СОГЛАСОВАНО
Руководитель управления
РОСПОТРЕБНАДЗОРА
по Иркутской области
_____ А.Н.Перекопин

Согласовано:
Заведующая МБДОУ № 163
_____

Утверждаю:
Директор МУП "Комбинат питания
г.Иркутска"
_____ В.Е.Беляева
_____ 2018г.

Примерное цикличное меню для воспитанников МБДОУ
старших возрастных групп с 1 до 3лет (Доготовочные)
(с 12-ти часовым пребыванием)
Осень-зима 2018-2019гг.

День 1
Неделя: первая
Сезон:Осень-Зима

№ Рецептур	Наименование блюда	Выход	Объемы приемов пищи	Ккал	Пищевые вещества			
					Б	Ж	У	С
	Завтрак							
Сб.Пермь 2001г. ТК №90	Каша манная с маслом сливочным	1/155/5	160,00	172,90	4,8	6,05	24,20	8,90
Сб.Пермь 2001г. ТК №264	Чай без сахара	1/150	150,00	0,00	0,0	0,00	0,00	0,00
Сб.Москва 2016г. ТК №5	Бутерброд : батон с повидлом	1/30/10	40,00	128,30	2,8	1,12	32,50	0,06
			350,00	**301,20**	**7,60**	**7,17**	**56,70**	**8,96**
	2-й Завтрак							
Сб.Москва 2016г.ТК №418	Сок натуральный	1/100	100,00	42,70	0,50	0,00	10,10	2,00
			100,00	**42,70**	**0,50**	**0,00**	**10,10**	**2,00**
	Обед							
Сб.Москва 2016г. ТК №23	Салат из картофеля с солёным огурцом	1/30	30,00	25,98	0,4	1,55	2,55	3,60
Сб.Пермь 2001г. ТК №34, п/ф "МУП КП" ТТК №1006-17	Свекольник со сметаной и куриными фрикадельками	1/150/12,5/10	172,5	72,07	1,30	4,30	6,90	8,50
П/Ф "МУП КП" ТК №510	Котлета "Нежная" с маслом сливочным	1/70/5	75,00	174,98	13,49	4,60	12,20	0,46
Сб.Пермь 2001г, ТК №194	Макаронные изделия отварные	1/90	90,00	134,00	3,40	3,30	22,00	0,00
Сб.Пермь 2001г. ТК №241	Компот из смеси сухофруктов	1/150	150,00	85,34	0,42	0,00	20,91	0,00
	Хлеб ржаной	1/30	30,00	45,00	3,00	0,58	17,80	0,00
			547,50	**537,37**	**22,02**	**14,33**	**82,36**	**12,56**
	Полдник							
Сб.Пермь 2001г. ТК №255	Молоко кипячённое	1/150	150,00	87,90	4,20	4,10	7,03	1,90
	Кондитерское изделие (пряник)	1/50	50,00	173,00	3,20	4,05	37,80	0,00
			200,00	**260,90**	**7,40**	**8,15**	**44,83**	**1,90**
	Ужин							
Сб.Москва 2004г. ТК №576	Помидор свежий	1/40	40,00	1,00	1,10	0,20	3,80	25,00
Сб.Пермь 2001г. ТК №110	Омлет натуральный с маслом сливочным	1/155/5	160,00	288,00	16,90	26,50	4,40	0,23
Сб.Пермь 2001г. ТК №263	Чай с сахаром	1/160	160,00	30,00	0,10	0,01	7,40	0,12
	Фрукт	1/75	75,00	33,15	0,30	0,30	7,35	0,75
	Хлеб пшеничный	1/40	40,00	96,00	3,20	0,7	19,32	0
			475,00	**413,60**	**21,30**	**27,11**	**34,92**	**25,35**
				1555,77	58,82	56,76	228,01	50,77

