

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Тейская средняя школа № 3»**

**Приказ**

от 31.08.2023 г.

п. Тея

№ 274-1

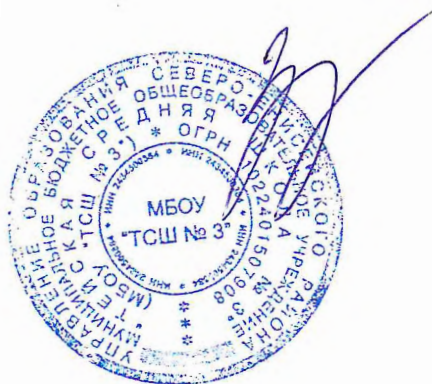
**О продлении действия циклического меню  
на 2023-2024 учебный год**

Для обеспечения обучающихся здоровым питанием, в целях соблюдения САНПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», САНПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» исполнения постановления администрации Северо-Енисейского района от 21.08.2019 № 308-п, в соответствии с п. 6 статьи 11 Закона Красноярского края от 02.11.2000 № 12-961 «О защите прав ребёнка» (в ред. от 18.12.2008 № 7-2694),

**ПРИКАЗЫВАЮ:**

1. Продлить действие утвержденного от 09.01.2023 года двенадцатидневного циклического меню на 2023-2024 учебный год для воспитанников дошкольных групп от 1,5 до 3 лет согласно приложению №1.
2. Продлить действие утвержденного от 09.01.2023 года двенадцатидневного циклического меню на 2023-2024 учебный год для воспитанников дошкольных групп от 3 до 7 лет согласно приложению №2.

Директор МБОУ  
«Тейская средняя школа № 3»



Л.А. Зверева

Меню с 1,5 до 3 лет

День: понедельник (день 1)							
Неделя: первая							
Возрастная категория: 1,5-3 лет, 10 часовое пребывание							
№ ТК (ТТК )	Прием пищи, наименование блюда	Выход д блюд а	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витами н С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3		5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
32	Каша манная молочная жидкая	150	4,66	5,60	18,83	144,00	1,46
76	Чай с молоком	180	2,80	3,20	10,71	83,00	1,30
3	Бутерброд с маслом и сыром	45	4,64	6,76	14,82	138,00	0,07
	Итого	375	12,10	15,56	44,36	365,00	2,83
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	120	3,48	3,84	4,80	70,80	0,84
	Итого	120	3,48	3,84	4,80	70,80	0,84
<b>Обед</b>							
82	Салат из моркови с чесноком	40	0,46	3,38	2,11	37,33	1,41
25	Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной	150	2,46	3,60	12,57	87,08	4,93
19	Жаркое по- домашнему	150	9,52	10,13	14,00	190,91	7,77
9	Компот из сухофруктов	150	0,46	0,00	15,36	66,00	0,42
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00

	Итого	530	15,14	17,59	63,80	474,12	14,53
<b>Полдник</b>							
54	Компот из свежих плодов	150	0,12	0,12	8,93	38,00	3,00
163	Рыба запеченная в омлете	60	7,13	3,97	33,95	93,76	0,23
69	Овощи натуральные соленые или свежие	30	0,24	0,03	0,75	4,20	3,00
	Итого	240	7,49	4,12	43,63	135,96	6,23
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		38,21	41,11	156,59	1045,88	24,43
	<b>Суточная потребность (75% от норматива)</b>		31,50	35,25	152,25	1050,00	33,75
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		121,30	116,62	102,85	99,61	72,39
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						
	Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 2,25 гр.						
<b>День: вторник (день 2)</b>							
<b>Неделя: первая</b>							
<b>Возрастная категория: 1,5-3 лет, 10 часовое пребывание</b>							
№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
45	Каша пшеничная молочная жидкая	150	5,26	6,07	21,29	159,75	1,46
2	Кофейный напиток с	180	4,53	4,86	13,01	111,00	1,87

	МОЛОКОМ						
86	Бутерброд с джемом	40	2,32	0,24	21,26	95,00	0,05
	Итого	370	12,11	11,17	55,56	365,75	3,38
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	45	1,31	1,76	31,50	129,50	0,00
	Итого	195,00	5,66	6,56	37,50	218,00	1,05
<b>Обед</b>							
160	Салат Мозаика	40	0,69	3,13	2,50	42,10	1,73
5	Борщ с капустой и картофелем, с мясом и со сметаной	150	2,12	3,59	5,87	70,27	5,85
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	60	8,44	6,88	6,13	119,98	0,70
91	Картофельное пюре	120	2,44	4,19	14,45	113,60	8,40
20	Кисель из ягод	150	0,11	0,07	15,78	66,00	2,25
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	560	16,04	18,34	64,49	504,75	18,93
<b>Полдник</b>							
124	Яблоко, груша, банан или др.	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50
155	Запеканка овощная	60	1,57	3,02	8,24	66,36	3,38
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	25,00	0,00
	Итого	335	1,95	3,40	23,56	136,01	12,88
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		35,76	39,47	181,11	1224,51	36,24
	<b>Суточная потребность (75% от норматива)</b>		31,50	35,25	152,25	1050,00	33,75

	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		113,5 2	111,9 7	118,96	116,62	107,38
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						
	Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 2,25 гр.						
<b>День: среда (день 3)</b>							
<b>Неделя: первая</b>							
<b>Возрастная категория: 1,5-3 лет, 10 часовое пребывание</b>							
№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
37	Омлет натуральный с маслом	185	16,46	18,51	4,25	248,64	0,92
15	Какао сгущенное	180	2,81	2,55	17,51	109,14	0,00
3	Бутерброд с маслом и сыром	45	4,64	6,76	14,82	138,00	0,07
	<b>Итого</b>	410	23,91	27,82	36,58	495,78	0,99
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	120	3,48	3,84	4,80	70,80	0,84
	<b>Итого</b>	120	3,48	3,84	4,80	70,80	0,84
<b>Обед</b>							
41	Икра кабачковая	40	0,48	1,89	3,09	31,20	3,84
132	Суп из овощей с мясом	150	3,03	2,32	5,07	57,75	5,98
164	Котлеты, биточки, шницели рыбные	60	5,85	3,27	21,25	85,50	0,31

