СОГЛАСОВАНО
Руководитель управления
РОСПОТРЕБНАДЗОРА
по Иркутской области
А.Н.Пережогин

Согласовано:
Заведующая МБДОУ № 10
Тевеева

Утверждаю:
И.о.директора МУ "Центр питания г.Иркутска"
В.В.Новичков.
"15" 01 2019г.

Примерное цикличное меню для воспитанников МБДОУ
старших возрастных групп с 3 до 7лет (Доготовочные)
(с 12-ти часовым пребыванием)
Осень-Зима 2019-2020г.

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 №98	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	1/175/5	180,00	184,50	4,5	5,80	28,60	0,59
Сб.Пермь 2001г. ТК №260	Чай с сахаром и лимоном	1/180	180,00	56,00	0,1	0,01	13,70	2,80
Сб.Москва 2016г. ТК №3	Бутерброд:батон с сыром	1/30/10	40,00	123,50	4,2	6,10	12,90	0,08
			400,00	364,00	8,80	11,91	55,20	3,47
	2-й Завтрак							
Промышленный выпуск	Кисломолочный напиток	1/200	200,00	112,52	5,60	6,38	8,18	3,00
			200,00	112,52	5,60	6,38	8,18	3,00
	Обед							
Сб.Москва 2017г. ТК №46	Салат из белокачанной капусты с морковью и яблоками	1/40	40,00	23,70	0,5	1,30	2,40	7,50
Сб.Пермь 2001г. ТК. №33	Рассольник "Ленинградский" со сметаной на мясном бульоне	1/250/10	260,00	155,50	5,20	11,70	38,30	8,90
Сб.Пермь 2001г. ТК №152	Гуляш из отварной говядины	1/80	80,00	221,00	14,40	14,00	4,50	0,80
Сб.Пермь 2001г. ТК №194	Макаронные изделия отварные	1/150	150,00	211,00	5,40	5,30	35,00	0,00
Сб.Пермь 2001г. ТК. №241	Компот из смеси сухофруктов	1/180	180	102,40	0,50	0,00	25,08	0,40
	Хлеб ржаной	1/40	40,00	60,00	4,00	0,70	23,68	0,00
			750,00	773,60	30,02	33,00	128,96	17,60
	Полдник							
ТТК №721-15	Чай с молоком без сахара	1/200	200,00	87,10	1,50	12,40	82,00	0,50
Промышленный выпуск	Кондитерское изделие (зефир)	1/50	50,00	162,50	0,40	0,05	39,90	0,00
			250,00	249,60	1,90	12,45	121,90	0,50
	Ужин							
ТТК №825-19	Вареники из творога с маслом сливочным	1/155/5	160,00	324,80	19,00	4,60	52,00	0,60
ТТК №710	Напиток из свежезамороженной ягоды(вишня)	1/180	180,00	80,00	0,09	0,00	21,00	2,00
	Фрукт(банан)	1/100	100,00	96,00	1,50	0,50	21,00	10,00
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	40,00	94,60	3,2	0,40	19,32	0,00
			480,00	595,40	23,79	5,50	113,32	12,60
				2095,12	70,11	36,94	427,56	37,17

