0,97	0,04	0,19	113,23	141,29	39,68	1,94	189	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,24	0,07	12,64	52,17		0		0	4	6,4	3,2	0,8	ТТК-430		
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907		
ФРУКТЫ НА ВЫБОР:																
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	0,03	0,2	16	11	9	2,2	338	2015	
ИЛИ ГРУША СВЕЖАЯ *														338	2015	
Итого за Завтрак	430	6,68	8,32	48,63	298,41	0,21	10,97	0,07	0,39	144,23	158,69	51,88	5,29			

Завтрак II

РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2.5 %	180	5,4	1,8	7,56	72	0,04	0,9	0	0	223,2	165,6	25,2	0	435	2008
Итого за Завтрак II	180	5,4	1,8	7,56	72	0,04	0,9	0	0	223,2	165,6	25,2	0		
Обед															
САЛАТ "СВЕТЛЯЧОК"	30	0,49	1,24	6,78	21,87	0,01	2,06	0	2,53	8,5	12,48	5,52	0,39	ТТК-53,01	
ИЛИ ОГУРЕЦ НАТУРАЛЬНЫЙ СОЛЁНЫЙ *														70	2015
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	10	1,28	1,15	0,08	15,75	0,01	0	0,03	0,05	5,5	19,25	1,25	0,25	213	2008
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ ОТВАРНОЙ	150/15	3,33	3,6	6,24	70,92	0,06	9,3	0,15	0,18	26,7	49,2	13,5	0,78	95	2008
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ В СОУСЕ МОЛОЧНОМ	60	3,8	5,15	5,5	96,64	0,03	0,07	0,01	0	20,32	78,17	0,3	0,73	ТТК-325	
РИС ОТВАРНОЙ	110	2,71	4,62	24,05	148,87	0,01	0	0,04	0,22	2,2	44,73	13,93	0,44	325	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0,4	0,4	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ	180	0,11	0,05	22,5	90,84	0	3,69	0	0,23	3,42	0	3,69	0,14	ТТК-437	
Итого за Обед	595	14,19	16,57	82,08	529,49	0,25	15,12	0,23	3,61	81,24	211,23	41,99	3,18		
Уплотненный полдник															
ОГУРЕЦ НАТУРАЛЬНЫЙ СВЕЖИЙ	40	0,28	0,04	0,76	4,8	0,02	1,96	0	0,04	6,8	12	5,6	0,2	71	2015
РАГУ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ОВОЩАМИ	160	14,4	17,17	14,29	283,73	0,11	5,33	0,01	2,35	22,4	202,67	38,4	3,2	ТТК-258,08	
ИЛИ КОТЛЕТА РЫБНАЯ	50													239	2008
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ В ТОМАТНОМ СОУСЕ *	110													ТТК-137	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0,4	0,4	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,54	0,09	28,53	117,09	0,02	0	0,01	0,45	18,9	20,7	14,4	0,63	ТТК-402	
Итого за Уплотненный полдник	400	16,59	17,47	52,61	448,72	0,2	7,29	0,02	3,24	51,7	242,77	62,2	4,13		
Итого за день		42,86	44,16	190,88	1348,62	0,7	34,28	0,32	7,24	500,37	778,29	181,27	12,6		

Рацион: Ясли с 12 часовым пребыванием

День: 3

Возраст: от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И МАСЛОМ	150	3,42	2,94	13,02	93	0,05	0,6	0,01	0,18	77,4	31,2	0,84	0,18	ТТК-112		
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907		

