СОГЛАСОВАНО
Руководитель управления
РОСПОТРЕБНАДЗОРА
по Иркутской области
_____ А.Н.Пережогин
27.02.2019г.

Согласовано:
Заведующая МБДОУ № 96
_____

Утверждаю
Директор МУП "Комбинат питания
г.Иркутска"
В.Б.Беляев.
_____ 2019г.

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

День 1:
Неделя: первая
Сезон:Весна-Лето

№ Рецептур	Наименование блюда	Выход	Объемы приемов пищи	Ккал	Пищевые вещества			
					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	5,5	7,80	22,38	0,81
Сб.Пермь 2001г. ТК №263	Чай с сахаром	1/180	180,00	36,60	0,1	0,00	8,40	0,10
Сб.Москва 2016г. ТК №3	Бутерброд:батон с сыром	1/30/10	40,00	123,50	4,2	3,50	24,50	0,06
			400,00	**342,10**	**9,80**	**11,30**	**55,28**	**0,97**
	2-й Завтрак							
Сб.Пермь 2001г. ТК №251	Кисломолочный напиток(биойогурт)	1/150	1/150	125,00	3,70	3,30	17,60	1,10
			1/150	**125,00**	**3,70**	**3,30**	**17,60**	**1,10**
	Обед							
Сб.Москва 2004г. ТК №576	Огурец консервированный	1/40	40,00	0,64	5,3	0,10	0,00	2,10
Сб.Пермь 2001г. ТК №25	Борщ из свежей капусты на мясном бульоне со сметаной	1/250/10	260,00	104,16	1,90	6,33	10,05	12,40
Сб.Пермь 2001г. ТК №153	Жаркое по-домашнему из отварной говядины	1/180	180,00	320,70	20,30	20,97	23,10	13,80
Сб.Пермь 2001г. ТК №239	Компот из плодов или ягод сушёных (чернослив)	1/180	180,00	102,34	0,24	0,00	16,90	1,90
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/40	40,00	60,00	4,00	0,70	23,68	0,00
			700,00	**587,84**	**31,74**	**28,10**	**73,73**	**30,20**
	Полдник							
ТТК №721-15	Чай с молоком без сахара	1/200	200,00	103,00	3,50	3,00	15,00	1,60
Промышленный выпуск	Кондитерское изделие (зефир)	1/50	50,00	162,50	0,40	0,05	39,90	0,00
			250,00	**265,50**	**3,90**	**3,05**	**54,90**	**1,60**
	Ужин							
П/Ф "МУП.КП" ТТК №907-18	Сырники из творога с соусом ягодным (смородина)	2/60/30	150,00	385,00	27,00	8,80	46,00	0,58
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	0,80	0,30	8,00	60,00
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	40,00	94,60	3,2	0,40	19,32	0,00
			470,00	**522,60**	**31,00**	**9,50**	**73,32**	**60,58**
				1843,04	**80,14**	**55,25**	**274,83**	**94,45**