65	Каша гречневая (перловая) рассыпчатая	110	3,30	4,70	16,06	192,86	0,00
ГП	Сок фруктовый (овощной)	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	550	15,20	12,82	80,39	529,11	13,13
<b>Полдник</b>							
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	25,00	0,00
137	Блинчики с молоком сгущеным	63	4,87	6,01	25,04	162,73	0,81
124	Яблоко, груша, банан или др.	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50
	Итого	338	5,25	6,39	40,36	232,38	10,31
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		47,84	50,87	162,13	1328,07	25,27
	<b>Суточная потребность (75% от норматива)</b>		31,50	35,25	152,25	1050,00	33,75
	<b>Процент удовлетворени я суточной потребности</b>		151,8 7	144,3 1	106,49	126,48	74,87
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						
	Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 2,25 гр.						
<b>День: четверг (день 4)</b>							
<b>Неделя: первая</b>							
<b>Возрастная категория: 1,5-3 лет, 10 часовое пребывание</b>							
№ ТК (ТТК )	Прием пищи, наименование блюда	Выхо д блю д а	Пищевые вещества (г)			Энергетическа я ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							

22	Запеканка из творога с молоком сгущенным	190	25,47	35,71	36,87	589,00	0,52
31	Чай с лимоном	180	0,04	0,00	6,13	26,00	1,60
16	Бутерброд с маслом	35	2,32	3,81	14,82	102,00	0,00
	Итого	405	27,83	39,52	57,82	717,00	2,12
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочны й напиток или молоко кипяченное	120	3,48	3,84	4,80	70,80	0,84
	Итого	120	3,48	3,84	4,80	70,80	0,84
<b>Обед</b>							
108	Салат "Степной"	40	0,70	4,08	4,08	56,67	3,94
57	Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	150	3,09	4,22	11,35	104,70	3,18
59	Рис отварной с овощами	110	2,83	5,14	18,70	155,46	4,37
58	Рыба, тушеная в томате с овощами	80	9,45	4,46	1,40	82,46	1,16
ГП	Сок фруктовый (овощной)	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	40	3,20	0,06	16,04	83,20	0,00
	Итого	570	19,57	18,12	66,73	551,49	15,65
<b>Полдник</b>							
124	Яблоко, груша, банан или др.	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	25,00	0,00
78	Булочка домашняя	60	3,60	4,80	17,40	141,69	0,23
	Итого	335	3,98	5,18	32,72	211,34	9,73
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		54,86	66,66	162,07	1550,63	28,34
	<b>Суточная потребность (75% от норматива)</b>		31,50	35,25	152,25	1050,00	33,75

	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		174,1 6	189,1 1	106,45	147,68	83,97
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						
	Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 2,25 гр.						
<b>День: пятница (день 5)</b>							
<b>Неделя: первая</b>							
<b>Возрастная категория: 1,5-3 лет, 10 часовое пребывание</b>							
№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
84	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	150	4,76	6,38	16,40	140,20	1,46
76	Чай с молоком	180	2,80	3,20	10,71	83,00	1,30
86	Бутерброд с джемом	40	2,32	0,24	21,26	95,00	0,05
	Итого	370	9,88	9,82	48,37	318,20	2,81
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	120	3,48	3,84	4,80	70,80	0,84
	Итого	120	3,48	3,84	4,80	70,80	0,84
<b>Обед</b>							
11	Овощи натуральные соленые (или свежие)	40	0,32	0,05	1,01	5,60	4,00
165	Суп с рыбными консервами	150	3,18	3,90	15,18	90,18	7,23



о	Котлеты, биточки, шницели из говядины	60	8,44	6,88	6,13	119,98	0,70
94	Капуста тушеная	120	2,27	2,82	6,65	66,00	18,76
ГП	Сок фруктовый (овощной)	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	560	16,75	14,29	63,89	443,56	33,69
<b>Полдник</b>							
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	25,00	0,00
154	Запеканка из печени с луком	70	9,89	6,41	5,48	123,73	5,48
124	Яблоко, груша, банан или др.	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50
	Итого	345	10,27	6,79	20,80	193,38	14,98
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		40,38	34,74	137,86	1025,94	52,32
	<b>Суточная потребность (75% от норматива)</b>		31,50	35,25	152,25	1050,00	33,75
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		128,19	98,55	90,55	97,71	155,02
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						
	Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 2,25 гр.						
<b>День: понедельник (день 6)</b>							
<b>Неделя: вторая</b>							
<b>Возрастная категория: 1,5-3 лет, 10 часовое пребывание</b>							
№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8

<b>Завтрак</b>							
39	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,39	4,36	14,99	116,26	0,76
2	Кофейный напиток с молоком	180	4,53	4,86	13,01	111,00	1,87
18	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00
16	Бутерброд с маслом	35	2,32	3,81	14,82	102,00	0,00
	<b>Итого</b>	<b>405</b>	<b>16,32</b>	<b>17,63</b>	<b>43,10</b>	<b>392,26</b>	<b>2,63</b>
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	120	3,48	3,84	4,80	70,80	0,84
	<b>Итого</b>	<b>120</b>	<b>3,48</b>	<b>3,84</b>	<b>4,80</b>	<b>70,80</b>	<b>0,84</b>
<b>Обед</b>							
141	Салат из морской капусты с яйцом	40	1,52	4,21	0,07	58,00	0,56
130	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	5,20	4,24	11,62	133,80	8,42
111	Бефстроганов	60	7,65	6,34	1,20	127,11	0,22
91	Картофельное пюре	120	2,44	4,19	14,45	113,60	8,40
ГП	Сок фруктовый (овощной)	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	<b>Итого</b>	<b>560</b>	<b>19,35</b>	<b>19,62</b>	<b>62,26</b>	<b>594,31</b>	<b>20,60</b>
<b>Полдник</b>							
124	Яблоко, груша, банан или др.	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50
9	Компот из сухофруктов	150	0,46	0,00	15,36	66,00	0,42
35	Сушка домашняя	50	7,46	7,08	40,29	272,00	0,30
	<b>Итого</b>	<b>295</b>	<b>8,30</b>	<b>7,46</b>	<b>64,96</b>	<b>382,65</b>	<b>10,22</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>47,45</b>	<b>48,55</b>	<b>175,12</b>	<b>1440,02</b>	<b>34,29</b>