Завтрак

НАПИТОК НА ВЫБОР:																					
КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,91	3,4	10,77	89,38	0,05	1,53	0,02	106,67	99,84	0	1,07	ТТК-433,03								
ИЛИ ЧАЙ *													ТТК-430								
АПЕЛЬСИН	100	0,9	0,2	8,1	37,8		15	0,2	34	23	13	0	ТТК-688								
Итого за Завтрак	430	9,33	7,13	39,79	261,68	0,18	17,13	0,03	229,07	154,04	13,84	1,6									
Завтрак II																					
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5,4	0,18	7,2	55,8	0,07	1,8	0	226,8	176,4	27	0	435	2008							
Итого за Завтрак II	180	5,4	0,18	7,2	55,8	0,07	1,8	0	226,8	176,4	27	0									
Обед																					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,64	2,04	2,76	32	0,01	15,6	0,02	20,8	10,8	6	0,28	35	2008							
СУП РЫБНЫЙ	150	3,72	1,99	14,4	90,41	0	1,5	0,05	21,17	21,6	0,3	0,01	ТТК-106								
КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	9	9,24	7,56	150	0,05	0	0	7,2	90	14,4	1,2	272	2008							
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНый	110	4,27	6,27	18,17	146,22	0,06	0,44	0,02	20,9	22	1,65	0	ТТК-133								
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧный ОБОГАЩЕНный МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904								
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕНный ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907								
СОК ФРУКТОВый ЯБЛОЧный	180	0,9	0,18	18,54	79,38	0,02	5,4	0	12,6	12,6	7,2	0,36	ТТК-443,02								
Итого за Обед	580	21	20,48	78,36	582,61	0,27	22,94	0,09	6,55	97,27	164,4	33,35	2,3								
Уплотненный полдник																					
ОМЛЕТ "ДЕТСкий"	190	4,51	7,87	26,24	193,82	0,14	0	0,04	4,34	95,9	1,81	0,04	ТТК-217,02								
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕНный ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907								
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧный ОБОГАЩЕНный МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904								
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,26	0,09	14,4	58,5	0	1,8	0	7,2	9	4,5	0,45	ТТК-431								
Итого за Уплотненный полдник	410	7,24	8,72	57,57	336,92	0,27	1,8	0,04	4,74	117,7	67,07	10,11	0,94								
Итого за день		42,97	36,51	182,92	1237,01	0,79	43,67	0,16	11,67	670,84	561,91	84,3	4,84								

Рацион: Ясли с 12 часовым пребыванием

День: 4

Возраст: от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
Завтрак																
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧным	150/5	3,95	6,35	21,65	160,5	0,05	1	0,04	0,45	99,5	106	23	1	189	2008	

БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	10	0,55	0,3	3,95	20,75	0,04	0	0	0	5,5	0	0,18	ТТК-907		
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	2,97	0	36,33	0	0	0,03	0,07	88	50	3,67	14		
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	160	0,16	0,08	8,88	34,4	0	0,8	0	0,08	4,8	8	4	430		
ПЕЧЕНЬЕ	20	2,32	3,5	3,76	56	0,01	0	0	0,53	4,35	1,35	3	ТТК-639		
Итого за Завтрак	355	9,28	13,2	38,24	307,98	0,1	1,8	0,07	1,13	202,15	165,35	33,67	2,4		
Завтрак II															
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2.5 %	180	5,4	1,8	7,56	72	0,04	0,9	0	0	223,2	165,6	25,2	0		
Итого за Завтрак II	180	5,4	1,8	7,56	72	0,04	0,9	0	0	223,2	165,6	25,2	0		
Обед															
ПОМИДОР НАТУРАЛЬНЫЙ СВЕЖИЙ	40	0,44	0,08	1,52	8,8	0,02	7	0	0,28	5,6	10,4	8	0,36		
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/15/10	3,68	6,48	7,38	102,4	0,04	14,6	0,14	0,61	75,5	129,6	42,1	2,58		
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	60	2,18	9,78	4,86	117,68	0,05	1,2	0	3,6	9,6	44,4	0,72	1,2		
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2,2	0,44	17,42	82,72	0,01	15,84	0	0,09	13,2	59,84	24,64	0,88		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	0,4	3,6	7,4	3,8	0,1		
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	0	11	0	0	0,35		
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,45	0,09	13,5	56,61	0,03	0	0	0,09	14,4	23,4	1,8	0,54		
Итого за Обед	605	11,42	17,63	61,61	452,81	0,28	38,64	0,14	5,07	132,9	275,04	81,06	6,01		
Уплотненный полдник															
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С ТЫКВОЙ И МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	130/5	4,05	7,36	18,72	157,3	0,07	0,05	0	0,7	232,02	17,33	0,87	0,52		
БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,5	0,5	21	96	0,04	10	0	0,4	8	28	42	0,6		
КИСЕЛЬ ИЗ БРУСНИКИ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,09	0	14,85	59,76	0,01	3,6	0	0,18	3,6	2,7	3,6	ТТК-412		
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	0	11	0	0	0,35		
Итого за Уплотненный полдник	435	6,74	8,45	62,47	354,56	0,2	13,65	0	1,28	254,62	48,03	46,47	1,47		
Итого за день		32,84	41,08	169,88	1187,35	0,62	54,99	0,21	7,48	812,87	654,02	186,4	9,88		
Завтрак															
Рацион: Ясли с 12 часовым пребыванием	День: 5	Возраст: от 1 года до 3-х лет													
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,42	6,68	23,61	177,1	0,12	0,97	0,04	0,1	106,45	133,55	34,84	1,94	189	2008

БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907
НАПИТОК НА ВЫБОР:														
КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,91	3,4	10,77	89,38	0,05	1,53	0,02		106,67	99,84	0	1,07	ТТК-433,03
ИЛИ ЧАЙ *														ТТК-430
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38	0,1	15			35	17	11	0	ТТК-688
Итого за Завтрак	430	11,23	10,87	49,78	345,98	0,35	17,5	0,06	0,3	259,12	250,39	45,84	3,36	
Завтрак II														
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	5,04	4,56	23,4	154,8	0,02	2,88	0	0	196,2	100,8	6	0,18	ТТК-435,06
Итого за Завтрак II	180	5,04	4,56	23,4	154,8	0,02	2,88	0	0	196,2	100,8	6	0,18	
Обед														
САЛАТ "СВЕТЛЯЧОК"	30	0,49	1,24	6,78	21,87	0,01	2,06	0	2,53	8,5	12,48	5,52	0,39	ТТК-53,01
ИЛИ ОГУРЕЦ НАТУРАЛЬНЫЙ СОЛЁНЫЙ *														70
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	10	1,28	1,15	0,08	15,75	0,01	0	0,03	0,05	5,5	19,25	1,25	0,25	2015
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ ОТВАРНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/15/10	3,56	6,6	10,44	115,6	0,06	12,8	0,14	0,61	64,7	142,2	43,3	2,4	2008
КУРИНЫЙ СМЕТАННО-СЛИВОЧНЫЙ СОУС	60	6,7	4,25	5,05	91,75	0	0,01	0	0	11,15	64,22	9,4	0	ТТК-318,02
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	110	1,46	6,51	11,26	109,5	0,01	0	0,06	0,59	15,4	11,73	2,93	0	ТТК-332
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	0,4	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907
СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,9	0,18	18,54	79,38	0,02	3,6	0	0,18	12,6	12,6	7,2	0,36	ТТК-444,01
Итого за Обед	605	16,86	20,69	69,08	518,45	0,24	18,47	0,23	4,36	132,45	269,88	73,4	3,85	
Уплотненный полдник														
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ГОВЯДИНОЙ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ	160/20	5,4	16,16	25,12	267,68	0,07	4,8		3,4	65,6	49,2	2,56	0,83	ТТК-306
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	0,4	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,54	0,09	28,53	117,09	0,02	0	0,01	0,45	18,9	20,7	14,4	0,63	ТТК-402
Итого за Уплотненный полдник	400	8,41	17,01	70,58	469,37	0,22	4,8	0,01	4,25	99,1	77,3	20,76	1,91	
Итого за день		41,54	53,13	212,84	1488,6	0,83	43,65	0,3	8,91	686,87	698,37	146	9,3	

