

Циклическое десятидневное меню для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет, посещающих с 8-10 часовым пребыванием дошкольные образовательные учреждения, в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов питания.

1 день

Приложение № 2 к договору 8Б от 01.09.2022

г.

Сборн ик рецеп тур	№ технол о- гическо	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энергет и- ческая ценнос	Витамины						Минеральные вещества							
				Белки , г	Жир ы, г	Углев оды, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	
Завтрак																					
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180	7,2	8,3	35,0	262,4	0,1	0,5	0,0	0,1	0,1	0,1	123,7	33,8	168,3	1,7	241,1	9,1	0,0	
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7,0	62,0	0,0	0,0	0,1	0,2	0,2	0,0	4,4	2,3	13,2	0,2	19,9	0,0	0,0	
		ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,2	0,0	6,2	26,5	0,0	1,1	0,0	0,0	0,0	0,0	11,6	3,9	4,4	0,4	22,0	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:				10,6	12,4	48,2	350,9	0,1	1,6	0,1	0,3	0,3	0,1	139,7	40,0	185,9	2,3	283,0	9,1	0,0	
II Завтрак																					
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,4	0,4	9,8	47,0	0,0	10,0	0,0	0,6	0,0	0,0	16,0	8,0	11,0	2,2	278,0	2,0	0,0	
Итого за прием пищи:				0,4	0,4	9,8	47,0	0,0	10,0	0,0	0,6	0,0	0,0	16,0	8,0	11,0	2,2	278,0	2,0	0,0	
Обед																					
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10/1 0	5,0	7,7	11,0	179,0	0,0	3,4	0,2	0,7	0,0	0,0	26,7	16,1	62,1	0,9	288,4	4,6	0,0	
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,0	4,8	19,5	134,3	0,1	9,0	0,6	0,4	0,1	0,1	44,0	34,6	84,1	1,2	681,8	8,4	0,0	
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	13,0	12,0	3,4	173,5	0,1	0,2	0,0	1,9	0,4	0,1	52,8	38,1	185,6	0,8	339,4	107,4	0,5	
		ОВОЩИ(свежие, мороженые,консервированные),вк лючая соленые и квашеные,томат- пюре, зелень	30	0,3	0,0	0,7	5,2	0,0	0,8	0,0	0,0	0,0	0,0	8,3	5,0	8,6	0,2	56,4	0,0	0,0	
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,7	0,2	10,6	51,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	4,0	4,3	19,7	0,8	34,1	1,3	0,0	
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	2,4	11,7	0,3	18,4	0,0	0,0	
	039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,1	0,1	23,6	96,8	0,0	0,9	0,0	0,1	0,0	0,0	10,9	3,3	2,3	0,5	63,6	0,5	0,0	
Итого за прием пищи:				24,6	25,4	79,1	692,2	0,2	14,3	0,8	3,6	0,5	0,2	150,2	103,9	374,2	4,8	1 482,0	122,2	0,5	
Полдник																					
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	8,8	2,8	35,1	173,0	0,1	0,0	0,0	0,4	0,1	0,0	43,5	10,3	77,4	0,6	89,9	2,7	0,0	
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	6,0	4,4	9,8	99,0	0,1	1,1	0,1	0,0	0,0	0,2	214,0	23,5	151,1	0,2	306,3	18,9	0,0	
Итого за прием пищи:				14,8	7,2	44,9	272,0	0,2	1,1	0,1	0,4	0,1	0,2	257,5	33,8	228,5	0,8	396,2	21,6	0,0	
Всего за день:				50,5	45,4	182,0	1 362,1	0,5	27,0	1,0	4,9	0,9	0,5	563,4	185,7	799,5	10,1	2 439,2	154,9	0,5	
Сбалансированность:				1	0,9	3,6															