	<b>Суточная потребность (75% от норматива)</b>		31,50	35,25	152,25	1050,00	33,75
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		150,63	137,73	115,02	137,14	101,60
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						
	Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 2,25 гр.						
<b>День: вторник(день 7)</b>							
<b>Неделя: вторая</b>							
<b>Возрастная категория: 1,5-3 лет, 10 часовое пребывание</b>							
№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
14	Каша "Дружба"	150	4,66	5,78	20,78	150,75	1,45
15	Какао сгущенное	180	2,81	2,55	17,51	109,14	0,00
16	Бутерброд с маслом	35	2,32	3,81	14,82	102,00	0,00
	<b>Итого</b>	<b>365</b>	<b>9,79</b>	<b>12,14</b>	<b>53,11</b>	<b>361,89</b>	<b>1,45</b>
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	45	1,31	1,76	31,50	129,50	0,00

	Итого	195,00	5,66	6,56	37,50	218,00	1,05
<b>Обед</b>							
41	Икра кабачковая	40	0,48	1,89	3,09	31,20	3,84
47	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	150	4,76	3,09	13,13	89,15	3,62
71	Голубцы ленивые	60	4,93	3,82	3,59	68,26	7,48
90	Рагу из овощей	100	1,60	3,03	8,90	74,00	7,83
ГП	Сок фруктовый (овощной)	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
ГП	Хлеб пшеничный или батон	40	3,20	0,06	16,04	83,20	0,00
	Итого	540	15,27	12,05	59,91	414,81	25,77
<b>Полдник</b>							
31	Чай с лимоном	180	0,04	0,00	6,13	26,00	1,60
158	Запеканка морковная с творогом с молоком сгущенным	66	6,36	4,51	12,61	121,23	0,15
124	Яблоко, груша, банан или др.	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50
	Итого	341	6,78	4,89	28,05	191,88	11,25
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		37,50	35,64	178,57	1186,58	39,52
	<b>Суточная потребность (75% от норматива)</b>		31,50	35,25	152,25	1050,00	33,75
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		119,05	101,11	117,29	113,01	117,10
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						
	Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 2,25 гр.						

День: среда (день 8)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 10 часовое пребывание

№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
74	Омлет с зеленым горошком	200	13,14	17,40	7,41	235,71	5,04
31	Чай с лимоном	180	0,04	0,00	6,13	26,00	1,60
86	Бутерброд с джемом	40	2,32	0,24	21,26	95,00	0,05
	Итого	420	15,50	17,64	34,80	356,71	6,69
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	120	3,48	3,84	4,80	70,80	0,84
	Итого	120	3,48	3,84	4,80	70,80	0,84
<b>Обед</b>							
11	Овощи натуральные соленые (или свежие)	40	0,32	0,05	1,01	5,60	4,00
25	Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной	150	2,46	3,60	12,57	87,08	4,93
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	60	8,44	6,88	6,13	119,98	0,70
94	Капуста тушеная	120	2,27	2,82	6,65	66,00	18,76
126	Напиток из шиповника	150	0,51	0,21	13,23	67,00	150,00
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00

	Итого	560	16,24	14,04	59,35	438,46	178,39
<b>Полдник</b>							
124	Яблоко, груша, банан или др.	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50
66	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем из печени с рисом	60	7,97	5,37	20,09	169,00	8,34
129	Компот из ягод	150	0,10	0,07	7,22	31,00	2,25
	Итого	305	8,45	5,82	36,62	244,65	20,09
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		43,67	41,34	135,57	1110,62	206,01
	<b>Суточная потребность (75% от норматива)</b>		31,50	35,25	152,25	1050,00	33,75
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		138,63	117,28	89,04	105,77	610,40
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						
	Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 2,25 гр.						
<b>День: четверг (день 9)</b>							
<b>Неделя: вторая</b>							
<b>Возрастная категория: 1,5-3 лет, 10 часовое пребывание</b>							
№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
45	Каша пшеничная молочная жидкая	150	5,26	6,07	21,29	159,75	1,46
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	25,00	0,00

101	1 ренка с сыром	40	6,38	6,50	24,65	183,00	0,08
	Итого	370	11,64	12,57	51,95	367,75	1,54
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	120	3,48	3,84	4,80	70,80	0,84
	Итого	120	3,48	3,84	4,80	70,80	0,84
<b>Обед</b>							
4	Салат из свеклы с зеленым горошком	40	0,75	3,04	2,73	42,67	2,99
46	Суп "Харчо" с мясом и со сметаной	150	2,50	3,48	11,78	86,36	4,73
164	Котлеты, биточки, шницели рыбные	60	5,85	3,27	21,25	85,50	0,31
109	Картофель тушеный	120	2,30	3,37	14,79	105,60	8,10
ГП	Сок фруктовый (овощной)	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	560	13,94	13,80	85,47	481,93	19,13
<b>Полдник</b>							
20	Кисель из ягод	150	0,11	0,07	15,78	66,00	2,25
28	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	60	4,80	3,70	20,98	156,30	0,26
26	Салат из свежих помидоров и огурцов	40	0,39	3,27	1,51	36,80	6,72
	Итого	250	5,30	7,04	38,27	259,10	9,23
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		34,36	37,25	180,49	1179,58	30,74
	<b>Суточная потребность (75% от норматива)</b>		31,50	35,25	152,25	1050,00	33,75
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		109,08	105,67	118,55	112,34	91,08