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области
ФИО _____

День 2:
Неделя: первая

№ Рецептур	Сезон:Осень-Зима Наименование блюда	Выход	Объемы приемов	Ккал	Пищевые вещества			
					Б	Ж	У	С
	Завтрак							
Сб.Пермь 2001г. ТК №93	Каша овсяная из хлопьев "Геркулес" с маслом сливочным	1/155/5	160,00	161,00	4,90	6,90	19,90	0,72
Сб.Пермь 2001г. ТК №248	Какао с молоком	1/150	150,00	115,40	2,80	2,90	19,40	0,20
Сб.Москва 2016г. ТК №1	Бутерброд : батон с маслом сливочным	1/30/10	40,00	136,00	2,45	7,55	14,62	0,00
			350,00	**412,40**	**10,15**	**17,35**	**53,92**	**0,92**
	2-завтрак							
	Фрукт	1/75	75,00	33,15	0,30	0,30	7,35	0,75
			75,00	**33,15**	**0,30**	**0,30**	**7,35**	**0,75**
	Обед							
Сб.Пермь 2001г. ТК №9	Салат из моркови	1/30	30,00	41,04	0,34	3,00	3,07	1,40
Сб.Москва 2012г.ТК №81, ТК №115	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне с гренками	1/150/12,5	162,5	144,30	4,80	5,90	19,90	3,30
Сб.Пермь 2001г. ТК №152	Гуляш из отварной говядины	1/70	70,0	269,00	19,10	20,50	4,60	0,70
Сб.Москва 2004г, табл 510	Каша гречневая вязкая	1/90	90,00	111,60	3,40	5,10	17,00	0,00
Сб.Пермь 2001г. ТК №239	Компот из плодов или ягод сушёных (курага)	1/150	150,00	68,98	0,22	0,00	16,98	0,41
	Хлеб ржаной	1/30	30,00	45,00	3,0	0,58	17,8	0,00
			532,50	**679,92**	**30,86**	**35,08**	**79,35**	**5,81**
	Полдник							
ТТК №721-15	Чай с молоком без сахара	1/160	160,00	69,70	2,10	1,80	10,60	0,40
	Кондитерское изделие (зефир)	1/50	50,00	162,50	0,40	0,05	39,90	0,00
			210,00	**232,20**	**2,50**	**1,85**	**50,50**	**0,40**
	Ужин							
П/Ф "МУП КП " ТТК № 907/1-17	Сырники из творога с морковью с соусом ягодным (смородина)	2/60/30	150,00	385,00	27,00	8,80	46,00	0,58
Сб.Пермь 2001г. ТК №256	Напиток из плодов шиповника	1/150	150,00	28,06	0,40	0,00	12,50	15,00
	Хлеб пшеничный	1/50	50,00	94,60	3,20	0,40	19,32	0,00
	Печенье сахарное	1/50	50,00	235,50	3,8	4,90	37,20	0,00
			400,00	**743,16**	**34,35**	**14,10**	**115,02**	**15,58**
				2100,83	**78,16**	**68,68**	**306,14**	**23,46**

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области
подпись _____
ФИО _____