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

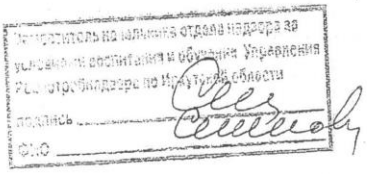
День 2:
Неделя: первая

№ Рецептур	Сезон:Весна-Лето Наименование блюда	Выход	Объемы приемов	Ккал	Пищевые вещества			
					Б	Ж	У	С
	Завтрак							
Сб.Пермь 2001г. ТК №91	Каша молочная пшеничная жидкая с маслом сливочным	1/175/5	180,00	212,00	5,80	7,30	30,80	0,00
Сб.Пермь 2001г. ТК №248	Какао с молоком	1/180	180,00	138,50	3,30	3,50	23,35	0,28
Сб.Москва 2016г. ТК №2	Бутерброд: батон с повидлом	1/30/10	40,00	128,30	2,80	1,12	32,50	0,06
			400,00	478,80	11,90	11,92	86,65	0,34
	2-завтрак							
	Фрукт(банан)	1/100	100,00	96,00	1,50	0,50	21,00	10,00
			100,00	96,00	1,50	0,50	21,00	10,00
	Обед							
Сб.Москва 2016г. ТК №37	Салат из свеклы с солёными огурцами	1/40	40,00	35,00	0,50	2,40	2,60	3,50
Сб.Пермь 2001г. ТК №37, п/ф "МУП КП" ТТК №1005	Суп картофельный с клёцками и мясными фрикадельками	1/200/20/12,5	232,5	155,50	8,69	6,92	13,83	14,56
П/Ф "МУП КП" ТТК №510	Котлета "Нежная" с маслом сливочным	1/70/5	75,00	174,98	12,90	13,70	7,80	0,60
Сб.Пермь 2001г. ТК №77	Рагу из овощей	1/150	150,00	174,87	2,70	10,88	16,51	8,43
Сб.Пермь 2001г. ТК №241	Компот из смеси сухофруктов	1/180	180,00	102,34	0,50	0,00	25,00	0,00
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/40	40,00	60,00	4,00	0,70	23,68	0,00
			717,50	702,69	29,29	34,60	89,42	27,09
	Полдник							
Сб.Пермь 2001г. ТК №255	Молоко кипячёное	1/200	200,00	117,20	5,60	6,30	9,30	2,50
Промышленный выпуск	Булочка ИХЗ "Свердловская"	1/75	75,00	255,00	6,0	7,05	62,55	0,00
			275,00	372,20	11,60	13,35	71,85	2,50
	Ужин							
ТТК №2006-18 ,сб.Москва 2016г, ТК №367	Тефтеля рыбная с соусом томатным с овощами	1/70/20	90,00	100,00	11,00	3,50	7,00	7,70
ТТК №403	Гарнир "Забава"	1/145/5	150,00	130,74	3,90	4,80	20,10	24,70
Сб.Пермь2001г. ТК №261	Чай с молоком и сахаром	1/180	180,00	69,70	1,10	1,70	13,75	0,39
Промышленый выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	40,00	94,60	3,20	0,40	19,32	0,00
			460,00	395,04	19,20	10,40	60,17	0,39
				2044,73	22,40	70,77	329,09	40,32

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

День 3:
Неделя: первая

№ Рецептур	Сезон:Весна-Лето Наименование блюда	Выход	Объемы приемов	Ккал	Пищевые вещества			
					Б	Ж	У	С
	Завтрак							
Сб.Пермь 2001г. ТК №90	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	1/175/5	180,00	200,00	5,60	7,00	28,00	10,30
Сб.Пермь 200г. ТК №260	Чай с сахаром и лимоном	1/180	180,00	56,00	0,10	0,01	18,40	3,10
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
			400,00	**392,00**	**8,15**	**14,56**	**61,02**	**13,40**
	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 №24	Салат из картофеля со свежим огурцом	1/40	40,00	38,60	0,66	1,77	5,00	0,72
Сб.Москва 2012г. ТК №81,ТК №115	Суп картофельный с бобовыми и гренками	1/200/25	225,00	199,85	6,70	8,20	27,65	4,65
П/ф "МУП КП" ТТК №490	Котлета куриная "Петушок" с маслом сливочным	1/70/5	75,00	128,20	7,10	7,14	10,29	0,40
Сб.Пермь 2001г. ТК №194	Макаронные изделия отварные	1/150	150,00	211,00	5,50	5,29	35,30	0,00
Сб.Пермь 2001г.ТК №233	Кисель из плодово-ягодного экстракта	1/180	180,00	116,19	1,40	0,00	29,02	3,15
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/40	40,00	60,00	4,00	0,70	23,68	0,00
			710,00	**753,84**	**25,36**	**23,10**	**130,94**	**8.92**
	Полдник							
Сб.Пермь 2001г. ТК №251	Кисломолочный напиток(снежок)	1/200	200,00	166,40	4,90	4,40	23,40	1,50
Промышленный выпуск	Кондитерское изделие (печенье овсяное)	1/50	50,00	218,50	3,30	7,20	35,90	0,00
			250,00	**384,90**	**8,20**	**11,60**	**59,30**	**1,50**
	Ужин							
Сб.Москва 2004г. ТК №576	Огурец свежий	1/40	40,00	1,10	1,10	0,20	3,80	25,00
Сб.Пермь 2001г. ТК №110	Омлет натуральный с маслом сливочным	1/155/5	160,00	188,00	16,90	26,50	4,40	0,23
Сб.Пермь 2001г. ТК № 256	Напиток из плодов шиповника	1/180	180,00	35,15	0,5	0,00	15,78	15,00
	Фрукт(груша)	1/100	100,00	92,00	0,4	0,30	2,80	5,00
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	40,00	94,60	3,20	0,40	19,32	0,00
			520,00	**410,85**	**22,10**	**27,40**	**46,10**	**45,23**
				2005,59	**64,61**	**76,66**	**253,21**	**70,55**