	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						
	Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 2,25 гр.						
<b>День:пятница (день 10)</b>							
<b>Неделя: вторая</b>							
<b>Возрастная категория: 1,5-3 лет, 10 часовое пребывание</b>							
№ ТК (ТТК )	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
39	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,39	4,36	14,99	116,26	0,76
76	Чай с молоком	180	2,80	3,20	10,71	83,00	1,30
86	Бутерброд с джемом	40	2,32	0,24	21,26	95,00	0,05
	Итого	370	9,51	7,80	46,96	294,26	2,11
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	120	3,48	3,84	4,80	70,80	0,84
	Итого	120	3,48	3,84	4,80	70,80	0,84
<b>Обед</b>							
152	Салат из кальмаров с яйцом	40	5,58	5,34	0,90	74,00	0,78
132	Суп из овощей с мясом	150	3,03	2,32	5,07	57,75	5,98
61	Плов с мясом	150	14,31	13,25	25,37	275,18	2,02
20	Кисель из ягод	150	0,11	0,07	15,78	66,00	2,25
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	530	25,27	21,46	66,88	565,73	11,03
<b>Полдник</b>							
31	Чай с лимоном	180	0,04	0,00	6,13	26,00	1,60



55	Сырники из творога с джемом или повидлом	70	9,07	5,08	14,57	143,40	0,13
124	Яблоко, груша, банан или др.	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50
	Итого	345	9,49	5,46	30,01	214,05	11,23
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		47,75	38,56	148,65	1144,84	25,21
	<b>Суточная потребность (75% от норматива)</b>		31,50	35,25	152,25	1050,00	33,75
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		151,59	109,39	97,64	109,03	74,70
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						
	Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 2,25 гр.						
<b>День: понедельник (день 11)</b>							
<b>Неделя: третья</b>							
<b>Возрастная категория: 1,5-3 лет, 10 часовое пребывание</b>							
№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
85	Макаронные изделия, запеченные с сыром	150	7,88	8,83	35,88	259,00	0,19
9	Компот из сухофруктов	180	0,46	0,00	15,36	66,00	0,42
86	Бутерброд с джемом	40	2,32	0,24	21,26	95,00	0,05
	Итого	370	10,66	9,07	72,50	420,00	0,66
<b>2 завтрак</b>							

21,10	кисломолочный напиток или молоко кипяченое	120	3,48	3,84	4,80	70,80	0,84
	Итого	120	3,48	3,84	4,80	70,80	0,84
<b>Обед</b>							
88	Салат из белокочанной и морской капусты, или морской капусты	40	0,54	4,98	2,32	56,00	8,24
5	Борщ с капустой и картофелем, с мясом и со сметаной	150	2,12	3,59	5,87	70,27	5,85
75	Язык отварной	60	14,40	9,00	0,00	139,20	0,00
144	Картофель отварной	120	2,32	5,33	16,13	129,57	9,60
ГП	Сок фруктовый (овощной)	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	560	21,92	23,54	59,24	556,84	26,69
<b>Полдник</b>							
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	25,00	0,00
154	Запеканка из печени с луком	70	9,89	6,41	5,48	123,73	5,48
69	Овощи натуральные соленые или свежие	30	0,24	0,03	0,75	4,20	3,00
	Итого	280	10,13	6,44	12,24	152,93	8,48
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		46,19	42,89	148,78	1200,57	36,67
	<b>Суточная потребность (75% от норматива)</b>		31,50	35,25	152,25	1050,00	33,75
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		146,63	121,67	97,72	114,34	108,65
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						

	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						
	Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 2,25 гр.						
<b>День: вторник (день 12)</b>							
<b>Неделя: третья</b>							
<b>Возрастная категория: 1,5-3 лет, 10 часовое пребывание</b>							
№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
110	Каша кукурузная молочная жидкая	150	4,37	5,45	19,17	144,00	1,47
2	Кофейный напиток с молоком	180	4,53	4,86	13,01	111,00	1,87
3	Бутерброд с маслом и сыром	45	4,64	6,76	14,82	138,00	0,07
	Итого	375	13,54	17,07	47,00	393,00	3,41
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	120	3,48	3,84	4,80	70,80	0,84
	Итого	120	3,48	3,84	4,80	70,80	0,84
<b>Обед</b>							
120	Винегрет овощной	40	0,69	3,06	3,27	45,00	3,53
47	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	150	4,76	3,09	13,13	89,15	3,62
64	Тефтели из говядины с рисом	60	7,69	8,14	6,26	129,00	0,67
109	Картофель тушеный	120	2,30	3,37	14,79	105,60	8,10
54	Компот из свежих плодов	150	0,12	0,12	8,93	38,00	3,00
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00

	итого	560	17,80	18,26	66,14	499,55	18,92
<b>Полдник</b>							
41	Икра кабачковая	40	0,48	1,89	3,09	31,20	3,84
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	25,00	0,00
163	Рыба запеченная в омлете	60	7,13	3,97	33,95	93,76	0,23
	Итого	280	7,61	5,86	43,05	149,96	4,07
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		42,43	45,03	160,99	1113,31	27,24
	<b>Суточная потребность (75% от норматива)</b>		31,50	35,25	152,25	1050,00	33,75
	<b>Процент удовлетворени я суточной потребности</b>		134,7 0	127,7 4	105,74	106,03	80,71
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						
	Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 2,25 гр.						
<b>День: среда (день 13)</b>							
<b>Неделя: третья</b>							
<b>Возрастная категория: 1,5-3 лет, 10 часовое пребывание</b>							
№ ТК (ТТК )	Прием пищи, наименование блюда	Выхо д блюд а	Пищевые вещества (г)			Энергетическа я ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
14	Каша "Дружба"	150	4,66	5,78	20,78	150,75	1,45
15	Какао сгущенное	180	2,81	2,55	17,51	109,14	0,00
16	Бутерброд с маслом	35	2,32	3,81	14,82	102,00	0,00
	Итого	365	9,79	12,14	53,11	361,89	1,45

