

СОГЛАСОВАНО

Исполнитель:

_____ Харламова Э.Р.

«__» _____ 20__г.

УТВЕРЖДАЮ

Заказчик:

_____ Т.Л. Зотова

«__» _____ 20__г.

Меню по организации питания

Примерное 10-дневное меню для организации питания детей в дошкольных учреждениях с 12ч - часовым пребыванием от 1 до 3 лет						
День 1 - ый						
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептур, сборник
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Блюда из круп,или овощное или яичное, или творожное блюдо	140/3					
Горячий напиток	180/6					
Бутерброды или гастрономические товары(порциями)	25/5					
Итого:	359	0,00	0,00	0,00	0,00	
2-ой ЗАВТРАК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	100					
Итого:	100	0,00	0,00	0,00	0,00	
ОБЕД						

Закуска (холодное блюдо) салат, или порционные свежие или консервированные овощи, включая соленые и квашеные, или бутерброды, или гастрономические товары (порциями)	30					
Суп (заправочный или картофельный с овощами, или с крупой, или с бобовыми, или с макаронными изделиями)	150/10					
Основные горячие блюда из рыбы, или мяса или птицы)	50					
Блюдо из круп, или овощей, или картофеля, или макаронных изделий, или бобовых	112					
Третье блюдо	150					
Хлеб пшеничный	15					
Хлеб ржаной	35					
Итого:	552	0,00	0,00	0,00	0,00	
ПОЛДНИК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	150					
Кондитерское или хлебобулочное изделие	10					
Итого:	160	0,00	0,00	0,00	0,00	
УЖИН						
Основные горячие блюда из рыбы, или мяса или птицы)	50					
Блюдо из круп, или овощей, или картофеля, или макаронных изделий, или бобовых	110					
Горячий напиток или третье блюдо	150/5					
Хлеб пшеничный	20					
Итого:	335	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	1506,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
День 2- ой						

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры, сборник
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Блюда из круп,или овощное или яичное,или творожное блюдо	140/3					
Горячий напиток	180/6					
Бутерброды или гастрономические товары(порциями)	25/5/5					
Итого:	364	0,00	0,00	0,00	0,00	
2-ой ЗАВТРАК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	125					
Итого:	125	0,00	0,00	0,00	0,00	
ОБЕД						
Закуска (холодное блюдо) салат, или порционные свежие или консервированные овощи,включая соленые и квашеные,или бутерброды,или гастрономические товары(порциями)	30					
Суп (заправочный или картофельный с овощами,или с крупой,или с бобовыми,или с макаронными изделиями)	150/10/5					
Основные горячие блюда из рыбы,или мяса или птицы)	30/20					
Блюдо из круп,или овощей,или картофеля,или макаронных изделий,или бобовых	110/3					
Третье блюдо	150					
Хлеб пшеничный	20					
Хлеб ржаной	35					

	Итого:	563	0,00	0,00	0,00	0,00	
ПОЛДНИК							
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки		150					
Кондитерское или хлебобулочное изделие		35					
	Итого:	185	0,00	0,00	0,00	0,00	
УЖИН							
Блюда из круп, или овощное или яичное, или творожное блюдо		100/30					
Горячий напиток или третье блюдо		150/5/5					
	Итого:	290	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ВСЕГО:	1527,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
День 3 - ий							
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры, сборник	
		белки	жиры	угл-ды	Ккал		
ЗАВТРАК							
Блюда из круп, или овощное или яичное, или творожное блюдо		140/4					
Горячий напиток		170/6					
Бутерброды или гастрономические товары(порциями)		25/5					
	Итого:	350	0,00	0,00	0,00	0,00	
2-ой ЗАВТРАК							
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки		100					
	Итого:	100	0,00	0,00	0,00	0,00	
ОБЕД							

Закуска (холодное блюдо) салат, или порционные свежие или консервированные овощи,включая соленые и квашеные,или бутерброды,или гастрономические товары(порциями)	30					
Суп (заправочный или картофельный с овощами,или с крупой,или с бобовыми,или с макаронными изделиями)	150/10					
Основное горячее блюдо с рыбой,или мясом,или птицей,с крупой,или овощами,или картофелем	150					
Третье блюдо	150					
Хлеб пшеничный	20					
Хлеб ржаной	35					
Итого:	545	0,00	0,00	0,00	0,00	
ПОЛДНИК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	150					
Кондитерское или хлебобулочное изделие	20					
Итого:	170	0,00	0,00	0,00	0,00	
УЖИН						
Основные горячие блюда из рыбы,или мяса или птицы)	50					
Блюдо из круп,или овощей,или картофеля,или макаронных изделий,или бобовых	110					
Горячий напиток или третье блюдо	150/5					
Хлеб пшеничный	20					
Итого:	335	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	1500	0,00	0,00	0,00	0,00	
	,					
День 4 - ый						