День 3:
Неделя: первая

№ Рецептур	Сезон:Осень-Зима Наименование блюда	Выход	Объемы приемов	Ккал	Пищевые вещества			
					Б	Ж	У	С
	Завтрак							
Сб.Пермь 2001г. ТК №98	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	1/155/5	160,00	164,00	4,00	5,20	25,40	0,50
Сб.Пермь 2001г. ТК №260	Чай с сахаром и лимоном	1/150	150,00	46,20	0,10	0,01	11,40	2,30
Сб.Москва 2016г.ТК №3	Бутерброд : батон с сыром	1/30/10	40,00	123,50	4,20	3,50	24,50	0,07
			350,00	**333,70**	**8,30**	**8,71**	**61,30**	**2,87**
	2-й Завтрак							
Сб.Москва 2016г.ТК №418	Сок натуральный	1/100	100,00	42,70	0,5	0,00	10,10	2,00
			100,00	**42,70**	**0,50**	**0,00**	**10,10**	**2,00**
	Обед							
ТТК №550-16. МУП "КП"	Салат "Свежесть"	1/30	30,00	36,45	0,50	2,60	2,70	2,70
Сб.Пермь 2001г. ТК №33, п/ф "МУП КП " ТТК №1006-17	Рассольник "Ленинградский " со сметаной и куриными фрикадельками	1/150/12,5/10	172,5	112,50	1,60	10,60	20,90	5,50
Сб.Москва 2004г. ТК №719	Пельмени отварные с маслом сливочным	1/140/5	145,00	402,30	14,05	23,30	31,10	0,46
Сб.Пермь 2001г. ТК №239	Компот из плодов или ягод сушёных (изюм)	1/160	160,00	73,50	0,23	0,00	18,00	0,43
	Хлеб ржаной	1/30	30,00	45,00	3,00	0,58	17,80	0,00
			537,50	**669,75**	**19,38**	**37,08**	**90,50**	**9,09**
	Полдник							
Сб.Пермь 2001г. ТК №251	Кисломолочный напиток	1/150	150,00	124,80	3,70	3,30	17,60	1,10
	Кондитерское изделие (печенье овсяное)	1/50	50,00	218,50	3,30	7,20	35,90	0,00
			200,00	**343,30**	**7,00**	**10,50**	**53,50**	**1,10**
	Ужин							
Сб.Москва 2016г. ТК №36	Салат "Пёстрый"	1/40	40,00	29,40	0,40	0,38	1,50	3,90
Сб. Москва 2016г. ТК №164	Запеканка картофельная с печенью	1/160	160,00	220,00	14,40	25,10	25,00	23,00
Сб.Пермь 2001г. ТК №261	Чай с молоком и сахаром	1/160	160,00	74,00	1,10	1,80	14,60	0,40
	Фрукт	1/75	75,00	33,15	0,30	0,30	7,35	0,75
	Хлеб пшеничный	1/40	40,00	94,60	3,20	0,40	19,32	0,00
			475,00	**418,00**	**19,10**	**27,68**	**60,42**	**27,30**
				1807,45	**54,28**	**83,97**	**275,82**	**42,36**

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области
подпись _____
ФИО _____

День 4:
Неделя: первая

№ Рецептур	Сезон:Осень-Зима Наименование блюда	Выход	Объемы приемов пищи	Ккал	Б	Ж	У	С
	Завтрак							
Сб.Пермь 2001г. ТК №99	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	1/155/5	160,00	206,00	6,20	5,50	32,00	0,00
Сб.Пермь 2001г. ТК №253	Кофейный напиток	1/150	150,00	94,50	2,20	2,55	15,77	0,72
Сб.Москва 2016г. ТК №5	Бутерброд :батон с повидлом	1/30/10	40,00	128,30	2,80	1,12	32,50	0,06
			350,00	**428,80**	**11,20**	**9,17**	**80,27**	**0,78**
	2-й Завтрак							
	Фрукт	1/75	75,00	70,15	0,30	0,30	80,21	7,50
			75,00	**70,15**	**0,30**	**0,30**	**80,21**	**7,50**
	Обед							
Сб.Москва 2016г. ТК №32	Салат из свеклы с сыром	1/30	30,00	39,40	0,42	3,02	2,76	1,40
Сб.Москва 2012г. ТК №87	Суп картофельный из консерв рыбных	1/150	150,00	100,35	5,20	5,04	8,60	5,50
П/Ф "МУП КП" ТТК №490-16	Котлета куриная "Петушок"с маслом сливочным	1/70/5	75,00	212,00	10,20	10,60	6,75	0,80
Сб.Пермь 2001г. ТК №77	Рагу из овощей	1/100	100,00	116,50	1,80	7,20	11,00	6,52
Сб.Пермь 2001г ТК №240	Компот из свежих плодов и ягод (слива)	1/150	150,00	46,00	0,08	0,00	11,00	1,40
	Хлеб ржаной	1/30	30,00	45,00	3,00	0,58	17,80	0,00
			535,00	**559,25**	**20,70**	**26,44**	**57,91**	**15,62**
	Полдник							
Сб.Пермь 2001г. ТК №255	Молоко кипячёное	1/150	150,00	87,90	4,20	4,10	7,03	1,90
	Булочка ИХЗ с посыпкой	1/50	50,00	153,00	3,60	4,20	37,80	0,00
			200,00	**240,90**	**7,80**	**8,30**	**44,83**	**1,90**
	Ужин							
П/ф "МУП КП " ТТК №2016-18	Котлета рыбная "Мечта " с соусом белым основным	1/70/30	100,00	50,80	3,80	0,40	0,40	0,01
ТТК №403-15	Гарнир "Забава"	1/120	120,00	160,00	4,32	3,50	27,00	0,00
Сб.Пермь 2001г. ТК №251	Чай без сахара	1/150	150,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	1/30	30,00	70,95	2,40	0,30	14,50	0,00
	Мармелад	1/30	30,00	96,00	0,00	0,00	23,70	0,00
			430,00	**306,80**	**8,12**	**3,90**	**51,10**	**0,01**
				1605,90	**48,12**	**48,11**	**314,32**	**25,81**