День 4:
Неделя: первая

№ Рецептур	Сезон:Весна-Лето Наименование блюда	Выход	Объемы приемов пищи	Ккал	Б	Ж	У	С
	Завтрак							
Сб.Пермь 2001г. ТК №98	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	1/170/5	175,00	184,50	4,50	5,80	28,60	0,59
Сб.Пермь 2001г. ТК №254	Кофейный напиток	1/180	180,00	118,68	2,80	3,19	19,71	0,90
Сб.Москва 2016г. ТК №9	Бутерброд: батон с колбасой	1/30/15	45,00	77,00	3,84	6,70	0,45	0,00
			400,00	**380,18**	**11,14**	**15,69**	**48,76**	**1,49**
	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							
ТТК 020	Салат из отварной моркови с яблоком	1/40	40,00	38,40	0,30	3,06	2,50	2,90
Сб.Пермь 2001г. ТК №56	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне со сметаной	1/250/10	260,00	198,70	3,70	10,70	12,40	29,00
Сб.Пермь 2001г.ТК №152	Гуляш из отварной говядины	1/80	80,00	303,50	21,50	23,10	5,20	0,80
Сб.Пермь 2001г. ТК №260	Картофельное пюре	1/150	150,00	160,40	3,20	11,10	23,29	3,13
Сб.Пермь 2001г. ТК №239	Компот из плодов или ягод сушёных(изюм)	1/180	180,00	68,90	0,24	0,00	16,90	1,90
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/40	40,00	60,00	4,00	0,70	23,68	0,00
			750,00	**829,90**	**32,94**	**48,66**	**83,97**	**37,73**
	Полдник							
Сб.Пермь 2001г. ТК №251	Кисломолочный напиток(биойогурт)	1/200	200	166,40	4,90	4,40	23,40	1,50
Промышленный выпуск	Кондитерское изделие (пряник)	1/50	50,00	173,00	3,20	4,05	37,80	0,00
			250,00	**339,40**	**8,10**	**8,45**	**61,20**	**1,50**
	Ужин							
Сб.Москва 2004г.ТК №719	Пельмени отварные с маслом сливочным	1/150/5	155,00	430,00	15,00	25,00	33,00	0,50
ТТК №710	Напиток из свежезамороженной ягоды(смородина)	1/200	200,00	88,50	0,10	0,00	23,30	2,01
	Фрукт(апельсин)	1/100	100,00	43,00	0,80	0,30	8,00	2,30
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	40,00	94,60	3,2	0,40	19,32	0,00
			495,00	**656,10**	**19,10**	**25,70**	**83,62**	**4,81**
				2269,58	**72,08**	**90,05**	**231,50**	**48,53**

