

Согласовано:

Заведующей МБДОУ № _____

" _____ " _____ г.

Утверждено:

Директор МБУ "Комбинат"

" 9 августа 2024 г.



Основное меню приготавливаемых блюд 1х недельное (пятнадцатидневное)

(5 приёмов пищи с углеводным подпитком)

Возрастная категория: от 1 года до 3-х лет

(с 12-ти часовым пребыванием)

2024 - 2025 год

Неделя: первая

Сезон: осень - зима

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевое вещество			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак						
Каша "Дружба"	150	4,33	9,88	18,13	180,76	№64 П.2001
Батон	25	1,93	0,75	12,02	62,55	Пром. выпуск
Сыр порционный	10	2,62	2,70	0,00	34,78	№7 М.2016
Чай с лимоном и сахаром	100	0,11	0,02	9,44	38,36	№54-3гн М2002
Итого за Завтрак	365	9,49	13,35	39,59	316,45	
2-й Завтрак						
Кефироплодная продукция в ассортименте	100	3,00	3,10	5,80	63,10	Пром. выпуск
Итого за 2-й Завтрак	100	3,00	3,10	5,80	63,10	
Обед						
Салат "Вешенки"	30	0,63	1,53	1,50	22,29	ГТК №2210
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,61	1,70	10,03	61,86	№88 М.2016
Котлета куриная п/ф МУП КП	70	8,70	16,50	22,80	274,50	ГТК №2313
Соус "Помидорка"	20	0,23	0,10	0,84	5,18	ГТК №2277
Каша гречневая вязкая	110	3,32	4,33	14,89	111,81	№182 М.2016
Напиток из смеси фруктов - плодовой сушеной	150	0,07	0,36	1,52	9,60	ГТК №2324
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	10,84	50,88	Пром. выпуск
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,70	34,24	Пром. выпуск
Итого за Обед	570	17,4	24,92	69,11	570,36	
Углеводный подпиток						
Вареники с творогом с маслом сливочным	150/5	7,75	6,62	22,10	178,98	ГТК № 925
Напиток из плодов вишневого	100	0,63	0,27	20,52	87,03	№619 П.2013
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,70	34,24	Пром. выпуск
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	10,84	50,88	Пром. выпуск
Фрукты свежие в ассортименте (яблоки)	100	0,90	0,40	8,10	39,60	Пром. выпуск
Итого за Углеводный подпиток	475	12,12	7,69	68,26	390,75	
Ужин						
Сок фруктовый в ассортименте (шл.уп)	200	0,90	0,62	20,20	89,98	Пром. выпуск
Хлебобулочное изделие (сушка)	10	1,10	0,74	7,70	41,86	Пром. выпуск
Итого за Ужин	210	2,00	1,36	27,90	131,84	
Итого за день		44,01	50,42	210,67	1472,48	

День: 12

Неделя: первая

Сезон: осень - зима

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак						
Какао маковых молочных жидкая	150	4,78	6,7	19,63	139,94	№88 М 2001
Батон	25	1,93	0,75	12,02	62,55	Пром. выпуск
Пончике порциман	10	0,03	0,00	6,50	26,12	ГТК №2263
Чай с молоком и сахаром	180	2,70	2,34	14,40	89,46	№34-4п М 2016
Итого за Завтрак	365	9,44	7,79	52,55	318,07	
2-й Завтрак						
Фруктовое пюре в ассортименте (вид. уткавона)	125	0,50	0,75	12,30	57,95	Пром. выпуск
Итого за 2-й Завтрак	125	0,50	0,75	12,30	57,95	
Обед						
Салат "Хрустяк"	30	1,29	3,66	6,90	65,70	ГТК №2309
Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной	150/10	1,45	5,83	7,00	86,27	№62 М 2016
Соты "Куриная Ряба"	60	1,17	8,18	2,25	87,30	ГТК № 2318
Картофельное пюре	110	2,25	3,65	15,00	101,85	№339 М 2016
Кисель из свежесморожковой ягоды	150	0,24	0,81	21,10	92,65	ГТК №2257
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	10,84	50,88	Пром. выпуск
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,70	34,24	Пром. выпуск
Итого за Обед	650	9,24	22,53	69,79	618,89	
Успокоительный полдник						
Омлет натуральный свежий (огурец)	30	0,30	0,04	0,61	4,00	№71 М 2017
Макаронные изделия отварные с сыром	150	7,92	10,13	32,4	252,45	ГТК №2133
Напиток из свежесморожковой ягоды (горячий или охлажденный)	180	0,13	0,06	11	45,06	ГТК №2097
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	10,84	50,88	Пром. выпуск
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,05	51,36	Пром. выпуск
Кондитерское изделие (пирожки сливочные)	40	2,40	1,90	36,00	146,70	Пром. выпуск
Итого за Успокоительный полдник	450	14,23	12,65	94,9	550,45	
Ужин						
Мороженое ванильное	150	4,57	4,12	8,39	88,92	№419 М 2016
Кондитерское изделие (печенье сахарное)	10	0,56	1,98	11,16	64,66	Пром. выпуск
Итого за Ужин	160	5,13	6,10	19,55	153,58	
Итого за день		38,56	49,82	249,09	1598,94	