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области
подпись _____
ФИО _____

День 5:
Неделя: первая

№ Рецептур	Сезон:Осень-зима Наименование блюда	Выход	Объемы приемов пищи	Ккал	Б	Ж	У	С
	Завтрак							
Сб.Пермь 2001г. ТК №44	Суп молочный с макаронными изделиями	1/150	150,00	116,70	4,60	4,40	14,79	0,60
Сб.Пермь 2001г. ТК №263	Чай с сахаром	1/160	160,00	30,00	0,10	0,10	7,50	0,10
Сб.Москва 2016г. ТК №1	Бутерброд : батон с маслом сливочным	1/30/10	40,00	136,00	2,45	7,55	14,62	0,00
			350,00	**282,70**	**7,15**	**12,05**	36,91	**0,70**
	2-й Завтрак							
Сб.Москва 2016г.ТК №418	Сок натуральный	1/100	100,00	42,70	0,50	0,00	10,10	2,00
			100,00	**42,70**	**0,50**	0,00	10,10	**2,00**
	Обед							
Сб.Москва 2001г, ТК №2/1	Салат из зелёного горошка с яйцом	1/30	30,00	28,20	0,50	2,04	0,39	0,90
Сб.Пермь 2001г. ТК №56	Щи из свежей капусты на мясном бульоне со сметаной	1/150/10	160,00	125,80	2,40	6,78	7,88	18,60
Сб.Пермь 2001г. ТК №163	Плов из отварной говядины	1/170	170,00	335,00	20,50	17,50	28,60	0,43
Сб.Пермь 2001г. ТК №233	Кисель из плодово-ягодного экстракта	1/150	150,00	87,14	1,10	0,00	21,76	3,15
	Хлеб ржаной	1/30	30,00	60,00	4,05	0,78	23,85	0,00
			540,00	**636,14**	**28,55**	**27,10**	**82,48**	**23,08**
	Полдник							
Сб.Пермь 2001г. ТК №251	Кисломолочный напиток	1/150	150,00	124,80	3,70	3,30	17,60	1,10
	Кондитерское изделие (пряник)	1/50	50,00	173,00	3,20	4,05	37,80	0,00
			200,00	**297,80**	**6,90**	**7,35**	**55,40**	**1,10**
	Ужин							
ТТК №020	Салат из отварной моркови с яблоком	1/40	40,00	38,44	0,30	3,05	2,47	2,98
Сб. Москва 2016г. ТК №150	Котлеты картофельные с маслом сливочным	2/60/5	125,00	125,80	2,60	5,10	25,00	12,90
Сб.Пермь 2001г. ТК №256	Напиток из плодов шиповника	1/150	150,00	28,06	0,40	0,00	12,50	15,00
	Хлеб пшеничный	1/40	40,00	94,60	3,20	0,4	19,3	0,0
	Фрукт	1/75	75,00	62,00	0,60	0,1	14,5	39,3
			430,00	**348,90**	**7,10**	**8,65**	**73,79**	**70,18**
				1608,24	**50,20**	**55,15**	258,68	97,06