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	№ рецептуры, сборник
		белки	жиры	угл-ды		
ЗАВТРАК						
Блюда из круп,или овощное или яичное,или творожное блюдо	140/3					
Горячий напиток	180/6					
Бутерброды или гастрономические товары(порциями)	25/5/10					
Итого:	369	0,00	0,00	0,00	0,00	
2-ой ЗАВТРАК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	125					
Итого:	125	0,00	0,00	0,00	0,00	
ОБЕД						
Закуска (холодное блюдо) салат, или порционные свежие или консервированные овощи,включая соленые и квашеные,или бутерброды,или гастрономические товары(порциями)	30					
Суп (заправочный или картофельный с овощами,или с крупой,или с бобовыми,или с макаронными изделиями)	150/10					
Основное горячее блюдо с рыбой,или мясом,или птицей,с крупой,или овощами,или картофелем	150					
Третье блюдо	150					
Хлеб ржаной	35					
Итого:	525	0,00	0,00	0,00	0,00	
ПОЛДНИК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	150					

Кондитерское или хлебобулочное изделие	20					
Итого:	170	0,00	0,00	0,00	0,00	
УЖИН						
Блюда из круп,или овощное или яичное,или творожное блюдо	130					
Горячий напиток или третье блюдо	150/5					
Хлеб пшеничный	25					
Итого:	310	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	1499	0	0	0	0	
День 5 - ый						
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры, сборник
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Блюда из круп,или овощное или яичное,или творожное блюдо или молочный суп	180					
Горячий напиток	150/5					
Бутерброды или гастрономические товары(порциями)	25/5/5					
Итого:	370	0,00	0,00	0,00	0,00	
2-ой ЗАВТРАК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	100					
Итого:	100	0,00	0,00	0,00	0,00	
ОБЕД						
Закуска (холодное блюдо) салат, или порционные свежие или консервированные овощи,включая	30					

соленые и квашеные,или бутерброды,или гастрономические товары(порциями)						
Суп (заправочный или картофельный с овощами,или с крупой,или с бобовыми,или с макаронными изделиями)	150/10/5					
Основное горячее блюдо с рыбой,или мясом,или птицей,с крупой,или овощами,или картофелем	130/20					
Третье блюдо	150					
Хлеб ржаной	40					
Итого:	535	0,00	0,00	0,00	0,00	
ПОЛДНИК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	150					
Кондитерское или хлебобулочное изделие	15					
	165,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
УЖИН						
Кулинарное изделие с мясом	75					
Горячий напиток или третье блюдо	150/5/5					
Итого:	235	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	1405,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
День 6 - ый						
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры, сборник
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						

Блюда из круп,или овощное или яичное,или творожное блюдо	140/4					
Горячий напиток	170/6					
Бутерброды или гастрономические товары(порциями)	30					
Итого:	350	0,00	0,00	0,00	0,00	
2-ой ЗАВТРАК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	125					
Итого:	125	0,00	0,00	0,00	0,00	
ОБЕД						
Закуска (холодное блюдо) салат, или порционные свежие или консервированные овощи,включая соленые и квашеные,или бутерброды,или гастрономические товары(порциями)	30					
Суп (заправочный или картофельный с овощами,или с крупой,или с бобовыми,или с макаронными изделиями)	150/10/5					
Основные горячие блюда из рыбы,или мяса или птицы)	30/20					
Блюдо из круп,или овощей,или картофеля,или макаронных изделий,или бобовых	110					
Третье блюдо	150					
Хлеб ржаной	35					
Итого:	540	0,00	0,00	0,00	0,00	
ПОЛДНИК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	150					
Кондитерское или хлебобулочное изделие	35					
	185	0,00	0,00	0,00	0,00	
УЖИН						

Блюда из круп,или овощное или яичное,или творожное блюдо	100/30					
Горячий напиток или третье блюдо	150/5					
Итого:	285	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	1485	0,00	0,00	0,00	0,00	
День 7- ой						
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры, сборник
		белки	жиры	УГЛ-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Блюда из круп,или овощное или яичное,или творожное блюдо	140/3					
Горячий напиток	180//6					
Бутерброды	25/5					
гастрономические товары(порциями)	10					
Итого:	369	0,00	0,00	0,00	0,00	
2-ой ЗАВТРАК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	100					
Итого:	100	0,00	0,00	0,00	0,00	
ОБЕД						
Закуска (холодное блюдо) салат, или порционные свежие или консервированные овощи,включая соленые и квашеные,или бутерброды,или гастрономические товары(порциями)	30					