День: 3

Неделя: первая

Сезон: осень - зима

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевое вещество			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак						
Каша молочная кукурузная жидкая	150	5,44	3,81	21,67	160,73	№91 П 2004
Батон	25	1,93	0,75	12,02	62,55	Пром. выпуск
Сыр порционный	10	2,62	2,70	0,00	34,78	№ 7, М 2016
Кофейный напиток с молоком	180	2,81	2,43	12,80	84,31	№414 М 2016
Итого за Завтрак	365	12,80	11,69	46,49	342,37	
2-й завтрак						
Кисломолочная продукция в ассортименте	100	3,00	3,10	5,80	63,10	Пром. выпуск
Итого за 2-й завтрак	100	3,00	3,10	5,80	63,10	
Обед						
Салат из свеклы с сыром	30	1,56	2,72	2,16	39,36	№32 М 2016
Суп картофельный на мясном бульоне с бобовыми	150	3,3	5,33	9,79	100,33	№87 М 2016
Гренок из пшеничного хлеба	10	1,24	0,25	7,60	37,61	№123 М 2016
Гуляш из свиного мяса	60	7,71	7,14	1,98	103,02	№266, Москва 2017
Книга пшеничная валяная	110	3,00	0,34	22,20	103,80	№321 М 2016
Компот из замороженной смеси	150	0,53	0,22	14,48	62,02	ГТК №2140
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	10,84	50,88	Пром. выпуск
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,70	34,24	Пром. выпуск
Итого за Обед	550	20,18	16,4	75,75	531,32	
Уютный полдник						
Зеленый горошек консервированный (порционно)	30	0,93	0,06	1,95	12,06	№131, 133 М 2017
Вареники с картофелем с мясом свиным	150/5	8,50	6,62	22,08	181,90	№126 М 2016
Чай с сахаром	150	0,04	0,01	7,00	28,24	№14-2 М 2022
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	10,84	50,88	Пром. выпуск
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,70	34,24	Пром. выпуск
Фрукты свежие в ассортименте (яблоко)	100	1,50	0,70	21,80	96,30	Пром. выпуск
Итого за Уютный полдник	475	13,81	7,79	69,57	403,62	
Ужин						
Сок фруктовый в ассортименте (вишня)	200	0,90	0,62	20,20	89,98	Пром. выпуск
Кондитерское изделие (печенье овсяное)	20	1,30	3,78	20,30	120,42	Пром. выпуск
Итого за Ужин	220	2,20	4,40	40,50	210,40	
Итого за день		51,99	43,38	238,11	1550,81	