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области
подпись
ФИО

День 6:
Неделя: вторая

№ Рецептур	Сезон:Осень-Зима Наименование блюда	Выход	Объемы приемов пищи	Ккал	Б	Ж	У	С
	Завтрак							
Сб.Пермь 2001г. ТК №84	Каша молочная "Дружба " с маслом сливочным	1/155/5	160,00	176,60	4,70	5,90	25,00	0,00
Сб.Пермь 2001г. ТК №260	Чай с сахаром и лимоном	1/150	150,00	46,20	0,10	0,01	11,40	2,30
Сб.Москва 2016г. ТК №3,ТК №1	Бутерброд :батон с сыром и маслом сливочным	1/30/10/10	50,00	146,70	4,70	7,48	19,60	0,07
			360,00	**369,50**	**9,50**	**13,39**	**56,00**	**2,37**
	2-й Завтрак							
Сб.Москва 2016г.ТК №418	Сок натуральный	1/100	100,00	42,70	0,50	0,00	10,10	2,00
			100,00	**42,70**	**0,50**	**0,00**	**10,10**	**2,00**
	Обед							
ТТК №552-16	Салат "Мозайка"	1/30	30,00	36,45	0,50	2,60	2,70	2,70
Сб.Пермь 2001г. ТК №35, п/ф "МУП КП" №1006-17	Суп из овощей со сметаной и куриными фрикадельками	1/150/12,5/10	172,50	73,55	1,40	3,77	7,82	2,90
Сб.Пермь 2001г. ТК №144	Рыба(горбуша) тушёная с овощами	1/60/20	80,00	114,50	10,30	5,70	5,30	2,10
Сб.Пермь 2001г. ТК №206	Картофельное пюре	1/85	85,00	76,30	1,60	11,10	17,30	2,00
Сб.Пермь 2001г. ТК №239	Компот из плодов или ягод сушёных (чернослив)	1/150	150,00	68,98	0,22	0,00	16,98	0,41
	Хлеб ржаной	1/30	30,00	60,00	4,05	0,78	23,80	0,00
			547,50	**429,78**	**18,07**	**23,95**	**73,90**	**10,11**
	Полдник							
Сб.Пермь 2001г. ТК №251	Кисломолочный напиток	1/160	160,00	133,12	3,90	3,50	18,70	1,10
	Кондитерское изделие (баранка)	1/45	45,00	170,00	8,00	0,50	35,00	0,00
			205,00	**303,12**	**11,90**	**4,00**	**53,70**	**1,10**
	Ужин							
П/Ф "МУП КП "ТТК №907/1-18, сб.Москва 2016г, ТК №378	Сырники из творога с соусом ягодным (смородина)	2/60/20	140,00	360,00	24,75	8,23	43,06	0,44
ТТК №721-15	Чай с молоком без сахара	1/150	150,00	65,38	2,00	1,73	9,95	0,36
	Хлеб пшеничный	1/40	40,00	94,60	3,20	0,40	19,32	0,00
	Фрукт	1/75	75,00	35,20	0,30	0,20	7,70	3,80
			405,00	**555,18**	**30,25**	**10,56**	**80,03**	**4,60**
				1700,28	**70,22**	**51,90**	**273,73**	**20,18**