Суп (заправочный или картофельный с овощами,или с крупой,или с бобовыми,или с макаронными изделиями)	150/10					
Основные горячие блюда из рыбы,или мяса или птицы)	30/30					
Блюдо из круп,или овощей,или картофеля,или макаронных изделий,или бобовых	110					
Третье блюдо	150					
Хлеб ржаной	35					
Итого:	545	0,00	0,00	0,00	0,00	
ПОЛДНИК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	150					
Кондитерское или хлебобулочное изделие	15					
Итого:	165	0,00	0,00	0,00	0,00	
УЖИН						
Основные горячие блюда из рыбы,или мяса или птицы)	50					
Блюдо из круп,или овощей,или картофеля,или макаронных изделий,или бобовых	110/2					
Горячий напиток или третье блюдо	150/5/5					
Хлеб пшеничный	25					
Итого:	347	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	1526	0,00	0,00	0,00	0,00	
День 8 - ой						
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры, сборник
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	

ЗАВТРАК						
Блюда из круп,или овощное или яичное,или творожное блюдо	140/3					
Горячий напиток	180/6					
Бутерброды или гастрономические товары(порциями)	25/5					
Итого:	359	0,00	0,00	0,00	0,00	
2-ой ЗАВТРАК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	125					
Итого:	125	0,00	0,00	0,00	0,00	
ОБЕД						
Закуска (холодное блюдо) салат, или порционные свежие или консервированные овощи,включая соленые и квашеные,или бутерброды,или гастрономические товары(порциями)	30					
Суп (заправочный или картофельный с овощами,или с крупой,или с бобовыми,или с макаронными изделиями)	150/10/5					
Основные горячие блюда из рыбы,или мяса или птицы)	50					
Блюдо из круп,или овощей,или картофеля,или макаронных изделий,или бобовых	110/2					
Третье блюдо	150					
Хлеб ржаной	35					
Итого:	542	0,00	0,00	0,00	0,00	
ПОЛДНИК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	150					
Кондитерское или хлебобулочное изделие	20					
Итого:	170	0,00	0,00	0,00	0,00	
УЖИН						

Блюда из круп,или овощное или яичное,или творожное блюдо	130					
Горячий напиток или третье блюдо	150/5					
Хлеб пшеничный	25					
Итого:	310	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	1506	0,00	0,00	0,00	0,00	
День 9- ый						
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры, сборник
		белки	жиры	УГЛ-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Блюда из круп,или овощное или яичное,или творожное блюдо	140/3					
Горячий напиток	170/6					
Бутерброды или гастрономические товары(порциями)	25/5/5					
Итого:	354	0,00	0,00	0,00	0,00	
2-ой ЗАВТРАК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	100					
Итого:	100	0,00	0,00	0,00	0,00	
ОБЕД						
Закуска (холодное блюдо) салат, или порционные свежие или консервированные овощи,включая соленые и квашеные,или бутерброды,или гастрономические товары(порциями)	30					

Суп (заправочный или картофельный с овощами,или с крупой,или с бобовыми,или с макаронными изделиями)	150/10					
Основное горячее блюдо с рыбой,или мясом,или птицей,с крупой,или овощами,или картофелем	150					
Третье блюдо	150					
Хлеб ржаной	35					
Итого:	525	0,00	0,00	0,00	0,00	
ПОЛДНИК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	150					
Кондитерское или хлебобулочное изделие	20					
Итого:	170	0,00	0,00	0,00	0,00	
УЖИН						
Кулинарное изделие	75					
Горячий напиток или третье блюдо	150/5/5					
Итого:	235	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	1384	0,00	0,00	0,00	0,00	
День 10 - ый						
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры, сборник
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Блюда из круп,или овощное или яичное,или творожное блюдо	140/3					
Горячий напиток	180/6					
Бутерброды или гастрономические товары(порциями)	25/5					

Итого:	359	0,00	0,00	0,00	0,00	
2-ой ЗАВТРАК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	125					
Итого:	125	0,00	0,00	0,00	0,00	
ОБЕД						
Закуска (холодное блюдо) салат, или порционные свежие или консервированные овощи,включая соленые и квашеные,или бутерброды,или гастрономические товары(порциями)	30					
Основное горячее блюдо с рыбой,или мясом,или птицей,с крупой,или овощами,или картофелем	150/10/5					
Основное горячее блюдо из рыбы,мяса,или птицы,с крупой,или овощами,или картофелем	50					
Блюдо из круп,или овощей,или картофеля,или макаронных изделий,или бобовых	110					
Третье блюдо	150					
Хлеб ржаной	35					
Итого:	540	0,00	0,00	0,00	0,00	
ПОЛДНИК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	150					
Кондитерское или хлебобулочное изделие	15					
Итого:	165	0,00	0,00	0,00	0,00	
УЖИН						
Основное горячее блюдо с рыбой,или мясом,или птицей,с крупой,или овощами,или картофелем	150					
Горячий напиток или третье блюдо	150/5					
Хлеб пшеничный	20					
Итого:	325	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	1514	0,00	0,00	0,00	0,00	
ИТОГО за 10 дней:	14852,00	0,00	0,00	0,00	0,00	

ИТОГО в среднем за 1 день на 1 ребенка:	1485,2	0,00	0,00	0,00	0,00	
---	--------	------	------	------	------	--