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
Завтрак																	
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,42	6,19	24	173,23	0,11	0,97	0,04	0,58	110,32	141,29	28,06	1,94	189	2008		
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	10	0,55	0,3	3,95	20,75	0,04	0	0	0	5,5	0	0	0,18	ТТК-907			
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	2,97	0	36,33	0	0	0,03	0,07	88	50	3,67	0,1	14	2008		
ПЕЧЕНЬЕ	20	2,32	3,5	3,76	56	0,01	0	0	0,53	4,35	1,35	3	0,32	ТТК-639			
НАПИТОК НА ВЫБОР:																	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	2,1	2,41	14,36	87,53	0,02		0,01		113,2	15	0,5	0,01	ТТК-414			
ИЛИ ЧАЙ *														ТТК-430			
Итого за Завтрак	350	12,69	15,37	46,07	373,84	0,18	0,97	0,08	1,18	321,37	207,64	35,23	2,55				
Завтрак II																	
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5,4	0,18	7,2	55,8	0,07	1,8	0	0	226,8	176,4	27	0	435	2008		
Итого за Завтрак II	180	5,4	0,18	7,2	55,8	0,07	1,8	0	0	226,8	176,4	27	0				
Обед																	
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,64	2,04	2,76	32	0,01	15,6	0,02	0,96	20,8	10,8	6	0,28	35	2008		
СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/20	6,08	2,32	5,42	65,72	0,06	2,25	0,14	0,22	68,2	54,35	6,35	0,72	ТТК-110			
КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С ПЕЧЕНЫЮ И СОУСОМ СМЕТАННО-ТОМАТНЫМ	170	7,78	9,62	21,26	231,88	0,25	15,96	0,41	1,83	37,89	106,75	29,29	1,36	ТТК-291			
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	0,4	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904			
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907			
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ	180	0,09	0	16,02	64,44	0	1,8	0	0,09	1,8	1,8	0,9	0	ТТК-439,02			
Итого за Обед	600	17,06	14,74	62,39	478,64	0,45	35,61	0,57	3,5	143,29	181,1	46,34	2,81				
Уплотненный полдник																	
ОМЛЕТ "ДЕТСКИЙ"	190	4,51	7,87	26,24	193,82	0,14	0	0,04	4,34	95,9	50,67	1,81	0,04	ТТК-217,02			
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	0,4	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904			
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907			
КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,09	0	24,57	98,64	0,01	2,34		0,07	3,24	2,43	3,24		ТТК-412,08			
Итого за Уплотненный полдник	410	7,07	8,63	67,74	377,06	0,28	2,34	0,04	4,81	113,74	60,5	8,85	0,49				

Итого за день	42,22	38,92	183,4	1285,34	0,98	40,72	0,69	9,49	805,2	625,64	117,42	5,85
---------------	-------	-------	-------	---------	------	-------	------	------	-------	--------	--------	------

Рацион: Ясли с 12 часовым пребыванием

День: 7

Возраст: от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg			Fe
Завтрак															
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	150	4,45	6	20,03	151,94	0,06	0,97	0,04	0,48	102,58	85,16	14,52	0,97	189	2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	0	11	0	0	0,35	ТПК-907	
ЧАЙ С САХАРОМ	160	0,24	0,07	12,64	52,17		0	0	0	4	6,4	3,2	0,8	ТПК-430	
ПЕЧЕНЬЕ	20	2,32	3,5	3,76	56	0,01	0	0	0,53	4,35	1,35	3	0,32	ТПК-639	
Итого за Завтрак	350	8,11	10,16	44,33	301,61	0,15	0,97	0,04	1,01	121,93	92,91	20,72	2,44		
Завтрак II															
РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2.5 %	180	5,4	1,8	7,56	72	0,04	0,9	0	0	223,2	165,6	25,2	0	435	2008
Итого за Завтрак II	180	5,4	1,8	7,56	72	0,04	0,9	0	0	223,2	165,6	25,2	0		
Обед															
ВИНЕГРЕТ	40	0,56	4,04	2,64	49,2	0,01	4,4	0,1	1,84	15,2	14,4	0,52	0,4	ТПК-51	
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПой, ГОВЯДИНОЙ ОТВАРНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/15/10	3,92	7,04	7,8	109,6	0,05	14	0,12	1,93	70,1	139,2	39,7	2,34	94	2008
ПЛОВ	170	13,07	16,79	46,33	342,13	0,09	9,56	0,21	5,31	39,31	216,75	41,44	2,13	ТПК-311	
ИЛИ КНЕЛИ РЫБНЫЕ В МОРКОВНО-МОЛОЧНОМ СОУСЕ	60													ТПК-287	
ОТВАРНОЙ РИС *	110													325	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	0,4	3,6	7,4	3,8	0,1	ТПК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	0	11	0	0	0,35	ТПК-907	
СОК ФРУКТОВЫЙ МУЛЬТИФРУКТ	180	0,91	0,16	18,54	79,25	0,02	1,8	0	0,18	12,6	12,6	7,2	0,36	ТПК-442,1	
Итого за Обед	605	20,93	28,79	92,24	664,78	0,3	29,76	0,43	9,66	151,81	390,35	92,66	5,68		
Уплотненный полдник															
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С ТЫКВОЙ И МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	130/5	4,05	7,36	18,72	157,3	0,07	0,05	0	0,7	232,02	17,33	0,87	0,52	ТПК-224	
БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,5	0,5	21	96	0,04	10	0	0,4	8	28	42	0,6	338	2015
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,45	0,09	13,5	56,61	0,03	0	0	0,09	14,4	23,4	1,8	0,54	ТПК-401	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	0	11	0	0	0,35	ТПК-907	