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

День 5:
Неделя: первая

№ Рецептур	Сезон:Весна-Лето Наименование блюда	Выход	Объемы приемов пищи	Ккал	Б	Ж	У	С
	Завтрак							
Сб.Пермь 2001г. ТК №99	Каша ячневая с маслом сливочным	1/175/5	180,00	217,00	6,30	5,80	35,00	0,00
Сб.Пермь 2001г. ТК №261	Чай с молоком и сахаром	1/180	180,00	78,52	1,26	1,44	16,50	0,47
Сб.Москва 2016г. ТК №3	Бутерброд:батон с сыром	1/30/10	40,00	123,50	4,20	3,50	24,50	0,07
			400,00	419,02	11,76	10,74	76,00	0,54
	2-й Завтрак							
	Фрукт (банан)	1/100	100,00	96,00	1,50	0,40	22,00	10,00
			100,00	96,00	1,50	0,40	22,00	10,00
	Обед							
Сб.Москва 2016г.ТК №46	Винегрет овощной	1/40	40,00	51,70	0,50	4,05	3,30	3,60
Сб.Пермь 2001г. ТК №35,п/ф "МУП КП" ТТК №1006	Суп из овощей со сметаной и куриными фрикадельками	1/250/12,5/10	272,50	117,25	2,20	6,17	13,98	4,65
Сб.Пермь 2001г. ТК №144	Рыба(горбуша) тушёная с овощами	1/70/30	100,00	134,00	12,00	6,60	6,10	2,80
Сб.Пермь 2001г. ТК №192	Рис припущенный	1/150	150,0	215,00	3,60	5,50	37,50	1,50
Сб.Пермь 2001г. ТК №239	Компот из плодов или ягод сушёных(курага)	1/180	180,00	68,90	0,24	0,00	16,90	1,90
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/40	40,00	60,00	4,00	0,70	23,68	0,00
			782,50	646,85	22,54	23,02	101,46	14,45
	Полдник							
Сб.Пермь 2001г.ТК №255	Молоко кипячёное	1/210	210,00	117,31	5,60	6,38	9,38	2,60
Промышленный выпуск	Булочка ИХЗ (сдобная с повидлом)	1/40	40,00	153,00	3,60	4,20	37,80	0,00
			250,00	270,31	9,20	10,58	47,18	2,60
	Ужин							
Сб.Москва 2016г. ТК №308	Запеканка картофельная с печенью	1/170	170,00	252,00	12,80	10,00	24,00	4,00
Сб.Пермь 2001г. ТК №263	Чай с сахаром	1/200	200,00	33,60	0,10	0,01	8,40	0,01
Промышленный выпуск	Сушка"Малютка"	1/50	50,00	166,00	5,50	0,60	10,30	0,00
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	40,00	94,60	3,2	0,40	19,30	0,00
			460,00	546,20	21,60	11,01	62,00	4,01
				1978,38	66,60	55,75	308,64	31,60

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

День 6:
Неделя: вторая

№ Рецептур	Весна-Лето 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	200,00	5,60	7,00	28,00	10,30
ТТК №721-15	Чай с молоком без сахара	1/180	180,00	87,24	2,80	1,43	13,20	0,50
Сб.Москва 2016г. ТК №2	Бутерброд:батон с повидлом	1/30/10	40,00	128,30	2,80	1,12	32,50	0,06
			400,00	415,54	11,20	9,55	73,70	10,86
	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 2004г. ТК №612	Маринад овощной	1/40	40,00	56,60	0,72	4,08	4,00	1,30
Сб.Москва 2012г. ТК №87	Суп картофельный с рыбными консервами	1/250	250,00	167,25	8,60	8,40	14,33	9,11
П/Ф "МУП КП" ТТК №526 Сб.Москва 2016г. ТК №367	Тефтеля мясная(колобок) с соусом томатным с овощами	1/70/20	90,00	189,00	14,60	13,36	2,80	0,40
Сб.Москва 2004г. Табл 510	Каша гречневая вязкая	1/150	150,00	186,00	5,70	8,60	28,20	0,00
Сб.Пермь 2001г.ТК №233	Кисель из плодово-ягодного экстракта	1/180	180,0	116,19	1,40	0,00	29,02	4,2
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/40	40,00	60,00	4,00	0,70	23,68	0,00
			750,00	775,04	35,02	35,14	102,03	15,01
	Полдник							
Сб.Пермь 2001г. ТК №251	Кисломолочный напиток(снежок)	1/200	200	166,40	4,90	4,40	23,40	1,50
Промышленный выпуск	Кондитерское изделие (печенье сахарное)	1/50	50,00	235,50	3,80	4,90	37,20	0,00
			250,00	401,90	8,70	9,30	60,60	1,50
	Ужин							
ТТК №825-18	Вареники с творогом с маслом сливочным	1/150/5	155,00	305,00	18,00	4,40	23,00	0,60
Сб.Пермь 2001г. ТК №264	Чай без сахара	1/200	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Фрукт(яблоко)	1/100	100,00	44,00	0,4	0,40	10,00	0,00
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	40,00	94,60	3,2	0,40	19,32	0,00
			495,00	443,60	21,60	5,20	52,32	0,60
				2100,08	68,62	49,89	243,20	29,47