Примерное 10-дневное меню для организации питания детей в дошкольных учреждениях с 12ч - часовым пребыванием от 3 до 7 лет						
День 1 - ый						
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры, сборник
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Блюда из круп,или овощное или яичное,или творожное блюдо	180/5					
Горячий напиток	180/6					
Бутерброды или гастрономические товары(порциями)	30/5					
Итого:	406	0,00	0,00	0,00	0,00	
2-ой ЗАВТРАК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	100					
Итого:	100	0,00	0,00	0,00	0,00	
ОБЕД						
Закуска (холодное блюдо) салат, или порционные свежие или консервированные овощи,включая соленые и квашеные,или бутерброды,или гастрономические товары(порциями)	50					

Суп (заправочный или картофельный с овощами,или с крупой,или с бобовыми,или с макаронными изделиями)	180/10					
Основные горячие блюда из рыбы,или мяса или птицы)	70					
Блюдо из круп,или овощей,или картофеля,или макаронных изделий,или бобовых	133					
Третье блюдо	180					
Хлеб пшеничный	25					
Хлеб ржаной	45					
Итого:	693	0,00	0,00	0,00	0,00	
ПОЛДНИК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	180					
Кондитерское или хлебобулочное изделие	20					
Итого:	200	0,00	0,00	0,00	0,00	
УЖИН						
Основные горячие блюда из рыбы,или мяса или птицы)	70					
Блюдо из круп,или овощей,или картофеля,или макаронных изделий,или бобовых	140					
Горячий напиток или третье блюдо	180/6					
Хлеб пшеничный	30					
Итого:	426	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	1825,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
День 2- ой						
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры, сборник
		белки	жиры	УГЛ-ДЫ	Ккал	

ЗАВТРАК						
Блюда из круп,или овощное или яичное,или творожное блюдо	180/3					
Горячий напиток	180/6					
Бутерброды или гастрономические товары(порциями)	30/5/5					
Итого:	409	0,00	0,00	0,00	0,00	
2-ой ЗАВТРАК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	180					
Итого:	180	0,00	0,00	0,00	0,00	
ОБЕД						
Закуска (холодное блюдо) салат, или порционные свежие или консервированные овощи,включая соленые и квашеные,или бутерброды,или гастрономические товары(порциями)	50					
Суп (заправочный или картофельный с овощами,или с крупой,или с бобовыми,или с макаронными изделиями)	180/10/5					
Основные горячие блюда из рыбы,или мяса или птицы)	50/25					
Блюдо из круп,или овощей,или картофеля,или макаронных изделий,или бобовых	130/3					
Третье блюдо	180					
Хлеб пшеничный	25					
Хлеб ржаной	45					
Итого:	703	0,00	0,00	0,00	0,00	
ПОЛДНИК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	180					
Кондитерское или хлебобулочное изделие	50					

Итого:	230	0,00	0,00	0,00	0,00	
УЖИН						
Блюда из круп,или овощное или яичное,или творожное блюдо	100/30					
Горячий напиток или третье блюдо	180/6/7					
Итого:	323	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	1845,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
День 3 - ий						
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры, сборник
		белки	жиры	УГЛ-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Блюда из круп,или овощное или яичное,или творожное блюдо	180/5					
Горячий напиток	180/6					
Бутерброды или гастрономические товары(порциями)	30/5					
Итого:	406	0,00	0,00	0,00	0,00	
2-ой ЗАВТРАК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	100					
Итого:	100	0,00	0,00	0,00	0,00	
ОБЕД						
Закуска (холодное блюдо) салат, или порционные свежие или консервированные овощи,включая соленые и квашеные,или бутерброды,или гастрономические товары(порциями)	50					

Суп (заправочный или картофельный с овощами,или с крупой,или с бобовыми,или с макаронными изделиями)	180/10					
Основное горячее блюдо с рыбой,или мясом,или птицей,с крупой,или овощами,или картофелем	150					
Третье блюдо	180					
Хлеб пшеничный	20					
Хлеб ржаной	45					
Итого:	635	0,00	0,00	0,00	0,00	
ПОЛДНИК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	180					
Кондитерское или хлебобулочное изделие	20					
Итого:	200	0,00	0,00	0,00	0,00	
УЖИН						
Основные горячие блюда из рыбы,или мяса или птицы)	70					
Блюдо из круп,или овощей,или картофеля,или макаронных изделий,или бобовых	140					
Горячий напиток или третье блюдо	180/6					
Хлеб пшеничный	30					
Итого:	426	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	1767	0,00	0,00	0,00	0,00	
День 4 - ый						
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры, сборник
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						