Итого за Уплотненный полдник	435	7,1	8,54	61,12	351,41	0,22	10,05	0	1,19	265,42	68,73	44,67	2,01
Итого за день		41,54	49,29	205,25	1389,8	0,71	41,68	0,47	11,86	762,36	717,59	183,25	10,13

Рацион: Ясли с 12 часовым пребыванием

День: 8

Возраст: от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептов		
		Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Ca	P			Mg	Fe
Завтрак															
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	150	4,65	7,5	20,1	168	0,08	1,5	0,06	0,15	136,5	129	25,5	0	190	2008
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
НАПИТОК НА ВЫБОР:															
КАКАО С МОЛОКОМ	160	3,91	3,4	10,77	89,38	0,05	1,53	0,02		106,67	99,84	0	1,07	ТТК-433,03	
ИЛИ ЧАЙ *														ТТК-430	
ФРУКТЫ НА ВЫБОР:															
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	0,03	0,2	16	11	9	2,2	338	2015
ИЛИ ГРУША СВЕЖАЯ *														338	2015
Итого за Завтрак	430	10,06	11,89	48,57	345,88	0,24	13,03	0,11	0,35	270,17	239,84	34,5	3,62		
Завтрак II															
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	180	5,04	4,56	23,4	154,8	0,02	2,88	0	0	196,2	100,8	6	0,18	ТТК-435,06	
Итого за Завтрак II	180	5,04	4,56	23,4	154,8	0,02	2,88	0	0	196,2	100,8	6	0,18		
Обед															
ПОМИДОР НАТУРАЛЬНЫЙ СВЕЖИЙ	40	0,44	0,08	1,52	8,8	0,02	7	0	0,28	5,6	10,4	8	0,36	71	2015
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ ОТВАРНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/15/10	3,62	6,54	4,56	91,6	0,04	15,8	0,14	0,61	71,9	124,2	39,7	2,22	88	2008
ФИЛЕ ИНДЕЙКИ ТУШЕНОЕ В СОУСЕ С КАРТОФЕЛЕМ И ОВОЩАМИ	160	6,13	14,62	10,08	234,97	0,02	1,83	0,09	1,1	20,11	21,03	0,02	0,46	ТТК-308,05	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	0,4	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,54	0,09	28,53	117,09	0,02	0	0,01	0,45	18,9	20,7	14,4	0,63	ТТК-402	
Итого за Обед	595	13,2	22,09	61,62	537,06	0,23	24,63	0,24	2,84	131,11	183,73	65,92	4,12		
Уплотненный полдник															
ОГУРЕЦ НАТУРАЛЬНЫЙ СОЛЕННЫЙ	40	0,32	0,04	0,68	4	0,01	1,4	0	0,04	9,2	9,6	5,6	0,24	70	2015
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	50	6,5	6,3	7,5	113	0,05	0	0,03	2,3	26	91	10	0,8	239	2008