Заместитель начальника отдела надзора за условиями воспитания и обучения Управления Роспотребнадзора по Иркутской области
подпись
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 №90	Каша манная молочная с маслом сливочным	1/175/5	180,00	194,80	5,40	7,00	27,40	9,30
Сб.Пермь 2001г. ТК №248	Какао с молоком	1/180	180,00	138,00	3,30	3,50	23,35	0,28
Сб.Москва 2001бг. ТК №1	Бутерброд: батон с маслом сливочным	1/30/10	40,00	136,00	2,45	7,55	14,62	0,00
			400,00	468,80	11,15	18,05	65,37	9,58
	2-завтрак							
Сб.Москва 2016г. ТК №418	Сок натуральный	1/150	150,00	64,00	0,80	0,00	15,15	3,00
			150,00	64,00	0,80	0,00	15,15	3,00
	Обед							
Сб.Пермь 2001г. ТК №9	Салат из моркови	1/40	40,00	54,72	0,40	4,00	4,10	38,60
Сб.Пермь 2001г. ТК №35, п/ф "МУП КП" ТТК №1005-18	Суп из овощей с мясными фрикадельками со сметаной	1/250/12,5/10	272,5	136,80	4,70	6,60	13,60	4,60
ТТК №2006-19	Котлета рыбная "Рыбацкая" с маслом сливочным	1/70/5	75,00	97,50	10,50	4,10	4,10	2,29
Сб.Пермь 2001г. ТК №206	Картофельное пюре	1/150	150,0	160,50	3,10	6,06	23,30	3,00
Сб.Пермь 2001г. ТК №233	Кисель из плодово-ягодного экстракта	1/180	180,00	104,50	1,40	0,00	26,04	3,80
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/40	40,0	94,60	3,20	0,40	19,32	0,00
			757,50	648,62	23,30	21,16	90,46	52,29
	Полдник							
Промышленный выпуск	Кисломолочный напиток	1/200	200,00	112,52	5,60	6,38	8,18	3,00
Промышленный выпуск	Булка с посыпкой ИХЗ	1/50	50,00	153,00	3,6	4,20	37,80	0,00
			250,00	265,52	9,20	10,58	45,98	3,00
	Ужин							
Сб.Москва 2017г.ТК №7	Горячий бутерброд с маслом и сыром	1/50	50,00	157,00	5,58	8,32	14,84	0,06
Сб.Пермь 2001г. ТК №110	Омлет натуральный с маслом сливочным	1/145/5	150,00	255,00	15,20	16,90	3,50	0,09
Сб.Пермь 2001г. ТК №263	Чай с сахаром	1/180	180,00	43,80	0,10	0,00	10,80	0,01
	Фрукт (яблоко)	1/100	100,00	47,00	0,40	0,40	9,80	10,00
			480,00	502,80	21,28	25,62	38,94	10,01
				1949,74	65,73	75,41	255,90	77,88

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.Москва 2016г. ТК №101	Суп молочный с крупой(ячневая)	1/180	180,00	128,00	5,00	4,60	16,50	0,80
Сб.Пермь 2001г. ТК №264	Чай без сахара	1/180	180,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Сб.Москва 2016г. ТК №2	Бутерброд: батон с повидлом	1/30/10	40,00	113,00	1,80	2,80	20,00	0,08
			400,00	241,00	6,80	7,40	36,50	0,88
	2-й Завтрак							
	Фрукт (груша)	1/100	100,00	47,00	0,40	0,30	10,30	5,00
			100,00	47,00	0,40	0,30	10,30	5,00
	Обед							
ТТК №562-19	Салат "Карусель"	1/40	40,0	38,50	0,10	2,00	4,00	2,50
Сб.Пермь 2001г. ТК №34,ТТК №1005-18	Свекольник со сметаной и мясными фрикадельками	1/250/12,5/10	272,5	125,10	3,90	6,10	12,00	13,80
ТТК №490-19,п/ф "МУП КП"	Котлета куриная "Петушок"	1/70	70,00	105,70	9,50	5.30	5,10	0,40
Сб.Москва 2016г.ТК №367	Соус томатный с овощами	1/20	20,00	24,00	0,30	1,40	2,50	0,47
Сб.Москва 2017г.ТК №302	Каша гречневая рассыпчатая	1/120	120,00	195,00	6,80	4,80	30,90	0,00
Сб.Пермь 2001г. ТК №239	Компот из плодов или ягод сушёных(чернослив)	1/180	180,00	82,70	0,30	0,00	20,40	0,30
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/40	40,00	94,60	3,20	0,40	19,32	0,00
			742,50	665,60	24,10	20,00	94,22	17,47
	Полдник							
Промышленный выпуск	Кисломолочный напиток	1/200	200,00	112,52	5,60	6,38	8.18	3.00
Промышленный выпуск	Кондитерское изделие (Печенье сахарное)	1/50	50,00	235,00	3,80	4,90	37,20	0,00
			250,00	347,52	9,40	11,28	45,38	3,00
	Ужин							
ТТК №550-16	Салат "Свежесть"	1/40	40,00	27,00	0,50	2,02	1,60	8,40
Сб.Москва 2016г. ТК №221	Макароны запечённые с сыром	1/170	170,00	219,00	7,90	7,10	32,50	0,11
Сб.Пермь 2001г.ТК №256	Напиток из шиповника	1/180	180.00	42,00	0,6	0,00	18,90	18,00
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	40,0	94,60	3,2	0,40	19,32	0,00
Промышленный выпуск	Сушка "Малютка"	3/10	30,00	30,60	2,50	3,20	20.00	0,00
			460,00	413,20	14,70	12,72	92,32	26,51
				1714,32	55,40	32,10	278,72	49,86