3 день

Сборн ик рецеп тур	№ технол о- гическо	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энергет и- ческая ценнос	Витамины						Минеральные вещества							
				Белки , г	Жир ы, г	Углев оды, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Ғ, мг	
Завтрак																					
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	6,1	8,2	27,4	208,0	0,0	0,5	0,0	0,9	0,1	0,1	114,4	17,1	97,5	0,4	188,6	9,1	0,0	
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7,0	62,0	0,0	0,0	0,1	0,2	0,2	0,0	4,4	2,3	13,2	0,2	19,9	0,0	0,0	
	TK№035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,0	0,0	8,4	34,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	3,0	0,3	10,7	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:				9,3	12,3	42,8	304,0	0,0	0,5	0,1	1,1	0,3	0,1	128,5	22,7	113,7	0,9	219,2	9,1	0,0	
II Завтрак																					
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,9	0,2	18,2	77,4	0,0	3,6	0,0	0,0	0,0	0,0	12,6	7,2	12,6	2,5	216,0	1,8	0,0	
Итого за прием пищи:				0,9	0,2	18,2	77,4	0,0	3,6	0,0	0,0	0,0	0,0	12,6	7,2	12,6	2,5	216,0	1,8	0,0	
Обед																					
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	180/10/5	4,5	4,0	159,0	0,1	4,4	0,2	1,7	0,0	0,0	24,0	20,2	70,4	1,1	385,5	0,0	0,0	0,0	
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,7	1,9	11,0	78,7	0,0	10,4	1,1	0,4	0,0	0,0	62,7	30,1	57,3	1,1	230,7	5,5	0,0	
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	70	9,9	5,4	7,0	118,0	0,1	0,3	0,0	0,2	0,0	0,1	49,0	31,1	143,3	0,5	276,3	83,9	0,4	
		ОВОЩИ(свежие, мороженные,консервированные),вк лючая соленые и квашенные,томат- пюре, зелень	40	0,6	6,1	4,8	76,8	0,0	1,2	0,0	2,6	0,0	0,0	5,9	2,3	4,7	0,2	49,6	0,3	0,0	
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,0	0,1	6,4	31,0	0,0	0,0	0,0	0,3	0,0	0,0	2,4	2,6	11,8	0,5	20,4	0,8	0,0	
	TK№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,6	1,8	8,8	0,2	13,8	0,0	0,0	
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,0	0,0	14,0	55,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	8,0	1,7	0,0	0,0	1,0	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:				20,9	22,3	61,2	540,6	0,1	17,5	1,3	5,1	0,0	0,1	165,2	89,8	284,9	3,7	890,8	95,8	0,4	
Полдник																					
2012	454	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С ПОВИДЛОМ	60	11,1	9,5	26,6	238,4	0,0	0,7	0,3	1,9	0,1	0,1	103,5	22,3	133,1	1,0	158,9	3,4	0,0	
	TK№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,8	3,2	15,6	107,0	0,0	0,6	0,0	0,0	0,0	0,1	118,7	22,3	93,6	0,6	197,8	9,9	0,0	
Итого за прием пищи:				14,9	12,7	42,2	345,4	0,0	1,3	0,3	1,9	0,1	0,2	222,2	44,6	226,7	1,6	356,7	13,3	0,0	
Всего за день:				46,0	47,5	164,4	1 267,4	0,1	22,9	1,7	8,1	0,4	0,4	528,5	164,3	637,9	8,7	1 682,7	120,0	0,4	
Сбалансированность:				1	1,0	3,6															