Блюда из круп,или овощное или яичное,или творожное блюдо	180/3					
Горячий напиток	180/6					
Бутерброды или гастрономические товары(порциями)	30/5/10					
Итого:	414	0,00	0,00	0,00	0,00	
2-ой ЗАВТРАК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	180					
Итого:	180	0,00	0,00	0,00	0,00	
ОБЕД						
Закуска (холодное блюдо) салат, или порционные свежие или консервированные овощи,включая соленые и квашеные,или бутерброды,или гастрономические товары(порциями)	50					
Суп (заправочный или картофельный с овощами,или с крупой,или с бобовыми,или с макаронными изделиями)	180/10					
Основное горячее блюдо с рыбой,или мясом,или птицей,с крупой,или овощами,или картофелем	150					
Третье блюдо	180					
Хлеб пшеничный	25					
Хлеб ржаной	45					
Итого:	640	0,00	0,00	0,00	0,00	
ПОЛДНИК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	180					
Кондитерское или хлебобулочное изделие	20					
Итого:	200	0,00	0,00	0,00	0,00	
УЖИН						
Блюда из круп,или овощное или яичное,или творожное блюдо	130					

Горячий напиток или третье блюдо	180/6					
Хлеб пшеничный	30					
Итого:	346	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	1780	0	0	0	0	
День 5 - ый						
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры, сборник
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Блюда из круп,или овощное или яичное,или творожное блюдо или молочный суп	180					
Горячий напиток	180					
Бутерброды или гастрономические товары(порциями)	30/5/5					
Итого:	400	0,00	0,00	0,00	0,00	
2-ой ЗАВТРАК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	100					
Итого:	100	0,00	0,00	0,00	0,00	
ОБЕД						
Закуска (холодное блюдо) салат, или порционные свежие или консервированные овощи,включая соленые и квашеные,или бутерброды,или гастрономические товары(порциями)	50					
Суп (заправочный или картофельный с овощами,или с крупой,или с бобовыми,или с макаронными изделиями)	180/10/5					
Основное горячее блюдо с рыбой,или мясом,или птицей,с крупой,или овощами,или картофелем	150/30					

Третье блюдо	180					
Хлеб ржаной	45					
Итого:	650	0,00	0,00	0,00	0,00	
ПОЛДНИК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	180					
Кондитерское или хлебобулочное изделие	20,00					
Итого:	200,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
УЖИН						
Кулинарное изделие с мясом	100					
Горячий напиток или третье блюдо	180/6/7					
Итого:	293	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	1643,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
День 6 - ый						
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры, сборник
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Блюда из круп, или овощное или яичное, или творожное блюдо	180/3					
Горячий напиток	180/6					
Бутерброды или гастрономические товары (порциями)	35					
Итого:	404	0,00	0,00	0,00	0,00	
2-ой ЗАВТРАК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	180					
Итого:	180	0,00	0,00	0,00	0,00	

ОБЕД						
Закуска (холодное блюдо) салат, или порционные свежие или консервированные овощи,включая соленые и квашеные,или бутерброды,или гастрономические товары(порциями)	50					
Суп (заправочный или картофельный с овощами,или с крупой,или с бобовыми,или с макаронными изделиями)	180/10/5					
Основные горячие блюда из рыбы,или мяса или птицы)	50/25					
Блюдо из круп,или овощей,или картофеля,или макаронных изделий,или бобовых	130					
Третье блюдо	180					
Хлеб ржаной	45					
Итого:	675	0,00	0,00	0,00	0,00	
ПОЛДНИК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	180					
Кондитерское или хлебобулочное изделие	50					
	230	0,00	0,00	0,00	0,00	
УЖИН						
Блюда из круп,или овощное или яичное,или творожное блюдо	100/30					
Горячий напиток или третье блюдо	180/6					
Итого:	316	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	1805	0,00	0,00	0,00	0,00	
День 7- ой						
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры, сборник

		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Блюда из круп,или овощное или яичное,или творожное блюдо	180/5					
Горячий напиток	180//6					
Бутерброды	30/5					
гастрономические товары(порциями)	10					
Итого:	416	0,00	0,00	0,00	0,00	
2-ой ЗАВТРАК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	100					
Итого:	100	0,00	0,00	0,00	0,00	
ОБЕД						
Закуска (холодное блюдо) салат, или порционные свежие или консервированные овощи,включая соленые и квашеные,или бутерброды,или гастрономические товары(порциями)	50					
Суп (заправочный или картофельный с овощами,или с крупой,или с бобовыми,или с макаронными изделиями)	180/10					
Основные горячие блюда из рыбы,или мяса или птицы)	35/35					
Блюдо из круп,или овощей,или картофеля,или макаронных изделий,или бобовых	140					
Третье блюдо	180					
Хлеб ржаной	45					
Итого:	675	0,00	0,00	0,00	0,00	
ПОЛДНИК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	180					
Кондитерское или хлебобулочное изделие	15					