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области
подпись
ФИО

День 7:
Неделя: вторая

№ Рецептур	Наименование блюда	Выход	Объемы приемов пищи	Ккал	Б	Ж	У	С
	Завтрак							
Сб.Пермь 2001г. ТК №90	Каша манная молочная с маслом сливочным	1/155/5	160,0	172,90	4,80	6,05	24,20	8,90
Сб.Пермь 2001г. ТК №248	Какао с молоком	1/150	150,00	123,09	3,00	3,01	21,00	0,20
Сб.Москва 2016г. ТК №5	Бутерброд : батон с повидлом	1/30/10	40,00	128,30	2,80	1,12	32,50	0,06
			350,00	**424,29**	**10,60**	**10,18**	**77,70**	**9,16**
	2-й Завтрак							
Сб.Москва 2016г.ТК №418	Сок натуральный	1/100	100,00	42,70	0,5	0,00	10,10	2,00
			100,00	**42,70**	**0,50**	**0,00**	**10,10**	**2,00**
	Обед							
Сб.Москва 2016г. ТК №46	Винегрет овощной	1/30	30,00	39,00	0,30	3,04	6,07	3,30
Сб.Пермь 2001г. ТК №38,п/ф "МУП КП" ТТК №1005-17	Суп картофельный с макаронными изделиями и куриными фрикадельками	1/150/12,5	162,50	103,20	3,08	2,50	8,90	0,09
П/ф "МУП КП" ТТК №526-16	Тефтеля мясная с маслом сливочным	1/70/5	75,00	172,60	12,00	5,70	5,10	1,50
Сб.Пермь 2001г. ТК №200	Капуста тушёная	1/100	100	104,00	1,90	2,70	16,09	19,60
Сб.Пермь 2001г. ТК №241	Компот из смеси сухофруктов	1/150	150,00	85,34	0,42	0,00	20,91	0,00
	Хлеб ржаной	1/30	30,00	45,00	3,00	0,58	17,8	0,00
			547,50	**549,14**	**20,28**	**14,52**	**53,96**	**24,49**
	Полдник							
Сб.Пермь 2001г. ТК №255	Молоко кипячёное	1/150	150,00	87,90	4,20	4,10	7,03	1,90
	Кондитерское изделие (печенье овсяное)	1/50	50,00	218,50	3,30	7,20	35,90	0,00
			200,00	**306,40**	**7,50**	**11,30**	**42,93**	**1,90**
	Ужин							
Сб.Москва 2004г. ТК №576	Огурец свежий	1/30	30,00	4,50	0,24	0,23	0,84	3,00
Сб.Пермь 2001г. ТК №10	Омлет натуральный с маслом сливочным	1/125/5	130,00	234,00	13,70	21,5	3,6	0,20
ТТК №710	Напиток из свежезамороженной ягоды (черноплодная рябина)	1/150	150,00	66,40	0,08	0,00	17,50	1,69
	Хлеб пшеничный	1/40	40,00	94,60	3,20	0,40	19,32	0,00
	Фрукт	1/75	75,00	70,15	0,30	0,32	80,21	5,20
			425,00	**469,65**	**17,52**	**22,45**	**121,47**	**10,09**
				1792,18	**56,40**	**58,45**	**306,16**	**47,64**

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области
подпись
ФИО

День 8:
Неделя: вторая
Сезон:Осень-Зима

№ Рецептур	Наименование блюда	Выход	Объемы приемов пищи	Ккал	Б	Ж	У	С
	Завтрак							
Сб.Пермь 2001г. ТК №96	Каша пшённая жидкая с маслом сливочным	1/155/5	160,00	177,20	4,70	6,00	26,20	0,48
Сб.Пермь 2001г. ТК №261	Чай с молоком и сахаром	1/150	150,00	69,70	1,05	1,70	13,75	0,39
Сб.Пермь 2001г. ТК №3	Бутерброд : батон с сыром	1/30/10	40,00	123,50	4,20	3,50	24,50	0,07
			350,00	**370,40**	**9,95**	**11,20**	**64,45**	**0,94**
	2-й Завтрак							
	Фрукт	1/75	75,00	33,15	0,3	0,30	7,35	7,50
			75,00	**33,15**	**0,30**	**0,30**	**7,35**	**7,50**
	Обед							
Сб.Москва 2004г. ТК №612	Маринад овощной	1/30	30,00	42,60	0,27	3,06	3,00	0,90
Сб.Москва 2004г. ТК №111	Борщ сибирский на мясном бульоне со сметаной	1/150/10	160,00	70,24	1,30	3,20	9,00	5,60
Сб.Пермь 2001г. ТК №153	Жаркое по-домашнему из отварной говядины	1/170	170,00	302,80	19,10	28,30	21,80	10,03
Сб.Пермь 2001г. ТК №233	Кисель из плодово-ягодного экстракта	1/150	150,00	87,14	1,10	0,00	21,76	3,15
	Хлеб ржаной	1/30	30,00	60	4,00	0,78	23,85	0,00
			540,00	**562,78**	**25,77**	**35,34**	**79,41**	**19,68**
	Полдник							
Сб.Пермь 2001г. ТК №251	Кисломолочный напиток	1/160	160,00	133,00	3,90	3,50	18,70	1,10
	Булочка ИХЗ (сдобная с повидлом)	1/40	40,00	153,00	3,6	4,20	37,80	0,00
			200,00	**286,00**	**7,50**	**7,70**	**56,50**	**1,10**
	Ужин							
П/Ф "МУП КП" ТТК №522-1. Сб. Москва 2016г. ,ТК №367	Котлета по-хлыновски с соусом томатным с овощами	1/70/30	100,00	243,00	6,00	3,80	9,40	3,70
Сб.Пермь 2001г.ТК №192	Рис припущенный	1/120	120,00	172,00	2,90	4,40	30,00	1,20
Сб.Пермь 2001г. ТК №263	Чай с сахаром	1/150	150,00	28,00	0,10	0,01	6,99	0,01
	Хлеб пшеничный	1/40	40,00	94,60	3,20	0,40	19,32	0,00
			410,00	**537,60**	**12,20**	**8,61**	**65,71**	**4,91**
				1789,93	**55,72**	**63,15**	**273,42**	**34,13**