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

День 7:
Неделя: вторая

№ Рецептур	Наименование блюда	Выход	Объемы приемов пищи	Ккал	Б	Ж	У	С
	Завтрак							
Сб.Пермь 2001г. ТК №91	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	1/175/5	180,0	214,00	7,50	6,50	31,80	0,00
Сб.Пермь 2001г. ТК №248	Какао с молоком	1/180	180,00	138,50	3,30	3,50	23,35	0,28
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	**488,50**	**13,25**	**17,55**	**69,77**	**0,28**
	2-й Завтрак							
	Фрукт(груша)	1/100	100,00	92,00	0,40	0,40	2,80	3,75
			100,00	**92,00**	**0,40**	**0,40**	**2,80**	**3,75**
	Обед							
Сб.Москва 2012г. ТК №54	Икра морковная	1/40	40,00	40,00	0,90	1,80	4,80	2,70
Сб.Пермь 2001г. ТК №38, п/ф"МУП КП" ТТК №1006	Суп картофельный с макаронными изделиями и куриными фрикадельками	1/250/12,5	262,50	166,70	4,90	4,00	14,30	0,09
Сб.Москва 2012г.ТК №275	Сосиска отварная	1/50	50,00	130,00	5,50	11,95	0,20	0,00
Сб.Пермь 2001г. ТК №108	Пюре из гороха с маслом сливочным	1/145/5	150,00	240,00	16,90	3,75	37,20	0,00
Сб.Пермь 2001г. ТК №241	Компот из смеси сухофруктов	1/180	180,00	102,34	0,50	0,00	25,00	0,00
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/40	40,00	60,00	4,00	0,70	23,68	0,00
			722,50	**739,04**	**31,80**	**21,50**	**100,38**	**0,09**
	Полдник							
Сб.Пермь 2001г. ТК №251	Кисломолочный напиток(биойогурт)	1/200	200	166,40	4,90	4,40	23,40	1,50
Промышленный выпуск	Булочка ИХЗ с посыпкой	1/50	50,00	153,00	3,60	4,20	37,80	0,00
			250,00	**319,40**	**8,50**	**8,60**	**61,20**	**1,50**
	Ужин							
Сб.Москва 2016г. ТК №308	Запеканка картофельная с мясом	1/170	170,00	251,80	12,80	10,00	27,30	4,03
Сб.Пермь 2001г. ТК №260	Чай с сахаром и лимоном	1/200	200,00	62,00	0,10	0,01	20	3,40
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	40,00	94,60	3,20	0,40	19,32	0,00
Промышленный выпуск	Кондитерское изделие (баранка)	1/45	45,00	170,00	8,0	0,50	35,00	0,00
			455,00	578,40	24,10	10,91	101,62	7,43
				2217,34	78,05	59,36	335,77	15,75