День: 4

Период: первая

Сезон: осень - зима

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак						
Пудинг из творога с соусом шоколадным	130/20	9,41	16,67	17,37	203,15	ТТК №2054 ТТК №2162
Батон	25	1,93	0,75	12,02	62,55	Пром. выпуск
Молоко ванильное порционное	5	0,04	5,62	0,06	50,98	№6 М 2016
Чай без сахара	180	0,36	0,09	0,07	2,53	№610 М 2016
Итого за Завтрак	360	11,74	17,13	29,52	339,21	
2-й Завтрак						
Сок фруктовый в ассортименте (инд.эт)	200	0,90	0,62	20,20	89,98	Пром. выпуск
Итого за 2-й Завтрак	200	0,9	0,6	20,2	89,98	
Обед						
Овощи натуральные свежие (пакетиров)	30	0,33	0,06	1,14	6,42	№71 М 2017
Ци из свежей капусты с картофелем со сметаной	150/10	1,1	4,33	5,42	65,05	№73 М 2016
Котлеты рубленные	50	7,61	6,07	9,99	130,43	№299 М 2016
Соус "Фирменный"	20	0,23	0,07	0,84	4,91	ТТК № 2278
Макаронные изделия отварные	110	4,06	4,37	19,46	133,41	№335 М 2016
Компот из яблок	150	0,12	0,33	19,90	83,05	№54-32 М 2022
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	10,84	50,88	Пром. выпуск
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,70	34,24	Пром. выпуск
Итого за Обед	560	16,29	16,23	74,29	508,39	
Уютный полдник						
Каша "Ячменная"	150	6,25	9,46	27,86	221,76	ТТК № 2183
Напиток из свежемороженой ягоды (горячий или охлажденный)	180	0,13	0,06	11,00	45,06	ТТК № 2097
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,40	68,48	Пром. выпуск
Фрукты свежие в ассортименте (инд.эт)	100	0,90	0,40	8,10	39,60	Пром. выпуск
Итого за Уютный полдник	470	9,92	10,42	60,36	374,90	
Ужин						
Чай с молоком без сахара	150	1,02	0,92	10,80	55,56	ТТК №721
Кондитерское изделие (мармелад)	10	0,00	0,00	11,00	44,00	Пром. выпуск
Итого за Ужин	160	1,02	0,92	21,80	99,6	
Итого за день		39,87	45,32	206,17	1393,04	

День: 5

Неделя: первая

Сезон: осень - зима

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак						
Каша молочная пшеничная жидкая	150	4,42	5,33	22,41	155,29	№96 М 2001
Батон	25	1,93	0,75	12,02	62,55	Пром. выпуск
Повидло порционными	10	0,03	0,00	6,50	26,12	ГТК №2265
Каша с мяском	180	3,15	3,26	15,57	104,22	№116 М 2016
Итого за Завтрак	365	9,53	9,34	56,50	348,18	
2-й завтрак						
Фрукты свежие в ассортименте (яблоко)	100	1,50	0,70	21,00	96,30	Пром. выпуск
Итого за 2-й завтрак	100	1,50	0,70	21,00	96,30	
Обед						
Салат из моркови	30	0,4	0,3	3,5	18,30	№42 М 2016
Суп варено-фруктовый с фруктовыми	150/14	4,81	3,6	10,9	95,24	№87 М 2016
Рыба, тушеная в сметанном соусе	60	4,60	6,90	2,93	92,32	№ 266, М 2016
Рис припущенный	116	2,71	3,64	26,91	151,24	№933 М 2016
Напиток из смеси фруктово - плодовой сушеной	150	0,07	0,36	1,52	9,60	ГТК №2324
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	10,84	50,88	Пром. выпуск
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,70	34,24	Пром. выпуск
Итого за Обед	554	18,43	15,20	63,30	451,72	
Уплотнитель пудинг						
Котлета "Домашняя" №Ф МУП КП	70	8,68	7,84	8,05	157,48	ГТК № 2063
Соус "Помидоры"	20	0,23	0,1	0,84	5,18	ГТК № 2237
Каша рисовая	110	2,2	4,68	1,04	49,68	№ 143, Москва 2016
Напиток из свежемороженой ягоды (сладкий или сахарный)	180	0,13	0,06	11,00	45,06	ГТК №2097
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	10,84	50,88	Пром. выпуск
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,70	34,24	Пром. выпуск
Булочка овсяная в ассортименте	50	4,40	1,40	25,20	131	Пром. выпуск
Итого за Уплотнитель пудинг	470	18,48	13,88	63,67	453,52	
Ужин						
Чай с мяском без сахара	150	1,02	0,92	10,80	55,56	ГТК №721
Кондитерское изделие (печенье сахарное)	10	0,56	1,98	11,16	64,66	Пром. выпуск
Итого за Ужин	160	1,58	2,90	21,96	120,22	
Итого за день		46,52	42,02	226,43	1469,94	