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области
подпись
ФИО

День 9:
Неделя: вторая
Сезон:Осень-Зима

№ Рецептур	Наименование блюда	Выход	Объемы приемов пищи	Ккал	Б	Ж	У	С
	Завтрак							
П/ф "МУП КП" ТТК №2016-18а	Запеканка творожная со сгущёным молоком	1/120/30	150,00	323,70	20,20	7,90	36,00	0,20
ТТК №721-15	Чай с молоком без сахара	1/160	160,00	70,00	2,10	1,80	10,60	0,38
Сб.Москва 2016г. ТК №1	Бутерброд : батон с маслом сливочным	1/30/10	40,00	136,00	2,45	7,55	14,62	0,00
			350,00	**529,70**	**24,75**	**17,25**	**61,22**	**0,58**
	2-й Завтрак							
Сб.Москва 2016г.ТК №418	Сок натуральный	1/100	100,00	42,70	0,50	0,00	10,10	2,00
			100,00	**42,70**	**0,50**	**0,00**	**10,10**	**2,00**
	Обед							
Сб.Москва 2004г. ТК №25	Салат "Степной"	1/30	30,00	38,77	0,37	2,90	2,40	1,68
Сб.Пермь 2001г. ТК №37, п/ф"МУП КП" ТТК №1005-17	Суп картофельный с клёцками и куриными фрикадельками	1/150/12,5/12,5	175,00	117,04	6,05	5,20	10,40	8,60
П/ф" МУП КП" ТТК №510	Котлета "Нежная" с маслом сливочным	1/70/5	75,00	121,00	13,05	6,29	6,04	0,00
Сб.Пермь 2001г.ТК №108	Пюре из гороха с маслом сливочным	1/85/5	90,00	178,00	7,80	2,80	27,50	0,00
Сб.Пермь 2001г. ТК №240	Компот из свежих плодов или ягод (слива)	1/150	150,00	46,00	0,08	0,00	11,00	1,40
	Хлеб ржаной	1/30	30,00	45,00	3,00	0,58	17,80	0,00
			550,00	**545,81**	**30,35**	**17,77**	**75,14**	**11,68**
	Полдник							
Сб.Пермь 2001г. ТК №251	Кисломолочный напиток	1/150	150,00	124,80	3,70	3,30	17,60	1,10
	Кондитерское изделие (сушка "Малютка")	1/50	50,00	166,00	5,50	0,60	10,30	0,00
			200,00	**290,80**	**9,20**	**3,90**	**27,90**	**1,10**
	Ужин							
Сб.Москва 2016г. ТК №35	Салат из свеклы с зелёным горошком	1/40	40,00	38,00	0,57	2,40	3,30	3,80
Сб.Москва 2016г. ТК №221	Макароны, запечённые с сыром	1/150/5	155,00	199,00	6,30	6,40	24,00	3,20
Сб.Пермь 2001г. ТК №251	Чай без сахара	1/160	160,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	1/40	40,0	94,60	3,20	0,40	19,32	0,00
	Фрукт	1/75	75,00	35,20	0,03	0,20	7,70	3,80
			470,00	**366,80**	**6,90**	**9,00**	**35,00**	**10,80**
				1775,81	**71,70**	**47,92**	**209,36**	**26,16**