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

День 8:
Неделя: вторая
Сезон:Весна-Лето

№ Рецептур	Наименование блюда	Выход	Объемы приемов пищи	Ккал	Б	Ж	У	С
	Завтрак							
Сб.Пермь 2001г. ТК №44	Суп молочный с макаронными изделиями	1/180	180,00	140,84	5,00	5,50	15,75	0,80
Сб.Пермь 2001г. ТК №254	Кофейный напиток	1/180	180,00	94,95	2,80	3,19	19,71	0,90
Сб.Москва 2016г. ТК №3	Бутерброд:батон с сыром	1/30/10	40,00	123,50	4,20	3,50	24,50	0,07
			400,00	**358,49**	**12,00**	**12,19**	**59,96**	**1,77**
	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 2017. ТК №40	Салат картофельный с морковью и зелёным горошком	1/40	40,00	45,00	1,30	2,50	3,70	3,30
Сб.Пермь 2001г.ТК №34	Свекольник со сметаной на мясном бульоне	1/250/10	260,00	104,10	1,90	6,33	10,05	12,35
Сб.Пермь 2001г. ТК №163	Плов из отварной говядины	1/180	180,00	376,53	21,80	18,60	30,35	0,46
Сб.Пермь 2001г. ТК № 256	Напиток из плодов шиповника	1/180	180,00	42,00	0,60	0,00	18,90	18,00
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/40	40,00	60,00	4,00	0,70	23,68	0,00
			700,00	**627,63**	**29,60**	**28,13**	**86,68**	**34,11**
	Полдник							
Сб.Пермь 2001г. ТК №255	Молоко кипячёное	1/200	200,00	117,20	5,60	6,30	9,30	2,50
Промышленный выпуск	Кондитерское изделие (пряник)	1/50	50,00	173,00	3,2	4,05	37,80	0,00
			250,00	**290,20**	**8,80**	**10,35**	**47,10**	**2,50**
	Ужин							
ТТК №522	Котлета по-хлыновски с маслом сливочным	1/70/5	75,00	133,00	13,05	6,29	6,04	4,39
Сб.Пермь 2001г. ТК №77	Рагу из овощей	1/100	100,00	117,00	1,80	7,30	11,01	5,60
ТТК №710	Напиток из свежезамороженной ягоды(смородина)	1/180	180,00	79,60	0,09	0,00	21,00	1,80
	Фрукт (банан)	1/100	100,00	96,00	1,5	0,40	22,00	10,00
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	40,00	94,60	3,2	0,40	19,32	0,00
			495,00	**520,20**	**16,44**	**13,99**	**60,05**	**21,79**
				1860,52	**67,6**	**64,66**	**268,94**	**63,17**

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

День 9:
Неделя: вторая
Сезон:Весна-Лето

№ 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	189,00	4,60	6,00	29,00	0,57
ТТК №721-15	Чай с молоком без сахара	1/180	180,00	87,24	2,80	1,43	13,20	0,50
Сб.Москва 2016г. ТК №2	Бутерброд :батон с повидлом	1/30/10	40,00	128,30	2,8	1,12	32,50	0,06
			400,00	**404,54**	**10,20**	**8,55**	**74,70**	**1,13**
	2-й Завтрак							
	Фрукт(яблоко)	1/100	100,00	57,00	0,70	0,00	13,50	2,00
			100,00	**57,00**	**0,70**	**0,00**	**13,50**	**2,00**
	Обед							
Сб.Москва 2012г. ТК №31	Салат из свеклы с сыром	1/40	40,00	53,30	0,56	4,03	3,69	1,90
Сб.Пермь 2001г. ТК №33,п/ф"МУП КП" ТТК №1005	Рассольник "Ленинградский" со сметаной и мясными фрикадельками	1/250/12,5/10	272,5	183,00	12,60	17,20	34,00	8,90
П/ф"МУП КП" ТТК №2006-18,сб.Пермь 2001г,ТК №216	Котлета рыбная из минтая с соусом белым основным	1/70/30	100,00	156,00	10,70	6,00	14,80	0,40
Сб.Пермь 2001г. ТК №206	Картофельное пюре	1/150	150,00	160,40	3,20	6,06	23,29	3,13
Сб.Москва 2017г. ТК №342	Компот из свежих плодов(слива)	1/180	180,00	105,00	0,20	0,08	24,00	34,00
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/40	40,00	60,00	4,00	0,70	23,68	0,00
			782,50	**717,70**	**31,26**	**34,07**	**123,46**	**48,33**
	Полдник							
Сб.Пермь 2001г. ТК №251	Кисломолочный напиток(снежок)	1/200	200,00	166,40	4,90	4,40	23,40	1,10
Промышленный выпуск	Кондитерское изделие (печенье овсяное)	1/50	50,00	218,50	3,30	7,20	35,90	0,00
			250,00	**384,90**	**8,20**	**11,60**	**59,30**	**1,10**
	Ужин							
Сб.Москва 2001г. ТК №2/1	Салат из зелёного горошка с яйцом	1/40	40,00	47,10	0,60	2,70	0,52	1,20
Сб.Москва 2016г. ТК №221	Макароны запечённые с сыром	1/170	170,00	211,00	6,60	6,80	25,40	3,40
Сб.Пермь 2001г. ТК №263	Чай с сахаром	1/200	200,00	33,60	0,1	0,01	8,40	0,01
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	40,00	94,60	3,2	0,40	19,32	0,00
			450,00	**386,30**	**10,50**	**9,91**	**53,64**	**4,61**
				1950,44	**60,86**	**64,13**	**324,60**	**57,17**