5 день

Сборник рецептур	№ технологическо	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества							
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	F, мг	
Завтрак																					
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5,1	8,1	27,9	205,0	0,0	0,5	0,0	0,2	0,1	0,1	112,2	25,6	114,8	0,4	179,8	9,6	0,0	
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	4,3	5,5	9,3	82,5	0,0	0,0	0,1	0,3	0,3	0,0	5,9	3,1	17,6	0,3	26,5	0,0	0,0	
	TKN№035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,0	0,0	8,4	34,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	3,0	0,3	10,7	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:				9,4	13,6	45,6	321,5	0,0	0,5	0,1	0,5	0,4	0,1	127,8	32,0	135,4	1,0	217,0	9,6	0,0	
II Завтрак																					
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	2,9	0,4	0,0	0,0	0,1	32,4	16,2	29,2	0,4	441,0	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:				1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	2,9	0,4	0,0	0,0	0,1	32,4	16,2	29,2	0,4	441,0	0,0	0,0	
Обед																					
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	180	7,3	2,6	13,2	106,2	0,1	5,7	0,2	0,3	0,0	0,0	22,9	21,1	46,0	0,7	371,1	3,7	0,0	
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,0	3,4	19,4	121,8	0,1	0,0	0,0	1,1	0,0	0,0	12,2	7,5	40,8	0,9	62,9	0,8	0,0	
2008		БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ	60	23,9	19,5	14,3	282,4	0,0	0,6	0,0	2,4	0,1	0,1	50,9	23,0	137,9	1,5	195,9	6,8	0,1	
		ОВОЩИ(свежие, мороженые,консервированные),включая соленые и квашенные,томат-пюре, зелень	30	0,6	2,3	3,2	36,5	0,0	1,5	0,0	1,1	0,0	0,0	12,7	7,6	14,7	0,5	109,4	2,7	0,0	
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,7	0,2	10,6	51,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	4,0	4,3	19,7	0,8	34,1	1,3	0,0	
	TKN№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,9	0,8	12,9	66,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	4,3	3,0	14,7	0,3	23,1	0,0	0,0	
	TKN№035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,0	0,0	8,4	34,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	3,0	0,3	10,7	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:				27,9	28,8	82,0	697,9	0,2	7,8	0,2	5,4	0,1	0,1	116,8	69,9	276,8	5,1	807,1	15,3	0,1	
Полдник																					
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,3	2,5	32,0	190,1	0,1	0,0	0,0	0,8	0,0	0,0	11,3	7,1	38,7	0,5	58,2	1,0	0,0	
2008	435	РЯЖЕНКА	180	6,0	2,0	8,4	80,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	248,0	28,0	184,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:				10,3	4,5	40,4	270,1	0,2	1,0	0,0	0,8	0,0	0,0	259,3	35,1	222,7	0,5	58,2	1,0	0,0	
Всего за день:				48,6	47,1	185,8	1 367,4	0,4	12,2	0,7	6,7	0,5	0,3	536,2	153,1	664,0	6,9	1 523,2	25,9	0,1	
Сбалансированность:				1	1,0	3,8															

6 день

Сборник рецептур	№ технологическо	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества							
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	
Завтрак																					
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,1	8,1	27,9	205,0	0,0	0,5	0,0	0,2	0,1	0,1	112,2	25,6	114,8	0,4	179,8	9,6	0,0	
2012	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30	1,4	2,1	15,8	68,0	0,0	1,8	0,0	0,1	0,0	0,0	5,2	3,3	11,5	0,3	30,6	0,0	0,0	
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84,0	0,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,1	98,3	14,3	72,5	0,3	142,8	8,1	0,0	
Итого за прием пищи:				9,3	12,6	56,4	357,0	0,0	2,8	0,0	0,3	0,1	0,2	215,7	43,2	198,8	1,0	353,2	17,7	0,0	
II Завтрак																					
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,4	0,4	9,8	47,0	0,0	10,0	0,0	0,6	0,0	0,0	16,0	8,0	11,0	2,2	278,0	2,0	0,0	
Итого за прием пищи:				0,4	0,4	9,8	47,0	0,0	10,0	0,0	0,6	0,0	0,0	16,0	8,0	11,0	2,2	278,0	2,0	0,0	
Обед																					
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	180/10/5	5,6	8,3	10,3	141,0	0,0	5,6	0,2	1,6	0,0	0,0	34,6	20,2	59,0	1,2	299,0	5,3	0,0	
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,2	5,0	21,3	147,0	0,2	10,3	0,0	0,2	0,1	0,1	36,5	29,2	84,4	1,2	761,4	8,5	0,0	
2012	275	СОСИСКА ОТВАРНАЯ	55	10,1	3,2	6,0	94,1	0,1	0,1	0,0	0,3	0,0	0,1	25,5	31,3	137,3	0,6	263,5	90,0	0,4	
2008	364	СОУС ТОМАТНЫЙ №364	20	0,4	2,0	1,4	24,4	0,0	0,4	0,1	0,0	0,0	0,0	1,6	2,0	4,0	0,1	0,0	0,0	0,0	
		ОВОЩИ(свежие, мороженые,консервированные),включая соленые и квашенные,томат-пюре, зелень	30	0,7	1,9	3,5	34,6	0,0	6,2	0,0	0,8	0,0	0,0	17,4	5,1	9,7	0,3	68,9	0,9	0,0	
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,7	0,2	10,6	51,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	4,0	4,3	19,7	0,8	34,1	1,3	0,0	
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,9	0,8	12,9	66,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	4,3	3,0	14,7	0,3	23,1	0,0	0,0	
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,1	0,0	8,5	36,0	0,0	1,1	0,0	0,0	0,0	0,0	11,6	3,9	4,4	0,4	22,0	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:				23,7	21,3	74,6	594,1	0,3	23,7	0,3	3,4	0,1	0,2	135,6	99,1	333,2	5,0	1 471,9	106,0	0,4	
Полдник																					
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	60	2,8	7,2	29,0	165,6	0,0	6,0	0,0	1,1	0,2	0,0	25,8	10,5	47,0	0,8	111,5	2,7	0,0	
2012	401	РЯЖЕНКА	180	3,6	2,0	8,4	80,0	0,0	0,2	0,1	0,0	0,0	0,2	210,8	22,4	147,2	0,2	292,0	18,0	0,0	
Итого за прием пищи:				6,4	9,2	37,4	245,6	0,0	6,2	0,1	1,1	0,2	0,2	236,6	32,9	194,2	1,0	403,5	20,7	0,0	
Всего за день:				39,7	43,5	178,1	1 243,7	0,3	42,7	0,4	5,4	0,4	0,6	603,9	183,2	737,2	9,1	2 506,6	146,4	0,4	
Сбалансированность:				1	1,1	4,5															