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области
подпись
ФИО

День 10:
Неделя: вторая
Сезон:Осень-Зима

№ Рецептур	Наименование блюда	Выход	Объемы приемов пищи	Ккал	Б	Ж	У	С
	Завтрак							
Сб.Пермь 2001г. ТК №91	Каша молочная кукурузная с маслом сливочным	1/155/5	160,00	190,00	6,70	5,80	27,50	0,00
Сб.Пермь 2001г. ТК №253	Кофейный напиток	1/150	150,00	94,50	2,20	2,55	15,77	0,72
Сб.Москва 2016г. ТК №5	Бутерброд :батон с повидлом	1/30/10	40,00	128,30	2,80	1,12	32,50	0,06
			350,00	**412,80**	**11,70**	**9,47**	**75,77**	**0,78**
	2-й Завтрак							
	Фрукт	1/75	75,00	33,15	0,3	0,30	7,35	39,35
			75,00	**33,15**	**0,30**	**0,30**	**7,35**	**39,35**
	Обед							
Сб.Пермь 2001г. ТК №2	Салат "Витаминный"	1/30	30,00	59,00	0,45	5,70	1,95	2,02
Сб. Пермь 2001г.ТК №42, п/ф "МУП КП" ТТК №1005-17	Суп крестьянский с крупой со сметаной и мясными фрикадельками	1/150/12,5/10	172,5	92,06	0,60	6,90	19,80	3,50
П/ф "МУП КП" ТТК №2006-18, сб.Пермь 2001г .ТК №216	Тефтеля рыбная "Рыбацкая "с маслом сливочным	1/70/5	75,00	52,00	3,80	0,40	0,38	0,01
Сб Пермь 2001г. ТК №206	Картофельное пюре	1/90	90,00	76,30	1,60	11,10	17,30	2,00
Сб.Пермь 2001г. ТК №241	Компот из смеси сухофруктов	1/150	150,00	85,34	0,42	0,00	20,91	0,00
	Хлеб ржаной	1/30	30,00	60,00	4,00	0,80	24,00	0,00
			547,50	**424,70**	**10,87**	**24,90**	**84,34**	**7,53**
	Полдник							
Сб.Пермь 2001г. ТК №255	Молоко кипячёное	1/150	150,00	87,90	4,20	4,10	7,03	1,90
	Булочка "Свердловская"	1/75	75,00	255,00	6,00	7,05	62,55	0,00
			225,00	**342,90**	**10,20**	**11,15**	**69,58**	**1,90**
	Ужин							
П/Ф "МУП КП" ТТК №517-18	Тефтеля куриная "Лунтик" с маслом сливочным	1/70/5	75,00	121,00	9,80	5,60	7,90	0,06
Сб.Москва 2004г, табл 510	Каша гречневая вязкая	1/130	130,00	161,20	4,90	7,40	25,00	0,00
Сб .Пермь 2001г. ТК №260	Чай с сахаром и лимоном	1/160	160,00	49,28	0,10	0,01	12,20	2,50
	Хлеб пшеничный	1/40	40,00	94,60	3,20	0,40	19,32	0,00
			405,00	**426,08**	**18,00**	**13,41**	**64,42**	**2,56**
				1639,63	**51,07**	**59,23**	**301,46**	**52,12**

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области
подпись
ФИО

	НОРМА		ФАКТ*				
Калорийность завтраков 20% -25% рациона	280-350		349,55				
Калорийность 2 завтраков 5% рациона	70		70,58				
Калорийность обедов 30%-35 % рациона	420-490		487,46				
Калорийность полдников 10%-15% рациона	140-210		191,53				
Калорийность ужинов 20%-25% рациона	280-350		324,26	Б	Ж	У	С
			1423,38	50,0	48	207	37

Показатели физиологических потребностей :	К/кал	Б	Ж	У	С
Содержание белков ,жиров,углеводов в меню за 10 дней в % от калорийности	1423,38	14,0	30,00	58,00	37,00
норма СанПиН 2.4.1.3049-13	1400	от 12 до 15%	от 30 до 32%	от 55 до 58%	35

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области

подпись

ФИО