	110	2,27	3,96	14,89	103,4	0,1	3,67	0,03	0,15	34,47	62,33	21,27	0,81	335	2008
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ															
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	0,4	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ	180	0,13	0,05	22,5	90,95	0,01	2,16	0	0,25	3,53	0	0	0,15	ТТК-437,02	
Итого за Уплотненный полдник	400	10,59	10,52	54,6	354,45	0,22	7,23	0,06	3,14	76,8	170,33	40,67	2,1		
Итого за день		38,89	49,06	188,19	1392,19	0,71	47,77	0,41	6,33	674,28	694,7	147,09	10,02		

День: 9 Возраст: от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептов		
		Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Ca	P			Mg	Fe
Завтрак															
КАША ОВСЯНО-ГРЕЧНЕВАЯ "ЗДОРОВЬЕ"	150	6,75	6,83	28,05	200,63	0,03	1,95	0,06	1,2	136,5	84	7,5	0	ТТК-190	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	10	0,55	0,3	3,95	20,75	0,04	0	0	0	5,5	0	0	0,18	ТТК-907	
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,32	2,95	0	36	0	0,07	0,03	0,05	88	50	3,5	0,1	7	2016
ЧАЙ С МОЛОКОМ	160	2,14	1,87	11,45	71,2	0,03	0,96	0,01	7,2	52	33,6	8	0,3	ТТК-654	
АПЕЛЬСИН	100	0,9	0,2	8,1	37,8		15		0,2	34	23	13	0	ТТК-688	
Итого за Завтрак	430	12,66	12,15	51,55	366,38	0,1	17,98	0,1	8,65	316	190,6	32	0,58		

Завтрак II

РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2.5 %	180	5,4	1,8	7,56	72	0,04	0,9	0	0	223,2	165,6	25,2	0	435	2008
Итого за Завтрак II	180	5,4	1,8	7,56	72	0,04	0,9	0	0	223,2	165,6	25,2	0		

Обед

ОГУРЕЦ НАТУРАЛЬНЫЙ СВЕЖИЙ	40	0,28	0,04	0,76	4,8	0,02	1,96	0	0,04	6,8	12	5,6	0,2	71	2015
СУП РЫБНЫЙ	150	3,72	1,99	14,4	90,41	0	1,5	0,05	0,32	21,17	21,6	0,3	0,01	ТТК-106	
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	60	2,18	9,78	4,86	117,68	0,05	1,2		3,6	9,6	44,4	0,72	1,2	ТТК-283	
КАПУСТА ТУШЕНАЯ "КЛАССИЧЕСКАЯ"	110	2,79	3,15	7,19	68,2	0,03	2,49	0,01	0,22	66	43,27	0,15	0,88	ТТК-346,01	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2	0,1	0	0	0,8	7,2	14,8	7,6	0,2	ТТК-904	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
КИСЕЛЬ ИЗ БРУСНИКИ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,09	0	14,85	59,76	0,01	3,6		0,18	3,6	2,7	3,6		ТТК-412	
Итого за Обед	600	12,89	15,88	68,03	468,55	0,29	10,75	0,06	5,16	125,37	138,77	17,97	2,84		

Уплотненный полдник

СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И МАСЛОМ	150	3,42	2,94	13,02	93	0,05	0,6	0,01	0,18	77,4	31,2	0,84	0,18	ТТК-112	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	

НАПИТОК ИЗ КЛУКВЫ	180	0,11	0,05	22,5	90,84	0	3,69	0	0,23	3,42	0	3,69	0,14	ТТК-437
СЫРНИКИ ЗАПЕЧЕННЫЕ	130	4,1	8,2	4,2	130,4	0,06	0	0,01	2,6	158	189	4,3	0,2	ТТК-219
Итого за Уплотненный полдник	480	8,73	11,78	47,62	355,74	0,19	4,29	0,02	3,01	249,82	220,2	8,83	0,87	
Итого за день		39,68	41,61	174,76	1262,67	0,62	33,92	0,18	16,82	914,39	715,17	84	4,29	