7 день

Сборн ик рецеп тур	№ технол о- гическо	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энергет и- ческая ценнос	Витамины						Минеральные вещества							
				Белки , г	Жир ы, г	Углев оды, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	
Завтрак																					
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	180	3,5	3,3	24,7	173,0	0,0	0,8	0,0	0,4	0,1	0,1	158,7	29,1	143,5	0,5	250,7	14,0	0,0	
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	5,3	5,0	12,9	118,5	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	132,8	8,4	89,1	0,4	35,8	0,0	0,0	
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77,0	0,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,1	98,1	12,4	69,2	0,4	144,6	8,3	0,0	
Итого за прием пищи:				12,0	11,1	51,2	368,5	0,0	1,4	0,0	0,4	0,1	0,2	389,6	49,9	301,8	1,3	431,1	22,3	0,0	
II Завтрак																					
	ТК №002	ФРУКТЫ ЯБЛОКО/БАНАН/АПЕЛЬСИН	80	0,6	0,5	15,5	70,5	0,0	3,0	0,0	0,5	0,0	0,0	25,7	16,2	21,6	2,7	232,5	1,5	0,0	
Итого за прием пищи:				0,6	0,5	15,5	70,5	0,0	3,0	0,0	0,5	0,0	0,0	25,7	16,2	21,6	2,7	232,5	1,5	0,0	
Обед																					
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	180/15	3,6	4,5	20,0	164,0	0,1	3,7	0,2	3,3	0,0	0,0	35,1	29,6	77,2	1,8	400,8	3,5	0,0	
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,2	5,0	21,3	147,0	0,1	10,4	0,0	0,2	0,1	0,1	37,3	29,1	84,4	1,2	759,5	8,5	0,0	
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	40/40	12,3	15,1	4,0	202,2	0,0	0,8	0,0	2,6	0,0	0,1	12,4	14,9	107,2	1,6	254,4	5,1	0,0	
		ОВОЩИ(свежие, мороженые,консервированные),вк лючая соленые и квашеные,томат- пюре, зелень	30	0,3	0,0	1,0	5,6	0,0	1,6	0,0	0,0	0,0	0,0	8,3	5,0	15,1	0,4	56,4	1,2	0,0	
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,9	0,2	8,5	40,8	0,0	0,0	0,0	0,4	0,0	0,0	3,2	3,5	15,7	0,7	27,1	1,1	0,0	
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	2,4	11,7	0,3	18,4	0,0	0,0	
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,0	0,0	14,0	55,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0	0,2	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:				21,8	25,4	79,1	667,8	0,2	16,5	0,2	6,5	0,1	0,2	100,7	84,7	311,3	5,9	1 517,0	19,4	0,0	
Полдник																					
2012	472	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	50	2,1	9,7	41,1	195,0	0,1	0,0	0,0	0,1	0,0	0,1	36,3	8,8	67,5	0,4	68,4	1,4	0,0	
2008	435	РЯЖЕНКА	180	6,0	2,0	8,4	80,0	0,0	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	248,0	28,0	184,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:				8,1	11,7	49,5	275,0	0,1	1,0	0,0	0,1	0,0	0,1	284,3	36,8	251,5	0,4	68,4	1,4	0,0	
Всего за день:				42,5	48,7	195,3	1 381,8	0,4	21,9	0,2	7,5	0,3	0,6	800,3	187,6	886,2	10,3	2 249,1	44,5	0,0	
Сбалансированность:				1	1,1	4,6															