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 №93	Каша овсяная из "Геркулес" жидкая с маслом сливочным	1/170/5	175,00	176,00	5,30	7,60	21,70	0,80
Сб.Пермь 2001г. ТК №254	Кофейный напиток	1/180	180,00	106,80	2,40	2,90	17,70	0,90
Сб Москва 2016г. ТК №9	Бутерброд: батон с колбасой варёной	1/30/15	45,00	109,60	4,30	3,60	14,69	0,00
			400,00	392,40	12,00	14,10	54,09	1,70
	2-й Завтрак							
Сб.Москва 2016г. ТК №389	Сок натуральный	1/150	150,00	64,00	0,8	0,00	15,15	3,00
			150,00	64,00	0,80	0,00	15,15	3,00
	Обед							
ТТК №3-07	Салат"Зайчик"	1/40	40,00	74,60	1,30	4,30	7,60	10,60
Сб.Пермь 2001г.ТК №37, п/ф "МУП КП" ТТК №1006-17	Суп картофельный с клёцками и куриными фрикадельками	1/200/12,5/20	232,5	137,00	10,09	4,30	14,50	5,30
П/ф "МУП КП" ТТК №510-19	Котлета "Нежная" с маслом сливочным	1/70/5	75,00	91,00	9,90	2,40	7,30	0,00
Сб.Пермь 2001г. ТК №200	Капуста тушёная	1/150	150,00	130,74	3,80	4,80	20,10	24,70
Сб.Пермь 2001г. ТК №239	Компот из плодов или ягод сушёных(изюм)	1/180	180,00	82,70	0,30	0,00	20,40	0,36
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/30	30,00	45,00	3,00	0,50	17,70	0,00
			707,50	561,04	28,39	16,30	87,60	40,96
	Полдник							
Промышленный выпуск	Кисломолочный напиток	1/210	210	118,00	5,90	6,70	28,50	1,60
Промышленный выпуск	Кондитерское изделие (баранка)	1/45	45,00	46,80	3,70	3,60	27,18	0,00
			255,00	164,80	9,60	10,30	55,68	1,60
	Ужин							
П/ф "МУП КП" ТТК №907-18	Сырники из творога со сгущённым молоком	2/60/30	150,00	265,20	21,25	2,46	39,50	0,56
ТТК №721-15	Чай с молоком без сахара	1/200	200,00	87,10	2,20	1,60	13,30	0,50
	Фрукт(банан)	1/100	100,00	96,00	1,5	0,50	21,00	10,00
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	40,00	94,60	3,20	0,40	19,32	0,00
			490,00	542,90	28,15	4,96	93,12	11,06
				1725,14	78,94	45,66	305,64	58,32