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

День 10:
Неделя: вторая
Сезон:Весна-Лето

№ Рецептур	Наименование блюда	Выход	Объемы приемов пищи	Ккал	Б	Ж	У	С
	Завтрак							
ТТК №2016-18	Запеканка творожная со сгущённым молоком	1/130/30	160,00	323,70	20,20	7,90	36,00	0,20
Сб.Пермь 2001г. ТК №261	Чай без сахара	1/180	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
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	**459,70**	**22,65**	**15,45**	**50,62**	**0,20**
	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							
ТТК №552-16	Салат "Мазайка"	1/40	40,00	48,60	0,66	3,47	3,60	2,70
Сб.Пермь 2001г. ТК №39,п/ф"МУП КП" ТТК №1005	Суп картофельный с мясными фрикадельками	1/250/12,5	262,5	166,00	4,99	4,10	14,42	0,16
П/Ф"МУП КП" ТТК 517	Тефтеля куриная "Лунтик" с маслом сливочным	1/70/5	75,00	150,00	13,20	4,50	6,40	0,06
Сб.Пермь 2001г. ТК №200	Капуста тушёная	1/150	150,00	130,74	3,90	4,80	20,10	24,70
Сб.Пермь 2001г. ТК №241	Компот из смеси сухофруктов	1/180	180,0	102,34	0,50	0,00	25,00	0,00
Промышленный выпуск	Хлеб ржаной	1/40	40,00	60,00	4,00	0,70	23,68	0,00
			747,50	**657,68**	**23,25**	**16,87**	**69,52**	**27,62**
	Полдник							
Сб.Пермь 2001г. ТК №251	Кисломолочный напиток(биойогурт)	1/210	210	166,40	4,90	4,40	23,40	1,50
Промышленный выпуск	Булочка ИХЗ"Сладкая"	1/40	40,00	122,40	2,90	3,40	30,24	0,00
			250,00	**288,80**	**7,80**	**7,80**	**53,64**	**1,50**
	Ужин							
Сб.Москва 2004г. ТК №576	Помидор свежий	1/40	40,00	1,06	1,06	0,20	3,90	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 №260	Чай с сахаром и лимоном	1/180	180,00	56,00	0,10	0,01	18,40	3,10
	Фрукт(груша)	1/100	100,00	92,00	0,4	0,40	2,80	3,75
Промышленный выпуск	Хлеб пшеничный	1/40	40,00	94,6	3,2	0,4	19,32	0,00
			520,00	**531,66**	**21,66**	**27,51**	**48,82**	**32,08**
				2001,84	**76,16**	**67,63**	**237,75**	**64,40**

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

	НОРМА		ФАКТ*				
Калорийность завтраков 20% -25% рациона	360-450		443,42				
Калорийность 2 завтраков 5% рациона	90		96,60				
Калорийность обедов 30%-35 % рациона	540-630		599,14				
Калорийность полдников 10%-15% рациона	180-270		256,75				
Калорийность ужинов 20%-25% рациона	360-450		453,98	Б	Ж	У	С
			1828,88	54,0	60	261	52,41

Показатели физиологических потребностей :	К/кал	Б	Ж	У	С
Содержание белков ,жиров,углеводов в меню за 10 дней в % от калорийности	1828,88	12;0	30,00	57,00	52,41
норма СанПиН 2.4.1.3049-13	1800	от 12 до 15%	от 30 до 32%	от 55 до 58%	50

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