9 день

Сборн ик рецеп тур	№ технол о- гическо	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энергет и- ческая ценнос	Витамины						Минеральные вещества							
				Белки , г	Жир ы, г	Углев оды, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	F, мг	
Завтрак																					
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	63,0	0,0	0,0	0,1	0,8	0,9	0,2	19,8	4,3	69,1	0,9	56,0	8,0	0,0	
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ (ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ)	40	0,7	2,1	3,0	33,7	0,0	5,1	0,0	0,8	0,0	0,0	11,3	6,1	10,4	0,1	139,9	0,5	0,0	
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7,0	62,0	0,0	0,0	0,1	0,2	0,2	0,0	4,4	2,3	13,2	0,2	19,9	0,0	0,0	
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,1	0,0	8,5	36,0	0,0	0,6	0,0	0,0	0,0	0,0	9,6	2,9	2,2	0,2	12,2	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:				9,0	10,7	18,8	194,7	0,0	5,7	0,2	1,8	1,1	0,2	45,1	15,6	94,9	1,4	228,0	8,5	0,0	
II Завтрак																					
	ТК № 006	ФРУКТЫ ЯБЛОКО/БАНАН/АПЕЛЬСИН	80	1,5	0,5	21,0	96,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,1	7,2	37,8	25,2	0,5	348,0	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:				1,5	0,5	21,0	96,0	0,0	4,0	0,0	0,0	0,0	0,1	7,2	37,8	25,2	0,5	348,0	0,0	0,0	
Обед																					
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	180/10/5	5,6	8,3	10,3	141,0	0,0	5,6	0,2	1,6	0,0	0,0	34,6	20,2	59,0	1,2	299,0	5,3	0,0	
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	120	3,7	6,3	32,8	203,0	0,0	0,0	0,1	0,3	0,0	0,0	3,0	19,0	61,0	0,6	0,0	0,0	0,0	
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60	16,9	2,4	9,3	103,0	0,0	0,4	0,0	0,1	0,0	0,1	27,9	15,7	103,0	1,2	139,0	4,0	0,0	
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	30	0,4	1,6	1,9	23,5	0,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	4,9	3,3	5,9	0,1	38,0	0,1	0,0	
		ОВОЩИ(свежие, мороженные,консервированные),вк лючая соленые и квашеные,томат- пюре, зелень	30	0,3	0,0	1,0	5,6	0,0	1,6	0,0	0,0	0,0	0,0	8,3	5,0	15,1	0,4	56,4	1,2	0,0	
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,7	0,2	10,6	51,0	0,0	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	4,0	4,3	19,7	0,8	34,1	1,3	0,0	
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	2,4	11,7	0,3	18,4	0,0	0,0	
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,0	0,0	14,0	55,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0	0,2	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:				24,3	15,6	83,9	653,3	0,1	6,9	0,3	2,6	0,0	0,1	76,6	70,1	286,8	4,5	671,8	11,2	0,0	
Полдник																					
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	8,8	2,8	35,1	173,0	0,1	0,0	0,0	0,4	0,1	0,0	43,5	10,3	77,4	0,6	89,9	2,7	0,0	
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	6,0	4,4	9,8	99,0	0,1	1,1	0,1	0,0	0,0	0,2	214,0	23,5	151,1	0,2	306,3	18,9	0,0	
Итого за прием пищи:				14,8	7,2	44,9	272,0	0,2	1,1	0,1	0,4	0,1	0,2	257,5	33,8	228,5	0,8	396,2	21,6	0,0	
Всего за день:				49,6	34,0	168,7	1 216,0	0,3	17,7	0,6	4,8	1,2	0,6	386,4	157,4	635,4	7,2	1 644,0	41,3	0,0	
Сбалансированность:				1	0,7	3,4															