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 №91	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	1/175/5	180,00	214,00	6,50	7,08	30,90	0,00
Сб.Пермь 2001г. ТК №260	Чай с сахаром и лимоном	1/180	180,00	56,00	0,10	0,01	13,70	2,80
Сб.Москва 2016г. ТК №3	Бутерброд: батон с сыром	1/30/10	40,00	123,50	4,20	6,10	24,50	0,08
			400,00	393,50	10,80	13,19	69,10	2,88
	2-й Завтрак							
	Фрукт (яблоко)	1/100	100,00	47,00	0,40	0,40	9,80	10,00
			100,00	47,00	0,40	0,40	9,80	10,00
	Обед							
Сб.Москва 2004г. ТК №576	Помидор свежий	1/40	40,00	9,06	0,44	0,08	1,14	10,00
Сб.Пермь 2001г. ТК №56	Щи из свежей капусты на мясном бульоне со сметаной	1/250/10	260,00	112,10	2,10	6,50	11,05	30,20
Сб.Пермь 2001г. ТК №163	Плов из отварной говядины	1/180	180,00	377,00	21,80	18,50	30,20	0,46
Сб.Пермь 2001г. ТК №233	Кисель из плодово-ягодного экстракта	1/180	180,00	104,50	1,40	0,00	26,04	3,80
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/40	40,0	94,60	3,20	0,40	19,32	0,00
			700,00	697,26	28,94	25,48	87,75	44,46
	Полдник							
Промышленный выпуск	Кисломолочный напиток	1/200	200,00	112,52	5,60	6,38	8,18	1,50
Промышленный выпуск	Булочка ИХЗ"Свердловская"	1/75	75,00	255,00	6,00	7,05	62,55	0,00
			275,00	367,52	11,60	13,43	70,73	1,50
	Ужин							
Сб.Москва 2004г. ТК №576	Огурец свежий	1/40	40,00	4,40	0,28	0,13	0,76	2,80
Сб.Москва 2012г.ТК №291	Запеканка картофельная с печенью	1/180	180,00	232,00	11,40	7,70	30,70	4,60
Сб.Пермь 2001г.ТК №261	Чай с молоком и сахаром	1/200	200,00	89,20	1,40	1,60	17,30	1,34
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	40,00	94,60	3,2	0,40	19,32	0,00
			460,00	420,20	16,28	9,83	68,08	8,74
				1925,48	68,02	62,33	305,46	67,58

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

День 6:
Неделя: вторая

№ Рецептур	Осень-Зима Наименование блюда	Выход	Объемы приемов пищи	Ккал	Б	Ж	У	С
	Завтрак							
Сб.Пермь 2001г.ТК №90	Каша манная молочная с маслом сливочным	1/175/5	180,00	194,80	5,40	7,00	27,20	9,30
Сб.Пермь 2001г.ТК №264	Чай без сахара	1/180	180,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Сб.Москва 2016г. ТК №2	Бутерброд: батон с повидлом	1/30/10	40,00	113,00	1,80	2,80	20,00	0,08
			400,00	307,80	7,20	9,80	47,20	9,38
	2-й Завтрак							
	Фрукт (апельсин)	1/100	100,00	43,00	0,9	0,20	8,10	60,00
			100,00	43,00	0,90	0,20	8,10	60,00
	Обед							
Сб.Москва 2016г. ТК №32	Салат из свеклы с сыром	1/40	40,00	53,30	1,90	3,80	2,90	3,30
Сб.Пермь 2001г.ТК №42	Суп крестьянский с крупой со сметаной	1/250/10	260,00	142,25	2,40	8,10	16,25	8,90
П/ф"МУП КП" ТТК №2013-19	Пельмени отварные с маслом сливочным	1/170	170,00	311,10	25,16	13,20	22,90	0,00
Сб.Пермь 2001г. ТК №239	Компот из плодов или ягод сушёных(чернослив)	1/180	180,00	82,70	0,30	0,00	20,40	0,36
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/40	40,00	94,60	3,20	0,40	19,32	0,00
			690,00	683,95	32,96	25,50	81,77	12,56
	Полдник							
Промышленный выпуск	Кисломолочный напиток	1/200	200,00	112,52	5,60	6,38	8,18	1,50
Промышленный выпуск	Кондитерское изделие (пряник)	1/50	50,00	173,00	3,20	4,05	37,80	0,00
			250,00	285,52	8,80	10,43	45,98	1,50
	Ужин							
П/ф "МУП КП"ТТК №2006-19	Котлета рыбная "Рыбацкая" с маслом сливочным (минтай)	1/70/5	75,00	97,50	10,50	4,10	4,10	2,29
Сб.Москва 2016г. ТК №334	Рис отварной с овощами	1/150	150,00	184,00	3,50	5,00	31,00	0,90
Сб.Пермь 2001г. ТК №263	Чай с сахаром	1/200	200,00	49,00	0,1	0,00	12,00	0,01
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	40,00	94,60	3,2	0,40	19,32	0,00
			465,00	425,10	17,30	9,50	66,42	3,20
				1745,37	58,36	45,00	203,49	86,64