День 6

Неделя вторая

Сезон осень - зима

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак						
Каши молочная кукурузная жидкая	150	5,44	5,81	21,67	160,73	№21 П 2001
Безов	25	1,93	0,75	12,02	62,55	Пром. выпуск
Сыр порционный	10	2,62	2,70	0,00	34,78	№7 М 2016
Чай с лимоном и сахаром	180	0,11	0,02	9,44	38,36	№54-2 М 2022
Итого за Завтрак	365	10,1	9,28	43,13	296,42	
2-й завтрак						
Сок фруктовый в ассортименте (вид уг)	200	0,90	0,62	20,20	89,98	Пром. выпуск
Итого за 2-й завтрак	200	0,90	0,62	20,20	89,98	
Обед						
Оладьи натуральные слоеные (оладьи)	30	0,3	0,04	0,61	4	№ 71, Москва 2017
Суп с рыбными консервами	150	5,00	5,88	8,6	107,32	№87 М 2012
Напиток "16 - хлыновский" п/ф МУП КЭ	70	5,6	21,84	5,32	240,24	ГТК №2152/1
Соус "Томатный"	20	0,23	0,10	0,84	5,18	ГТК №2277
Каши гречневая жидкая	110	3,32	4,33	14,89	111,81	№182 М 2016
Компот из компотной смеси	180	0,63	0,27	17,40	74,55	ГТК №2149
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	10,84	50,88	Пром. выпуск
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,70	34,24	Пром. выпуск
Итого за Обед	600	17,92	32,86	65,2	628,22	
Уплотненный полдник						
Зеленый горошек консервированный (порционный)	30	0,93	0,06	1,95	12,06	№131,133 М 2017
Омлет "Минутка"	150	8,25	18,83	15,87	265,95	ГТК №2155
Напиток из смеси фруктово - ягодной сушеный	180	0,09	0,43	1,82	11,51	ГТК №2324
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,4	68,48	Пром. выпуск
Булочка сладкая в ассортименте	50	4,40	1,40	25,20	131,00	Пром. выпуск
Итого за Уплотненный полдник	480	16,31	21,20	58,24	489,00	
Ужин						
Чай с молоком без сахара	150	1,02	0,92	10,80	55,56	ГТК №921
Хлебобулочные изделия (сушка)	10	1,10	0,74	7,70	41,86	Пром. выпуск
Итого за Ужин	160	2,12	1,66	18,50	97,42	
Итого за день		47,35	65,62	203,27	1601,0	

День: 7

Неделя: вторая

Сезон: осень - зима

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Нормативы
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак						
Каша манная молочная жидкая	150	4,78	4,70	19,63	139,94	№84 П 2001
Вауш	25	1,93	0,75	12,62	62,55	Пром. выпуск
Повидло формован	10	0,03	0,06	6,50	26,12	ТТК №2263
Чай с молоком и сахаром	180	2,70	2,24	14,40	80,46	№54-20 М 2016
Итого за Завтрак	365	9,44	7,79	52,55	318,07	
2-й завтрак						
Кисломолочная продукция в ассортименте	100	3,00	3,10	5,80	63,10	Пром. выпуск
Итого за 2-й завтрак	100	3,0	3,1	5,8	63,10	
Обед						
Салат "Зачем"	30	1,02	3,20	5,80	56,08	ТТК № 3
Сметанник на курином бульоне со сметаной	150/10	1,16	5,10	6,43	76,26	№34 П 2001
Соты "Курочка Ряба"	60	1,17	8,18	2,25	87,30	ТТК № 2110
Картофельное пюре	110	2,25	3,65	15,00	101,85	№309 М 2016
Нашпик из свежемороженой ягнзы (горячий или охлажденный)	180	0,13	0,06	11	45,06	ТТК № 2077
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	10,84	50,88	Пром. выпуск
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,70	34,24	Пром. выпуск
Итого за Обед	580	8,57	20,50	58,02	451,67	
Удотенный полдник						
Овощи натуральные свежие (помидор)	30	0,33	0,06	1,14	6,12	№71 М 2017
Макаронные изделия твердые с сыром	150	7,92	10,13	32,40	252,15	ТТК №2175
Нашпик из плодов шиповника	150	0,53	0,23	17,1	72,59	№519 П 2013
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	10,84	50,88	Пром. выпуск
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,70	34,24	Пром. выпуск
Фрукты свежие в ассортименте (яблоки)	100	0,90	0,40	8,10	39,60	Пром. выпуск
Итого за Удотенный полдник	470	12,52	14,22	76,28	456,18	
Ужин						
Молоко кипяченое	150	4,57	4,12	8,39	88,92	№419 М 2016
Кондитерское изделие (печенье овсяное)	20	1,30	3,78	20,30	120,42	Пром. выпуск
Итого за Ужин	170	5,87	7,90	28,69	209,34	
Итого за день		39,40	50,60	221,34	1498,36	