<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	120	3,48	3,84	4,80	70,80	0,84
	Итого	120	3,48	3,84	4,80	70,80	0,84
<b>Обед</b>							
11	Овощи натуральные соленые (или свежие)	40	0,32	0,05	1,01	5,60	4,00
34	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной	150	2,54	3,90	8,27	87,08	5,98
59	Рис отварной с овощами	110	2,83	5,14	18,70	155,46	4,37
135	Суфле из кур	63	11,70	11,17	25,28	247,96	1,99
20	Кисель из ягод	150	0,11	0,07	15,78	66,00	2,25
ГП	Хлеб ржаной	30	1,68	0,36	14,82	69,60	0,00
	Итого	543	19,18	20,69	83,86	631,70	18,59
<b>Полдник</b>							
ГП	Сок фруктовый (овощной)	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
22	Запеканка из творога с молоком сгущенным	190	25,47	35,71	36,87	589,00	0,52
	Итого	340	25,77	35,87	52,03	658,00	3,52
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		58,22	72,54	193,80	1722,39	24,40
	<b>Суточная потребность (75% от норматива)</b>		31,50	35,25	152,25	1050,00	33,75
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		184,83	205,79	127,29	164,04	72,30
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						

Ежедневная нормы выдачи соли  
пищевой поваренной - 2,25 гр.

**День: четверг (день 14)**

**Неделя: третья**

**Возрастная категория: 1,5-3 лет, 10 часовое пребывание**

№ ТК (ТТК )	Прием пищи, наименование блюда	Выхо д блю д а	Пищевые вещества (г)			Энергетическа я ценность (ккал)	Витами н С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
74	Омлет с зеленым горошком	200	13,14	17,40	7,41	235,71	5,04
31	Чай с лимоном	180	0,04	0,00	6,13	26,00	1,60
86	Бутерброд с джемом	40	2,32	0,24	21,26	95,00	0,05
	Итого	420	15,50	17,64	34,80	356,71	6,69
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочны й напиток или молоко кипяченное	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	45	1,31	1,76	31,50	129,50	0,00
	Итого	195	5,66	6,56	37,50	218,00	1,05
<b>Обед</b>							
41	Икра кабачковая	40	0,48	1,89	3,09	31,20	3,84
134	Солянка сборная мясная со сметаной	150	2,94	4,10	5,41	66,00	5,81
150	Печень, тушенная в соусе	60	7,98	4,62	3,30	86,40	6,00
91	Картофельное пюре	120	2,44	4,19	14,45	113,60	8,40
ГП	Сок фруктовый (овощной)	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00

111	алео ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	500	16,38	15,44	61,17	459,00	27,05
<b>Полдник</b>							
9	Компот из сухофруктов	150	0,46	0,00	15,36	66,00	0,42
137	Блинчики с молоком сгущенным	63	4,87	6,01	25,04	162,73	0,81
83	Салат из моркови с зеленым горошком	40	0,67	3,38	2,02	38,00	1,90
	Итого	253	6,00	9,39	42,42	266,73	3,13
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		43,54	49,03	175,89	1300,44	37,92
	<b>Суточная потребность (75% от норматива)</b>		31,50	35,25	152,25	1050,00	33,75
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		138,2 2	139,0 9	115,53	123,85	112,36
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						
	Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 2,25 гр.						
<b>День: пятница (день 15)</b>							
<b>Неделя: третья</b>							
<b>Возрастная категория: 1,5-3 лет, 10 часовое пребывание</b>							
№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
84	Каша из хлопьев овсяных	150	4,76	6,38	16,40	140,20	1,46

	"Геркулес" жидкая						
2	Кофейный напиток с молоком	180	4,53	4,86	13,01	111,00	1,87
16	Бутерброд с маслом	35	2,32	3,81	14,82	102,00	0,00
	Итого	365	11,61	15,05	44,23	353,20	3,33
<b>2 завтрак</b>							
124	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	Итого	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
<b>Обед</b>							
17	Салат картофельный с солеными огурцами	40	0,58	4,53	3,68	58,67	3,65
53	Суп "Харчо" с мясом птицы и со сметаной	150	2,48	3,50	11,78	87,38	4,73
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	60	8,44	6,88	6,13	119,98	0,70
94	Капуста тушеная	120	2,27	2,82	6,65	66,00	18,76
129	Компот из ягод	150	0,10	0,07	7,22	31,00	2,25
ГП	Хлеб пшеничный или батон	40	3,20	0,06	16,04	83,20	0,00
	Итого	560	17,07	17,86	51,50	446,23	30,09
<b>Полдник</b>							
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	25,00	0,00
95	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем картофельным с луком	60	3,96	4,35	21,19	150,00	3,49
11	Овощи натуральные соленые (или свежие)	40	0,32	0,05	1,01	5,60	4,00
	Итого	280	4,28	4,40	28,21	180,60	7,49
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>



	<b>Итого за день</b>		33,36	37,71	133,74	1027,03	50,91
	<b>Суточная потребность (75% от норматива)</b>		31,50	35,25	152,25	1050,00	33,75
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		105,90	106,98	87,84	97,81	150,84
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						
	Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 2,25 гр.						
<b>День: понедельник (день 16)</b>							
<b>Неделя: четвертая</b>							
<b>Возрастная категория: 1,5-3 лет, 10 часовое пребывание</b>							
№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
39	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,39	4,36	14,99	116,26	0,76
76	Чай с молоком	180	2,80	3,20	10,71	83,00	1,30
86	Бутерброд с джемом	40	2,32	0,24	21,26	95,00	0,05
	<b>Итого</b>	<b>370</b>	<b>9,51</b>	<b>7,80</b>	<b>46,96</b>	<b>294,26</b>	<b>2,11</b>
<b>2 завтрак</b>							
124	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>47,00</b>	<b>10,00</b>
<b>Обед</b>							