Итого:	195	0,00	0,00	0,00	0,00	
УЖИН						
Основные горячие блюда из рыбы,или мяса или птицы)	70					
Блюдо из круп,или овощей,или картофеля,или макаронных изделий,или бобовых	130/3					
Горячий напиток или третье блюдо	160/6/7					
Хлеб пшеничный	30					
Итого:	406	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	1792	0,00	0,00	0,00	0,00	
День 8 - ой						
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры, сборник
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Блюда из круп,или овощное или яичное,или творожное блюдо	180/5					
Горячий напиток	180/6					
Бутерброды или гастрономические товары(порциями)	30/5					
Итого:	406	0,00	0,00	0,00	0,00	
2-ой ЗАВТРАК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	180					
Итого:	180	0,00	0,00	0,00	0,00	
ОБЕД						

Закуска (холодное блюдо) салат, или порционные свежие или консервированные овощи, включая соленые и квашеные, или бутерброды, или гастрономические товары (порциями)	50					
Суп (заправочный или картофельный с овощами, или с крупой, или с бобовыми, или с макаронными изделиями)	180/10/5					
Основные горячие блюда из рыбы, или мяса или птицы)	70					
Блюдо из круп, или овощей, или картофеля, или макаронных изделий, или бобовых	130/2					
Третье блюдо	180					
Хлеб ржаной	45					
Итого:	672	0,00	0,00	0,00	0,00	
ПОЛДНИК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	180					
Кондитерское или хлебобулочное изделие	20					
Итого:	200	0,00	0,00	0,00	0,00	
УЖИН						
Блюда из круп, или овощное или яичное, или творожное блюдо	150					
Горячий напиток или третье блюдо	180/6					
Хлеб пшеничный	30					
Итого:	366	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	1824	0,00	0,00	0,00	0,00	
День 9- ый						
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры, сборник

		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Блюда из круп,или овощное или яичное,или творожное блюдо	180/3					
Горячий напиток	180/6					
Бутерброды или гастрономические товары(порциями)	30/5/5					
Итого:	409	0,00	0,00	0,00	0,00	
2-ой ЗАВТРАК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	100					
Итого:	100	0,00	0,00	0,00	0,00	
ОБЕД						
Закуска (холодное блюдо) салат, или порционные свежие или консервированные овощи,включая соленые и квашеные,или бутерброды,или гастрономические товары(порциями)	50					
Суп (заправочный или картофельный с овощами,или с крупой,или с бобовыми,или с макаронными изделиями)	180/10					
Основное горячее блюдо с рыбой,или мясом,или птицей,с крупой,или овощами,или картофелем	180					
Третье блюдо	180					
Хлеб ржаной	45					
Итого:	645	0,00	0,00	0,00	0,00	
ПОЛДНИК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	180					
Кондитерское или хлебобулочное изделие	20					
Итого:	200	0,00	0,00	0,00	0,00	

УЖИН						
Кулинарное изделие	90					
Горячий напиток или третье блюдо	180/6/7					
Итого:	283	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	1637	0,00	0,00	0,00	0,00	
День 10 - ый						
Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры, сборник
		белки	жиры	угл-ды	Ккал	
ЗАВТРАК						
Блюда из круп,или овощное или яичное,или творожное блюдо	180/5					
Горячий напиток	180/6					
Бутерброды или гастрономические товары(порциями)	30/5					
Итого:	406	0,00	0,00	0,00	0,00	
2-ой ЗАВТРАК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	180					
Итого:	180	0,00	0,00	0,00	0,00	
ОБЕД						
Закуска (холодное блюдо) салат, или порционные свежие или консервированные овощи,включая соленые и квашеные,или бутерброды,или гастрономические товары(порциями)	50					
Основное горячее блюдо с рыбой,или мясом,или птицей,с крупой,или овощами,или картофелем	180/10/5					
Основное горячее блюдо из рыбы,мяса,или птицы,с крупой,или овощами,или картофелем	70					

Блюдо из круп,или овощей,или картофеля,или макаронных изделий,или бобовых	130					
Третье блюдо	180					
Хлеб ржаной	45					
Итого:	670	0,00	0,00	0,00	0,00	
ПОЛДНИК						
Сладкие блюда, или напитки, или молоко, или кисломолочные напитки	180					
Кондитерское или хлебобулочное изделие	20					
Итого:	200	0,00	0,00	0,00	0,00	
УЖИН						
Основное горячее блюдо с рыбой,или мясом,или птицей,с крупой,или овощами,или картофелем	180					
Горячий напиток или третье блюдо	180/6					
Хлеб пшеничный	30					
Итого:	396	0,00	0,00	0,00	0,00	
ВСЕГО:	1852	0,00	0,00	0,00	0,00	
ИТОГО за 10 дней:	17770,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ИТОГО в среднем за 1 день на 1 ребенка:	1777	0,00	0,00	0,00	0,00	