10 день

Сборник рецептур	№ технологического	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые			Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества							
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	
Завтрак																					
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	6,0	8,0	27,0	203,0	0,0	0,5	0,0	0,9	0,1	0,1	111,1	16,5	94,6	0,4	182,9	8,8	0,0	
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	6,9	10,0	69,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	87,4	5,4	56,0	0,4	27,2	0,0	0,0	
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,0	0,0	8,4	34,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	3,0	0,3	10,7	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:				9,4	14,9	45,4	306,0	0,0	0,5	0,0	0,9	0,1	0,1	208,2	25,2	153,6	1,1	220,8	8,8	0,0	
II Завтрак																					
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	4,3	0,1	0,0	0,0	0,1	8,1	19,4	24,3	0,4	273,6	0,0	0,0	
Итого за прием пищи:				1,0	0,2	17,8	78,0	0,0	4,3	0,1	0,0	0,0	0,1	8,1	19,4	24,3	0,4	273,6	0,0	0,0	
Обед																					
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10/5	6,0	4,4	16,0	159,9	0,1	6,6	0,2	0,7	0,0	0,0	24,9	22,0	67,4	1,0	463,0	5,3	0,0	
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,8	6,7	14,2	135,5	0,1	12,3	0,3	0,2	0,1	0,0	46,4	24,6	60,3	1,2	420,7	5,9	0,0	
2008	261	ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	50/50	17,9	7,8	7,2	172,8	0,2	12,9	5,8	1,5	0,3	1,4	22,2	20,3	253,8	5,5	341,2	8,3	0,0	
		ОВОЩИ(свежие, мороженые, консервированные), включая соленые и квашеные, томат-пюре, зелень	30	0,4	0,0	1,3	7,0	0,0	2,0	0,0	0,1	0,0	0,0	10,4	6,3	18,9	0,5	70,5	1,5	0,0	
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,0	0,1	6,4	31,0	0,0	0,0	0,0	0,3	0,0	0,0	2,4	2,6	11,8	0,5	20,4	0,8	0,0	
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,9	0,8	12,9	66,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	4,3	3,0	14,7	0,3	23,1	0,0	0,0	
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	180	0,3	0,1	33,1	133,5	0,0	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0	12,1	3,3	9,6	0,7	67,2	0,5	0,0	
Итого за прием пищи:				30,3	19,9	91,1	705,7	0,4	34,2	6,3	2,8	0,4	1,4	122,7	82,1	436,5	9,7	1 406,1	22,3	0,0	
Полдник																					
	ТК№019	ПРЯНИКИ / ПЕЧЕНЬЕ	40	3,6	2,8	45,0	148,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	5,9	4,9	27,0	0,5	42,6	0,0	0,0	
2008		АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ/ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ ЗЕЛЕНОЕ	80	0,9	0,2	8,1	43,0	0,0	60,0	0,0	0,2	0,0	0,0	34,0	13,0	23,0	0,3	197,0	2,0	0,0	
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77,0	0,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,1	98,1	12,4	69,2	0,4	144,6	8,3	0,0	
Итого за прием пищи:				7,7	5,8	66,7	268,0	0,0	60,5	0,0	0,2	0,0	0,1	138,0	30,3	119,2	1,2	384,2	10,3	0,0	
Всего за день:				48,4	40,9	221,0	1 357,7	0,4	99,5	6,4	3,9	0,5	1,7	477,0	157,0	733,6	12,4	2 284,6	41,4	0,0	
Сбалансированность:				1	0,8	4,6															

Заказчик
Заведующий МБДОУ "ВЦРР-детский сад №1"

М.П. Л.В. Зотьева

Исполнитель
ООО "Общепит"

М.П.

Н.П. Лащенко

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575858

Владелец Зотьева Лидия Владимировна

Действителен с 28.03.2022 по 28.03.2023