33,01	Салат из моркови с зеленым горошком или салат из свежих помидоров с луком	40	0,67	3,38	2,02	38,00	1,90
5	Борщ с капустой и картофелем, с мясом и со сметаной	150	2,12	3,59	5,87	70,27	5,85
8	Макаронник с мясом	153	19,58	13,71	34,74	351,00	0,30
20	Кисель из ягод	150	0,11	0,07	15,78	66,00	2,25
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	533	24,72	21,23	78,17	618,07	10,30
<b>Полдник</b>							
31	Чай с лимоном	180	0,04	0,00	6,13	26,00	1,60
113	Рагу из овощей с мясом	210	7,14	7,12	10,94	141,00	11,70
	Итого	390	7,18	7,12	17,07	167,00	13,30
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		41,81	36,55	152,00	1126,33	35,71
	<b>Суточная потребность (75% от норматива)</b>		31,50	35,25	152,25	1050,00	33,75
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		132,73	103,69	99,84	107,27	105,81
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						
	Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 2,25 гр.						
<b>День: вторник (день 17)</b>							
<b>Неделя: четвертая</b>							
<b>Возрастная категория: 1,5-3 лет, 10 часовое пребывание</b>							

№ ТК (ТТК )	Прием пищи, наименование блюда	Выход д блюдо а	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
50	Каша рисовая молочная жидкая	150	4,16	5,60	19,56	144,00	1,46
31	Чай с лимоном	180	0,04	0,00	6,13	26,00	1,60
16	Бутерброд с маслом	35	2,32	3,81	14,82	102,00	0,00
	Итого	365	6,52	9,41	40,51	272,00	3,06
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	120	3,48	3,84	4,80	70,80	0,84
	Итого	120	3,48	3,84	4,80	70,80	0,84
<b>Обед</b>							
79,14 7	Салат из белокочанной капусты с морковью и кукурузой (или салат из свеклы с чесноком)	40	0,56	3,04	3,04	43,33	3,01
25	Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной	150	2,46	3,60	12,57	87,08	4,93
100	Птица отварная	60	7,54	5,87	18,86	145,71	5,23
140	Соус сметанный натуральный	15	0,44	4,81	1,43	49,20	0,06
91	Картофельное пюре	120	2,44	4,19	14,45	113,60	8,40
ГП	Сок фруктовый (овощной)	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	575	15,98	22,15	85,27	600,72	24,63
<b>Полдник</b>							

40	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	60	4,80	3,70	20,98	156,30	0,26
9	Компот из сухофруктов	150	0,46	0,00	15,36	66,00	0,42
120	Винегрет овощной	40	0,69	3,06	3,27	45,00	3,53
	Итого	250	5,95	6,76	39,61	267,30	4,21
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		31,93	42,16	170,19	1210,82	32,74
	<b>Суточная потребность (75% от норматива)</b>		31,50	35,25	152,25	1050,00	33,75
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		101,37	119,60	111,78	115,32	97,01
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						
	Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 2,25 гр.						
<b>День: среда (день 18)</b>							
<b>Неделя: четвертая</b>							
<b>Возрастная категория: 1,5-3 лет, 10 часовое пребывание</b>							
№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
1	Суп молочный с крупой	150	4,32	4,97	13,71	117,00	0,88
2	Кофейный напиток с молоком	180	4,53	4,86	13,01	111,00	1,87
86	Бутерброд с джемом	40	2,32	0,24	21,26	95,00	0,05

	Итого	3/0	11,17	10,07	47,98	323,00	2,80
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	45	1,31	1,76	31,50	129,50	0,00
	Итого	195	5,66	6,56	37,50	218,00	1,05
<b>Обед</b>							
11	Овощи натуральные соленые (или свежие)	40	0,32	0,05	1,01	5,60	4,00
34	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной	150	2,54	3,90	8,27	87,08	5,98
35	Гуляш	60	4,50	5,70	1,85	123,60	0,60
65	Каша гречневая (перловая) рассыпчатая	110	3,30	4,70	16,06	192,86	0,00
129	Компот из ягод	150	0,10	0,07	7,22	31,00	2,25
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	550	13,00	14,90	54,17	532,94	12,83
<b>Полдник</b>							
124	Яблоко, груша, банан или др.	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	25,00	0,00
154	Запеканка из печени с луком	70	9,89	6,41	5,48	123,73	5,48
	Итого	345	10,27	6,79	20,80	193,38	14,98
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		40,10	38,32	160,45	1267,32	31,66
	<b>Суточная потребность (75% от норматива)</b>		31,50	35,25	152,25	1050,00	33,75

	<b>процент удовлетворени я суточной потребности</b>		127,3 0	108,7 1	105,39	120,70	93,81
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						
	Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 2,25 гр.						
<b>День: четверг (день 19)</b>							
<b>Неделя: четвертая</b>							
<b>Возрастная категория: 1,5-3 лет, 10 часовое пребывание</b>							
№ ТК (ТТК )	Прием пищи, наименование блюда	Выхо д блю д а	Пищевые вещества (г)			Энергетическа я ценность (ккал)	Витами н С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
74	Омлет с зеленым горошком	200	13,14	17,40	7,41	235,71	5,04
76	Чай с молоком	180	2,80	3,20	10,71	83,00	1,30
16	Бутерброд с маслом	35	2,32	3,81	14,82	102,00	0,00
	Итого	415	18,26	24,41	32,94	420,71	6,34
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочны й напиток или молоко кипяченое	120	3,48	3,84	4,80	70,80	0,84
	Итого	120	3,48	3,84	4,80	70,80	0,84
<b>Обед</b>							
41	Икра кабачковая	40	0,48	1,89	3,09	31,20	3,84
130	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	5,20	4,24	11,62	133,80	8,42
58	Рыба, тушеная в томате с овощами	80	9,45	4,46	1,40	82,46	1,16

144	картофель отварной	120	2,32	5,33	16,13	129,57	9,60
ГП	Сок фруктовый (овощной)	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	580	19,99	16,56	67,16	538,83	26,02
<b>Полдник</b>							
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	25,00	0,00
124	Яблоко, груша, банан или др.	95	0,38	0,38	9,31	44,65	9,50
35	Сушка домашняя	50	7,46	7,08	40,29	272,00	0,30
	Итого	325	7,84	7,46	55,61	341,65	9,80
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		49,57	52,27	160,51	1371,99	43,00
	<b>Суточная потребность (75% от норматива)</b>		31,50	35,25	152,25	1050,00	33,75
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		157,37	148,28	105,43	130,67	127,41
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						
	Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 2,25 гр.						
<b>День: пятница (день 20)</b>							
<b>Неделя: четвертая</b>							
<b>Возрастная категория: 1,5-3 лет, 10 часовое пребывание</b>							
№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
23	Каша вязкая ячневая молочная	150	4,98	5,69	21,09	153,00	1,46