Заместитель начальника отдела контроля 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 №99	Каша ячневая молочная вязкая	1/175/5	180,00	217,00	6,30	5,90	35,00	0,00
Сб.Пермь 2001г.ТК №248	Какао с молоком	1/180	180,00	138,50	3,40	3,50	23,30	0.24
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
			400,00	491,50	12,15	16,95	72,92	0,24
	2-й Завтрак							
Сб.Москва 2016г.ТК №418	Сок натуральный	1/150	150,00	64,00	0,80	0,00	15,15	3,00
			150,00	64,00	0,80	0,00	15,15	3,00
	Обед							
Сб.Москва 2016г. ТК №12	Салат из кукурузы консервированной	1/40	40,00	40,00	1,20	2,50	3,20	3,70
Сб.Пермь 2001г. ТК №25	Борщ из свежей капусты на мясном бульоне со сметаной	1/250/10	260,00	101,40	1,90	6,33	11,00	12,70
Сб.Пермь 2001г. ТК №153	Жаркое по-домашнему из отварной говядины	1/180	180,00	320,70	20,30	18,90	23,10	13,80
Сб.Пермь 2001г.ТК №256	Напиток из шиповника	1/180	180,00	42,00	0,60	0,00	18,90	18,00
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/40	40,00	94,60	3,20	0,40	19,32	0,00
			700,00	598,70	27,20	28,13	75,52	48,20
	Полдник							
Промышленный выпуск	Кисломолочный напиток	1/210	210	118,00	5,90	6,70	28,50	1,60
Промышленный выпуск	Булочка ИХЗ сдобная с повидлом	1/40	40,00	153,00	3,60	4,20	37,80	0,00
			250,00	271,00	9,50	10,90	66,30	1,60
	Ужин							
Сб.Москва 2017г.ТК №7	Горячий бутерброд с маслом и сыром	1/50	50,00	157,00	5,58	8,32	14,84	0,06
Сб.Пермь 2001г. ТК №110	Омлет натуральный с маслом сливочным	1/145/5	150,00	255,00	15,20	16,90	3,5	0,09
ТТК №710	Напиток из свежезамороженной ягоды(смородина)	1/180	180,00	80,00	0,09	0,00	21,00	2,00
	Фрукт(банан)	1/100	100,0	96,00	1,5	0,50	21,00	10,00
			480,00	588,00	22,37	25,72	60,34	12,15
				2013,20	72,02	81,70	290,23	65,19