День: 8

Неделя: вторая

Сезон: осень - зима

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Эксп. №
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак						
Каша молочная овсяная жидкая	150	4,42	5,33	22,41	155,29	№96 П 2001
Вафон	25	1,93	0,75	12,02	62,55	Пром. выпуск
Молоко стерилизованное	5	0,04	5,62	0,06	50,98	№16 М 2013
Кофейный напиток с молоком	180	2,81	2,43	12,80	81,31	№414 М 2015
Итого за Завтрак	265	9,2	14,13	47,29	353,13	
2-й Завтрак						
Сок фруктовый в ассортименте (ябл.)	200	0,90	0,62	20,20	89,98	Пром. выпуск
Итого за 2-й Завтрак	200	0,90	0,62	20,20	89,98	
Обед						
Супат "Фасолька"	30	1,6	1,60	7,32	68,06	ГТК №2091
Расольник "Ленинградский" на курином бульоне со сметаной	150/10	1,33	3,25	10,5	76,57	№81 М 2016
"Плов "Детский"	150	16,92	14,83	30,08	321,47	ГТК №2259
Паштет из смеси фруктов - плодовой сушкой	150	0,07	0,36	1,52	9,60	ГТК №2324
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	10,84	50,88	Пром. выпуск
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,78	34,24	Пром. выпуск
Итого за Обед	530	22,76	21,44	66,96	560,84	
Уплотненный полдник						
Сырники из творога с соусом сладким "Сдобнички"	2160/20	8,12	9,57	36,35	264,01	ГТК №967 ГТК №2397
Напиток из свежемороженой ягоды (горичный или охлажденный)	150	0,11	0,05	9,20	37,60	ГТК №2097
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	10,84	50,88	Пром. выпуск
Вулучки сладкие в ассортименте	50	4,40	1,40	25,20	131,00	Пром. выпуск
Фрукты свежие в ассортименте (яблоко)	160	1,50	0,70	21,00	96,30	Пром. выпуск
Итого за Уплотненный полдник	460	15,68	11,88	102,39	579,86	
Ужин						
Чай с молоком без сахара	150	1,02	0,92	10,80	55,56	ГТК №921
Кондитерское изделие (маршмэлл)	10	0,00	0,00	11,00	44,00	Пром. выпуск
Итого за Ужин	160	1,02	0,92	21,80	99,56	
Итого за день		49,83	49,99	258,84	1683,4	

Цель: 9

Целевая группа

Сезон: осень - зима

Параметры блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак						
Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,18	4,58	14,83	117,26	№44 П 2001
Ватоп	25	1,93	0,75	12,02	62,55	Пром. выпуск
Сыр порционный	10	2,62	2,70	0,00	34,78	№7 М 2016
Чай с сахаром	180	0,05	0,01	8,4	33,89	№54-2 М 2022
Итого за Завтрак	365	8,78	8,04	35,25	248,48	
2-й завтрак						
Фрукты свежие в ассортименте (ашлысов)	100	0,90	0,40	8,10	39,60	Пром. выпуск
Итого за 2-й завтрак	100	0,90	0,40	8,10	39,60	
Обед						
Салат из овощей с яблоком	30	0,33	1,56	3,43	29,08	№36 М 2016
Суп картофельный на мясном бульоне с овощами	150/14	4,81	3,0	10,9	95,24	№89 М 2016
Каша пшеничная с маслом	150	9,93	15,68	20,32	262,12	УТК №2127-24ч
Кисель на свежемороженой ягоде	180	0,29	0,97	25,32	111,17	УТК №2257
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	10,84	50,88	Пром. выпуск
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,70	34,24	Пром. выпуск
Итого за Обед	564	18,20	22,21	77,51	582,73	
Узловый полдник						
Овощи натуральные створки (пюре)	30	0,33	0,66	1,14	6,42	№71 М 2017
Запеканка "Творожная" с соусом белым перченым	130/20	16,19	11,77	17,58	241,04	УТК №2111
Напиток из свежемороженой ягоды (горячий или охлажденный)	180	0,13	0,06	11,00	45,06	УТК №2097
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,40	68,48	Пром. выпуск
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	10,84	50,88	Пром. выпуск
Кондитерское изделие (печенье глазированный)	40	2,10	1,90	30,00	146,70	Пром. выпуск
Итого за Узловый полдник	460	23,23	14,43	83,96	558,55	
Ужин						
Молоко кипяченое	150	4,57	4,12	8,39	88,92	№419 М 2016
Кондитерское изделие (печенье сахарное)	10	0,56	1,98	11,16	64,66	Пром. выпуск
Итого за Ужин	160	5,13	6,10	19,55	153,58	
Итого за день		56,23	51,18	224,37	1582,94	