2	кофейный напиток с молоком	180	4,53	4,86	13,01	111,00	1,87
3	Бутерброд с маслом и сыром	45	4,64	6,76	14,82	138,00	0,07
	Итого	375	14,15	17,31	48,92	402,00	3,40
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	120	3,48	3,84	4,80	70,80	0,84
	Итого	120	3,48	3,84	4,80	70,80	0,84
<b>Обед</b>							
152	Салат из кальмаров с яйцом	40	5,58	5,34	0,90	74,00	0,78
117	Суп крестьянский с крупой, с мясом и со сметаной	150	2,81	4,01	9,62	82,50	5,78
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	60	8,44	6,88	6,13	119,98	0,70
90	Рагу из овощей	100	1,60	3,03	8,90	74,00	7,83
54	Компот из свежих плодов	150	0,12	0,12	8,93	38,00	3,00
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	540	20,79	19,86	54,24	481,28	18,09
<b>Полдник</b>							
9	Компот из сухофруктов	150	0,46	0,00	15,36	66,00	0,42
78	Булочка домашняя	60	3,60	4,80	17,40	141,69	0,23
160	Салат Мозаика	40	0,69	3,13	2,50	42,10	1,73
	Итого	250	4,75	7,93	35,26	249,79	2,38
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		43,17	48,94	143,22	1203,87	24,71
	<b>Суточная потребность (75% от норматива)</b>		31,50	35,25	152,25	1050,00	33,75
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		137,05	138,84	94,07	114,65	73,21



примечание: 1 11 -  
готовый продукт.

<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов  
произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно  
производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли  
пищевой поваренной - 2,25 гр.

**Средние показатели содержания пищевых веществ, энергетической ценности  
рациона питания детей 1,5-3 лет**

	Пищевые вещества (г)			Энергетическа я ценность (ккал)	Витами н С, мг
	Б	Ж	У		
<b>Итого за 20 дней</b>	858,1 0	899,6 3	3217,7 3	24780,74	847,33
<b>Итого за 1 дней</b>	42,91	44,98	160,89	1239,04	42,37
<b>Суточная потребность (75% от норматива)</b>	31,50	35,25	152,25	1050,00	33,75
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>	136,2 1	127,6 1	105,67	118,00	125,53

Меню с 3 до 7 лет

День: понедельник (день 1)							
Неделя: первая							
Возрастная категория: 3-7 лет, 10 часовое пребывание							
№ ТК (ТТК )	Прием пищи, наименование блюда	Выхо д блю д а	Пищевые вещества (г)			Энергетическ ая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
32	Каша манная молочная жидкая	200	6,21	7,47	25,11	192,00	1,95
76	Чай с молоком	200	3,11	3,55	12,24	93,00	1,44
3	Бутерброд с маслом и сыром	55	6,18	8,27	17,28	169,00	0,10
	Итого	455	15,50	19,29	54,63	454,00	3,49
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
<b>Обед</b>							
82	Салат из моркови с чесноком	60	0,69	5,05	3,16	56,00	2,12
25	Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной	200	3,28	4,80	16,76	116,11	6,57
19	Жаркое по- домашнему	200	12,69	13,51	18,67	254,55	10,36
9	Компот из сухофруктов	200	0,55	0,00	18,41	78,00	0,50
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,08	20,05	104,00	0,00
	Итого	710	21,21	23,44	77,05	608,66	19,55
<b>Полдник</b>							
54	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	10,91	47,00	4,00

100	Выход запаренная в омлете	80	9,51	5,29	45,27	125,01	0,31
69	Овощи натуральные соленые (или свежие)	60	0,48	0,06	1,50	8,40	6,00
	Итого	340	10,15	5,51	57,68	180,41	10,31
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		51,21	53,04	195,36	1331,57	34,40
	<b>Суточная потребность (75 % от норматива)</b>		40,50	45,00	195,75	1350,00	37,50
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		126,44	117,87	99,80	98,63	91,73
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						
	Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3,75 гр.						
<b>День: вторник (день 2)</b>							
<b>Неделя: первая</b>							
<b>Возрастная категория: 3-7 лет, 10 часовое пребывание</b>							
№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
45	Каша пшеничная молочная жидкая	200	7,01	8,09	28,39	213,00	1,95
2	Кофейный напиток с молоком	200	5,08	5,42	14,81	125,00	2,08
86	Бутерброд с джемом	45	2,70	0,28	23,72	107,00	0,05
	Итого	445	14,79	13,79	66,92	445,00	4,08
<b>2 завтрак</b>							

21,10	кисломолочный напиток или молоко кипяченое	170	4,93	5,44	6,80	100,30	1,19
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	75	1,69	2,25	39,39	163,14	0,00
	Итого	245	6,62	7,69	46,19	263,44	1,19
<b>Обед</b>							
160	Салат Мозаика	60	1,03	3,75	3,75	63,15	2,60
5	Борщ с капустой и картофелем, с мясом и со сметаной	200	2,82	4,79	7,83	93,69	7,80
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	70	9,84	8,02	7,15	139,97	0,81
91	Картофельное пюре	130	2,64	4,54	15,65	123,07	9,10
20	Кисель из ягод	200	0,15	0,10	21,58	90,00	3,00
ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	710	19,28	21,80	80,66	625,88	23,31
<b>Полдник</b>							
124	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,02	29,00	0,00
155	Запеканка овощная	70	1,82	3,51	9,59	77,24	3,93
	Итого	370	2,22	3,91	26,41	153,24	13,93
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		42,91	47,19	220,18	1487,56	42,51
	<b>Суточная потребность (75 % от норматива)</b>		40,50	45,00	195,75	1350,00	37,50
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		105,95	104,87	112,48	110,19	113,36
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						
	Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3,75 гр.						