Перечень продукции

№	Наименование	Код КТРУ+
1	Хлеб пшеничный	10.71.11.110-00000004-00501
2	Хлеб дарницкий	10.71.11.110-00000002-00501
3	Хлеб ржано-пшеничный	10.71.11.110-00000002-00502
4	Батон из пшеничной муки	10.71.11.120-00000004-00501
		10.71.11.120-00000004-00502
5	Булочка, обогащенная микроэлементами	10.71.11.120-00000005-00501
6	Мука пшеничная	10.61.21.110-00000002-00501
		10.61.21.110-00000002-00502
7	Сухари панировочные	10.72.11.120-00000008-00501
8	Ватрушка с творогом	10.71.11.150-00000000-00501
9	Ватрушка с повидлом	10.71.11.150-00000000-00502
10	Сдоба обыкновенная	10.71.11.120-00000004-00503
11	Крупа гречневая	10.61.32.113-00000004-00501
		10.61.32.113-00000004-00502
12	Крупа кукурузная	10.61.32.117-00000003-00501
		10.61.32.117-00000003-00502
13	Крупа манная	10.61.31.111-00000001-00501
		10.61.31.111-00000001-00502
14	Крупа перловая	10.61.32.116-00000006-00501
		10.61.32.116-00000006-00502
15	Крупа пшеничная	10.61.31.110-00000001-00501
		10.61.31.110-00000001-00502
16	Пшено	10.61.32.114-00000005-00501
		10.61.32.114-00000005-00502

17	Рис	10.61.10.000-00000004-00501
		10.61.10.000-00000004-00502
18	Крупа ячневая	10.61.32.115-00000004-00501
		10.61.32.115-00000004-00502
19	Горох шлифованный	01.11.75.110-00000003-00501
		01.11.75.110-00000003-00502
		01.11.74.110-00000006-00502
20	Изделия макаронные	10.73.11.000-00000012-00501
		10.73.11.000-00000012-00502
		10.73.11.000-00000011-00501
		10.73.11.000-00000011-00502
		10.73.11.000-00000010-00501
		10.73.11.000-00000010-00502
		10.73.11.000-00000009-00501
10.73.11.000-00000009-00502		
21	Картофель	01.13.51.000-00000003-00501
22	Картофель свежий очищенный	10.31.12.000-00000000-00501
23	Капуста белокочанная свежая	01.13.12.120-00000003-00501
24	Капуста белокочанная свежая очищенная	10.39.14.000-00000000-00501
25	Капуста квашеная	10.39.17.190-00000000-00501
26	Лук репчатый	01.13.43.110-00000002-00501
27	Лук репчатый очищенный	10.39.14.000-00000000-00504
28	Морковь	01.13.41.110-00000004-00501
29	Морковь очищенная	10.39.14.000-00000000-00502
30	Свекла	01.13.49.110-00000004-00501

31	Свекла очищенная	10.39.14.000-00000000-00503
32	Огурцы свежие	01.13.32.000-00000004-00501
33	Помидоры свежие	01.13.34.000-00000005-00501
34	Кабачки свежие	01.13.39.110-00000003-00501
35	Лук свежий зеленый	01.13.43.190-00000003-00501
36	Зелень сушеная	10.39.13.000-00000000-00501
		10.39.13.000-00000000-00502
37	Овощи маринованные (капуста, огурцы)	10.39.18.110-00000000-00501
		10.39.18.110-00000000-00502
38	Апельсины	01.23.13.000-00000003-00501
39	Бананы	01.22.12.000-00000003-00501
40	Груши	01.24.21.000-00000002-00501
41	Лимоны	01.23.12.000-00000004-00501
42	Мандарины	01.23.14.000-00000003-00501
43	Яблоки	01.24.10.000-00000003-00501
44	Компотная смесь	10.39.25.134-00000000-00501
45	Курага	10.39.25.132-00000000-00501
46	Чернослив	10.39.25.132-00000000-00502
47	Изюм	10.39.25.131-00000000-00501
48	Шиповник сушеный	10.39.25.132-00000000-00503
49	Мясо - говядина (бескостное, замороженное)	10.11.31.110-00000003-00501
50	Мясо – говядина (лопаточная часть, охлажденное)	10.11.10.000-00000001-00501
51	Мясо – говядина (лопаточная часть, замороженное)	10.11.31.110-00000003-00502
52	Мясо – говядина в тушах, полутушах и четвертинах	10.11.31.110-00000001-00503
53	Мясо – говядина в тушах, полутушах и четвертинах, продукт соответствует канонам ислама – Системы Халяль (Halal)	10.11.31.110-00000001-00504
54	Мясо – говядина (котлетное, охлажденное)	10.11.10.000-00000001-00502
55	Мясо – говядина (котлетное, замороженное)	10.11.31.110-00000002-00505
56	Печень говяжья	10.11.31.140-00000001-00501
57	Колбаса вареная	10.13.14.110-00000001-00501
58	Колбасные изделия (сосиски)	10.13.14.110-00000018-00501
59	Колбасные изделия (сардельки)	10.13.14.110-00000014-00501
60	Полуфабрикаты мясные (пельмени)	10.13.14.700-00000003-00501
61	Цыплята-бройлеры охлажденные	10.12.10.000-00000005-00501
62	Цыплята и цыплята-бройлеры замороженные	10.12.20.000-00000006-00501
63	Грудка куриная – филе (охлажденное)	10.12.10.000-00000005-00502