Рацион: Ясли с 12 часовым пребыванием

День: 10

Возраст: от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
Завтрак																
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	3,95	6,35	21,65	160,5	0,05	1	0,04	0,45	99,5	106	23	1	189	2008	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907		
НАПИТОК НА ВЫБОР:																
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	2,1	2,41	14,36	87,53	0,02		0,01		113,2	15	0,5	0,01	ТТК-414		
ИЛИ ЧАЙ *														ТТК-430		
ФРУКТЫ НА ВЫБОР:																
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47	0,02	5	0	0,4	19	16	12	2,3	338	2015	
ИЛИ ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ *														338	2015	
Итого за Завтрак	435	7,55	9,65	54,21	336,53	0,17	6	0,05	0,85	242,7	137	35,5	3,66			
Завтрак II																
КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5,4	0,18	7,2	55,8	0,07	1,8	0	0	226,8	176,4	27	0	435	2008	
Итого за Завтрак II	180	5,4	0,18	7,2	55,8	0,07	1,8	0	0	226,8	176,4	27	0			
Обед																
САЛАТ "СВЕТЛЯЧОК"	40	0,66	1,65	9,04	29,16	0,02	2,74	0	3,38	11,33	16,64	7,36	0,52	ТТК-53,01		
ИЛИ ОГУРЕЦ НАТУРАЛЬНЫЙ СОЛЁНЫЙ *														70	2015	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ ОТВАРНОЙ	150/15	3,87	2,76	12,12	88,92	0,08	7,5	0,14	0,24	22,5	55,8	15,3	0,9	100	2008	
ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ С КАРТОФЕЛЕМ	170	6,14	13,94	36,69	314,41	0,06	5,67	0,01	0,23	11,33	18,13	15,64	0	ТТК-258,07		
ИЛИ ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	60													ТТК-277		
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ *	110													339	2016	

ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0,4	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907
СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,18	18,54	79,38	0,02	5,4	0,18	12,6	12,6	7,2	0,36	ТТК- 443,02
Итого за Обед	595	14,04	19,29	93,32	596,47	0,31	21,31	4,43	72,36	110,57	49,3	2,23	
Уплотненный полдник													
ПОМИДОР НАТУРАЛЬНЫЙ СВЕЖИЙ	40	0,44	0,08	1,52	8,8	0,02	7	0,28	5,6	10,4	8	0,36	71
ПЕЧЕНОЧНЫЕ ОЛАДЬИ	50	4,8	3,2	3,8	63,2	0,14	0,8	2,9	2	100	10	0,6	ТТК-290
ИЛИ КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ИНДЕЙКИ *													ТТК-3141
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	110	1,69	4,99	10,53	94,23	0,05	6,01	0,26	25,01	46,13	20,97	0,72	ТТК-137
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0,4	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,26	0,09	14,4	58,5	0	1,8	0	7,2	9	4,5	0,45	ТТК-431
Итого за Уплотненный полдник	400	8,56	8,53	39,28	267,83	0,26	15,61	3,84	43,41	172,93	47,27	2,23	
Итого за день		35,55	37,65	194,01	1256,63	0,81	44,72	9,12	585,27	596,9	159,07	8,12	

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества (г)		Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
	Б	Ж		У	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
Итого за период	396,93	437,57	1884,72	7,58	441,77	4,1	96,08	7125,96	6618,03	1422,57	84,17	
Среднее значение за период	39,69	43,76	188,47	0,76	44,18	0,41	9,61	712,6	661,8	142,26	8,42	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	12	30	57									
Сбалансированность	1	1	4									

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Уплотненный полдник		Завтрак	
	Обед	Завтрак	II	Завтрак
от 1 года до 3-х лет	599	180	180	407

ПРИ СОСТАВЛЕНИИ МЕНЮ ИСПОЛЬЗОВАЛАСЬ СЛЕДУЮЩАЯ ЛИТЕРАТУРА :

1. Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.
2. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тугельяна.-М.: Дели принт, 2016.-640 с.
3. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тугельяна. - М.: Дели плюс, 2015. - 544с.

Допускается замена одного вида пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом её пищевой ценности (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 п.8.1.4.)

Для предотвращения размножения патогенных микроорганизмов готовые блюда должны быть реализованы не позднее 2 часов с момента изготовления (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 п.8.1.2.8)