День: 10

Неделя: вторая

Сезон: осень - зима

Наименование блюда	Вес блюда	Цинковые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак						
Каша рисовая молочная жидкая	150	3,8	4,82	23,07	150,86	№98 М 2001
Ватоп	25	1,93	0,75	12,02	62,55	Пром. выпуск
Масло сливочное порциями	5	0,04	5,62	0,05	50,98	№6 М 2016
Креко и молоко	180	3,15	3,26	15,57	104,22	№416 М 2016
Итого за Завтрак	360	8,92	14,45	50,72	368,61	
2-й Завтрак						
Фруктовый пюре в ассортименте (инд. упаковка)	125	0,50	0,75	12,30	57,95	Пром. выпуск
Итого за 2-й Завтрак	125	0,50	0,75	12,30	57,95	
Обед						
Салат морков.- с сыром	30	1,80	4,22	5	65,18	ТТК №2302
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150/10	1,1	4,33	5,42	65,05	№73 М 2016
Финбазы	60	6,45	3,82	4,14	76,74	ТТК №2314
Соус "Фирменный"	20	0,23	0,07	0,84	4,91	ТТК 32278
Мягкотельное изделие говяжье	110	4,06	4,37	19,46	139,41	№335 М 2016
Компот из яблок	150	0,32	0,33	19,90	83,05	№64-32 М 2022
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	10,84	50,88	Пром. выпуск
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,70	34,24	Пром. выпуск
Итого за Обед	570	16,60	17,54	72,30	513,46	
Удольственный полдник						
Овощи натуральные свежие (огурцы)	30	0,30	0,04	0,61	4,00	№71 М 2017
Челныки отварные с маслом сливочным	150/5	8,21	13,87	19,86	237,11	№423 М 2016
Напиток из смеси фруктов (свеж. - жидкой сушеной)	180	0,09	0,43	1,82	11,51	ТТК №2321
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	10,84	50,88	Пром. выпуск
Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,70	34,24	Пром. выпуск
Булочки сдобная в ассортименте	50	4,40	1,40	25,20	131,00	Пром. выпуск
Итого за Удольственный полдник	485	15,84	16,14	65,03	468,74	
Ужин						
Чай с молоком без сахара	150	1,02	0,92	10,80	55,56	ТТК №221
Хлебобулочное изделие (сушка)	50	1,30	0,74	7,70	41,86	Пром. выпуск
Итого за Ужин	160	2,32	1,66	18,50	97,42	
Итого за день		43,98	50,54	218,85	1506,18	

Распределение в процентном отношении потребления пищевых веществ и энергии по приёмам пищи

	Доля суточной потребности в пищевых веществах и энергии, по приёмам пищи	Распределение в процентном отношении
Итого завтрак	280	20
Итого 2-й завтрак	70	5
Итого обед	490	35
Итого уплотнённый полдник	420	30
Итого ужин	140	10
ИТОГО	1400	100

Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах (суточная)

Показатели	Потребность в пищевых веществах	
	1-3 лет	
	Фактические значения по меню в среднем за день цикла	Рекомендуемые значения по меню в среднем за сутки
белки (г/сут)	42	42
жиры (г/сут)	47	47
углеводы (г/сут)	203	203
энергетическая ценность (ккал/сут)	1400	1400
витамин С (мг/сут)	45	45
витамин В1 (мг/сут)	0,8	0,8
витамин В2 (мг/сут)	0,9	0,9
витамин D	10	10
витамин А (рет. экв/сут)	450	450
кальций (мг/сут)	800	800
фосфор (мг/сут)	700	700
магний (мг/сут)	80	80
калий (мг/сут)	400	400
йод (мг/сут)	0,07	0,07
селен (мг/сут)	0,015	0,015
фтор (мг/сут)	1,4	1,4