Заместитель начальника отдела надзора за
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 2001.ТК №91	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	1/175/5	180,00	214,00	7,50	6,50	31,80	0,00
Сб.Пермь 2001.ТК №254	Кофейный напиток	1/180	180,00	106,80	2,40	2,90	17,70	0,90
Сб.Москва 2016г. ТК №1	Бутерброд: батон с сыром	1/30/10	40,00	123,50	4,20	6,10	12,90	0,08
			400,00	444,30	14,10	15,50	62,40	0,98
	2-й Завтрак							
	Фрукт (яблоко)	1/100	100,00	47,00	0,40	0,40	9,80	10,00
			100,00	47,00	0,40	0,40	9,80	10,00
	Обед							
Сб.Москва 2004г. ТК №576	Огурец консервированный	1/40	40,00	5,20	0,32	0,05	0,90	2,00
Сб.Москва 2012г. ТК №87	Суп картофельный с рыбными консервами	1/250	250,0	175,00	8,60	8,30	14,10	9,00
П/ф "МУПКП " ТТК №526-19	Колобок мясной(тефтеля) с маслом сливочным	1/70/5	75,00	120,00	12,00	5,70	5,70	2,15
Сб.Пермь 2001г. ТК. №194	Макаронные изделия отварные	1/150	150,00	211,00	5,40	5,30	35,00	0,00
Сб.Пермь 2001г. ТК. №233	Кисель из плодово-ягодного экстракта	1/180	180,00	104,50	1,40	0,00	26,04	3,80
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/40	40,0	94,60	3,20	0,40	19,32	0,00
			735,00	710,30	30,92	19,75	101,06	16,95
	Полдник							
Промышленный выпуск	Кисломолочный напиток	1/200	200,00	112,52	5,60	6,38	8,18	1,50
Промышленный выпуск	Кондитерское изделие (печенье овсяное)	1/50	50,00	218,50	3,3	7,20	35,90	0,00
			250,00	331,02	8,90	13,58	44,08	1,50
	Ужин							
Сб.Москва 2016г. ТК №204	Запеканка со свежими плодами	1/160	160,00	198,40	4,20	4,40	35,30	0,46
Сб.Москва 2016г. ТК №376	Соус ягодный	1/30	30,00	79,00	0,10	0,30	19,50	0,90
ТТК №721-15	Чай с молоком без сахара	1/200	200,00	87,10	2,20	1,60	13,30	0,50
Промышленный выпуск	Кондитерское изделие(мармелад)	1/30	30,00	96,00	0,0	0,00	23,80	0,00
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	40,00	94,60	3,2	0,40	19,32	0,00
			460,00	555,10	9,70	6,30	111,22	1,86
				2087,72	64,0	55,53	328,56	31,29

Заместитель [illegible] Управления Роспотребнадзора по [illegible]
подпись
ФИО

День 9:
Неделя: вторая
Сезон:Осень-Зима

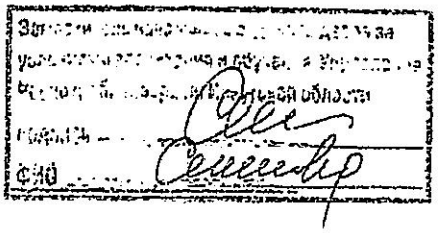
№ Рецептур	Наименование блюда	Выход	Объемы приемов пищи	Ккал	Б	Ж	У	С
	Завтрак							
Сб.Пермь 2001г. ТК №98	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	1/175/5	180,00	184,50	4,50	5,80	28,60	0,59
Сб Пермь 2001г. ТК №261	Чай с молоком и сахаром	1/180	180,00	80,00	1,30	1,40	15,60	1.60
Сб Москва 2016г. ТК №2	Бутерброд:батон с повидлом	1/30/10	40,00	113,00	1,8	2,80	20,00	0,08
			400,00	377,50	7,60	10,00	64,20	2,27
	2-й Завтрак							
	Фрукт (груша)	1/100	100,00	47,00	0,40	0,30	10,30	5,00
			100,00	47,00	0,40	0,30	10,30	5,00
	Обед							
ТТК №4-07	Закуска свекольная	1/40	40,0	50,00	0,73	3,06	4,70	2.30
Сб.Москва 2012г. ТК №81,ТК №115, ТК №1005-18	Суп картофельный с бобовыми мясными фрикадельками и гренками	1/250/12,5/20	282,5	153,00	10,80	6,60	36,10	5,80
Сб.Пермь 2001г. ТК №144	Рыба(горбуша) тушёная с овощами	1/70/30	100,000	114,25	10,40	5,80	5.40	2,60
Сб.Пермь 2001г. ТК №206	Картофельное пюре	1/150	150,0	160,50	3,10	6,06	23,30	3.00
Сб.Пермь 2001г. ТК №239	Компот из плодов или ягод сушёных(чернослив)	1/180	180,00	82,70	0,30	0,00	20,40	0,36
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/40	40,00	94,60	3,20	0,40	19,32	0,00
			792,50	655,05	28,53	21,92	109,22	14,06
	Полдник							
Промышленный выпуск	Кисломолочный напиток	1/200	200,00	112,52	5,60	6,38	8,18	1.50
Промышленный выпуск	Печенье сахарное	1/50	50,00	235,00	3,80	4,90	37,20	0,00
			250,00	347,52	9,40	11,28	45,38	1,50
	Ужин							
Сб.Москва 2012г. ТК №275	Сосиска отварная	1/50	50,00	130,00	5,50	11,95	0,20	0,00
Сб.Москва 2016г.ТК №367	Соус томатный с овощами	1/30	30,00	36,00	0,45	2,10	3,70	0,70
Сб Москва 2017г.ТК.№302	Каша гречневая рассыпчатая	1/150	150,00	244,00	8,3	6.00	38,60	0,00
Сб.Пермь 2001г. ТК №260	Чай с сахаром и лимоном	1/180	180,00	56,00	0,1	0,01	13,70	2,80
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	40,00	94,60	3,20	0,40	19,32	0,00
			450,00	560,60	17,75	20,46	75,52	3,50
				1987,67	63,68	63,96	304,62	26,33