64	Грудка куриная – филе (охлажденное), продукт соответствует канонам ислама – Системы Халяль (Halal)	10.12.10.000-00000005-00503
65	Грудка индейки – филе (охлажденное)	10.12.10.120-00000000-00501
66	Минтай	10.20.13.120-00000007-00501
67	Сельдь соленая	10.20.23.122-00000001-00501
68	Молоко пастеризованное питьевое с массовой долей жира 2,5 процента	10.51.11.000-00000008-00501
69	Молоко питьевое фторированное, с массовой долей жира 3,2 процента	10.51.11.000-00000008-00504
70	Кефир	10.51.52.140-00000001-00501
71	Кисломолочный продукт (кефир) для питания детей с 8-месячного возраста, без сахара, с массовой долей жира не менее 2,5 и не более 3,2 процента	10.86.10.125-00000009-00501
72	Йогурт с массовой долей жира не менее 1,5 процента	10.51.52.110-00000009-00501
73	Йогурт с массовой долей жира не менее 2,5 процента (объем упаковки – не менее 125 мл)	10.51.52.110-00000009-00502
74	Катык с массовой долей жира 2,5 процента	10.51.52.130-00000000-00501
75	Ряженка с массовой долей жира 2,5 процента	10.51.52.130-00000005-00501
76	Творог	10.51.40.300-00000001-00501
77	Сметана с массовой долей жира 10 или 15 процентов (объем упаковки – 500 г)	10.51.52.200-00000004-00501
78	Сметана с массовой долей жира 10 или 15 процентов (объем упаковки – 250 г)	10.51.52.200-00000004-00502
79	Масло сливочное с массовой долей жира не менее 72,5 процент	10.51.30.110-00000003-00502
80	Масло сливочное фасованное с массовой долей жира не менее 72,5 процента	10.51.30.110-00000003-00503
81	Сыры полутвердые	10.51.40.120-00000002-00501
82	Сахар-песок	10.81.12.110-00000004-00501
		10.81.12.110-00000004-00502
83	Сахар - песок порционный	10.81.12.110-00000004-00503
84	Конфеты (карамель)	10.82.23.120-00000001-00501
85	Печенье сладкое	10.72.12.120-00000007-00501
		10.72.12.120-00000002-00501
		10.72.12.120-00000006-00501
		10.72.12.120-00000001-00501
		10.72.12.120-00000005-00501

86	Пряники	10.72.12.112-00000003-00501
87	Вафли	10.72.12.130-00000003-00501
88	Кекс	10.72.12.114-00000002-00501
89	Повидло	10.39.22.110-00000004-00501
90	Масло подсолнечное рафинированное	10.41.54.000-00000003-00501
91	Горох, консервированный без уксуса или уксусной кислоты (кроме готовых блюд из овощей)	10.39.16.000-00000002-00501
92	Икра кабачковая	10.39.17.119-00000000-00501
93	Кукуруза консервированная	10.39.17.100-00000000-00501
94	Морская капуста	10.20.34.126-00000002-00501
95	Паста томатная	10.39.17.111-00000000-00501
96	Фасоль консервированная	10.39.15.000-00000000-00501
97	Огурцы консервированные соленые	10.39.17.100-00000000-00502
98	Сгущенное молоко	10.51.51.000-00000001-00501
99	Консервированные фрукты	10.39.25.120-00000000-00501
100	Яйцо столовое	01.47.21.000-00000015-00501
101	Какао-порошок	10.82.14.000-00000009-00501
102	Минеральная вода негазированная	11.07.11.110-00000004-00501
103	Вода упакованная питьевая (объем упаковки не менее 5л)	11.07.11.120-00000005-00501
104	Кисель сухой	10.89.19.231-00000004-00501
105	Концентрат киселя с витаминами	10.89.19.231-00000000-00502
106	Кофейный напиток растворимый	10.83.12.120-00000003-00501
107	Сок (объем упаковки - 0,2 л)	10.32.10.000-00000007-00501
108	Сок (объем упаковки - 1 л)	10.32.10.000-00000007-00502
109	Сок (объем упаковки - 3 л)	10.32.10.000-00000007-00503
110	Чай черный	10.83.13.120-00000003-00501
111	Соль пищевая йодированная	10.84.30.130-00000010-00501
112	Дрожжи хлебопекарные сушеные	10.89.13.112-00000001-00501
113	Крахмалы, кроме модифицированных	10.62.11.110-00000010-00501
114	Кислота лимонная	20.14.34.231-00000001-00501
115	Желатин пищевой	20.59.60.111-00000000-00501