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 №93	Каша овсяная из "Геркулес" жидкая с маслом сливочным	1/175/5	180,00	182,00	5,50	7,80	22,38	0,81
Сб.Пермь 2001г. ТК №263	Чай с сахаром	1/180	180,00	43,80	0,10	0,00	10,80	0,01
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
			400,00	361,80	8,05	15,35	47,80	0,82
	2-й Завтрак							
Сб Москва 2016г.ТК №418	Сок натуральный	1/150	150,00	64,00	0,8	0,00	15,15	3,00
			150,00	64,00	0,80	0,00	15,15	3,00
	Обед							
Сб.Москва 2016г.ТК №46	Винегрет овощной	1/40	40,00	37,00	5,40	2,40	3,06	4,10
Сб.Пермь 2001г. ТК №39, п/ф "МУП КП" ТК 1005-18	Суп картофельный с мясными фрикадельками	1/250/12,5	262,5	163,00	8,70	6,80	16,60	0,16
П/Ф "МУП КП " ТТК №2034-19	Котлета куриная "Борвинок" с маслом сливочным	1/70/5	75,00	129,00	10,80	8,70	1,80	0,75
ТТК №403/2	Гарнир "Забава"	1/150	150,00	200,00	5,40	4,40	34,20	0,00
Сб.Пермь 2001г. ТК №241	Компот из смеси сухофруктов	1/180	180	102,40	0,50	0,00	25,08	0,40
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/40	40,0	94,60	3,20	0,40	19,32	0,00
			747,50	726,00	34,00	22,70	100,06	5,41
	Полдник							
Промышленный выпуск	Кисломолочный напиток	1/200	200	112,52	5,60	6,38	8,18	1,50
Промышленный выпуск	Булочка ИХЗ "Славная"	1/75	75,00	255,00	6,00	7,05	62,55	0,00
			275,00	367,52	11,60	13,43	70,73	1,50
	Ужин							
П/Ф "МУП КП" ТТК №2054-19	Пудинг из творога с молоком сгущённым	1/130/30	160,00	397,00	18,63	20,00	46,50	0,56
Сб.Пермь 2001г.ТК №264	Чай без сахара	1/180	180,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Фрукт (апельсин)	1/100	100,00	43,00	0,90	0,20	8,10	60,00
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	40,00	94,60	3,2	0,40	19,32	0,00
			520,00	534,60	22,73	20,60	73,92	60,56
				2053,92	77,18	72,08	307,66	71,29

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

	НОРМА		ФАКТ*				
Калорийность завтраков 20% -25% рациона	360-450		415,08				
Калорийность 2 завтраков 5% рациона	90		90,95				
Калорийность обедов 30%-35 % рациона	540-630		633,61				
Калорийность полдников 10%-15% рациона	180-270		276,75				
Калорийность ужинов 20%-25% рациона	360-450		457,81	Б	Ж	У	С
			1829,21	60,1	61	252	55,76

Показатели физиологических потребностей :	К/кал	Б	Ж	У	С
Содержание белков ,жиров,углеводов в меню за 10 дней в % от калорийности	1829,21	13,0	30,00	56,00	54,00
норма СанПиН 2.4.1.3049-13	1800	от 12 до 15%	от 30 до 32%	от 55 до 58%	50