День: среда (день 3)

Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7 лет, 10 часовое пребывание

№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
37	Омлет натуральный с маслом	185	16,46	18,51	4,25	248,64	0,92
15	Какао сгущенное	200	3,30	3,00	20,60	128,40	0,00
3	Бутерброд с маслом и сыром	55	6,18	8,27	17,28	169,00	0,10
	Итого	440	25,94	29,78	42,13	546,04	1,02
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
<b>Обед</b>							
41	Икра кабачковая	60	0,72	2,83	4,63	46,80	5,76
132	Суп из овощей с мясом	200	4,04	3,09	6,76	77,00	7,97
164	Котлеты, биточки, шницели рыбные	80	7,80	4,36	28,33	114,00	0,41
65	Каша гречневая (перловая) рассыпчатая	180	5,40	7,68	26,28	315,60	0,00
ГП	Напиток витаминизированный	190	0,00	0,00	21,68	83,82	22,35
ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	760	20,76	18,56	112,38	753,22	36,49
<b>Полдник</b>							
13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,02	29,00	0,00
137	Блинчики с молоком сгущенным	70	5,36	6,61	27,54	179,00	0,89

124	яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	Итого	370	5,76	7,01	44,36	255,00	10,89
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		56,81	60,15	204,87	1642,76	49,45
	<b>Суточная потребность (75 % от норматива)</b>		40,50	45,00	195,75	1350,00	37,50
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		140,27	133,67	104,66	121,69	131,87
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						
	Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3,75 гр.						
<b>День: четверг (день 4)</b>							
<b>Неделя: первая</b>							
<b>Возрастная категория: 3-7 лет, 10 часовое пребывание</b>							
№ ТК (ТТК )	Прием пищи, наименование блюда	Выхо д блю д а	Пищевые вещества (г)			Энергетическ ая ценность (ккал)	Витами н С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
22	Запеканка из творога с молоком сгущенным	225	30,16	42,29	43,66	697,50	0,62
31	Чай с лимоном	200	0,04	0,00	7,17	31,00	2,00
16	Бутерброд с маслом	40	2,70	3,85	17,28	114,00	0,00
	Итого	465	32,90	46,14	68,11	842,50	2,62
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
<b>Обед</b>							

108	Салат "Степной"	60	1,05	6,13	6,12	85,00	5,91
57	Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	200	4,12	5,63	15,13	139,60	4,24
59	Рис отварной с овощами	180	4,63	8,41	30,60	254,40	7,15
58	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	11,81	5,58	1,75	103,08	1,45
ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	0,40	0,21	20,21	92,00	4,00
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,08	20,05	104,00	0,00
	Итого	790	26,01	26,04	93,86	778,08	22,75

### Полдник

124	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,02	29,00	0,00
78	Булочка домашняя	70	4,20	5,60	20,30	165,30	0,27
	Итого	370	4,60	6,00	37,12	241,30	10,27

			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		67,86	82,98	205,09	1950,38	36,69
	<b>Суточная потребность (75 % от норматива)</b>		40,50	45,00	195,75	1350,00	37,50
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		167,56	184,40	104,77	144,47	97,84

Примечание: ГП -  
готовый продукт.

<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов  
произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно  
производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой  
поваренной - 3,75 гр.

**День: пятница (день 5)**

**Неделя: первая**

**Возрастная категория: 3-7 лет, 10 часовое пребывание**

№ ТК (ТТК )	Прием пищи, наименование блюда	Выхо д блюд а	Пищевые вещества (г)	Энергетическ ая ценность (ккал)	Витами н С, мг
----------------------	--------------------------------------	------------------------	-------------------------	---------------------------------------	-------------------

1	2	3	Б	Ж	У	7	8
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
84	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	200	5,95	7,98	20,50	175,25	1,83
76	Чай с молоком	200	3,11	3,55	12,24	93,00	1,44
86	Бутерброд с джемом	45	2,70	0,28	23,72	107,00	0,05
	Итого	445	11,76	11,81	56,46	375,25	3,32
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
<b>Обед</b>							
69	Овощи натуральные соленые (или свежие)	60	0,48	0,06	1,50	8,40	6,00
165	Суп с рыбными консервами	200	4,24	5,20	20,24	120,24	9,64
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	70	9,84	8,02	7,15	139,97	0,81
94	Капуста тушеная	150	2,84	3,53	8,31	82,50	23,45
ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	0,40	0,21	20,21	92,00	4,00
ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	730	20,60	17,62	82,11	559,11	43,90
<b>Полдник</b>							
13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,02	29,00	0,00
154	Запеканка из печени с луком	70	9,89	6,41	5,48	123,73	5,48
124	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	Итого	370	10,29	6,81	22,30	199,73	15,48
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		47,00	41,04	166,87	1222,59	63,75
	<b>Суточная потребность (75 % от норматива)</b>		40,50	45,00	195,75	1350,00	37,50



	<b>процент удовлетворения суточной потребности</b>		116,05	91,20	85,25	90,56	170,00
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						
	Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3,75 гр.						
<b>День: понедельник (день 6)</b>							
<b>Неделя: вторая</b>							
<b>Возрастная категория: 3-7 лет, 10 часовое пребывание</b>							
№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
39	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,85	5,81	19,99	155,01	1,01
2	Кофейный напиток с молоком	200	5,08	5,42	14,81	125,00	2,08
18	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00
16	Бутерброд с маслом	40	2,70	3,85	17,28	114,00	0,00
	<b>Итого</b>	480	18,71	19,68	52,36	457,01	3,09
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	<b>Итого</b>	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
<b>Обед</b>							
141	Салат из морской капусты с яйцом	60	2,28	6,32	0,11	87,00	0,84
130	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	6,50	5,30	14,53	167,25	10,53

...	десерт-роганов	70	8,93	7,39	1,40	148,30	0,25
91	Картофельное пюре	130	2,64	4,54	15,65	123,07	9,10
ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	0,40	0,21	20,21	92,00	4,00
ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	710	23,55	24,36	76,60	733,62	24,72

**Полдник**

124	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
9	Компот из сухофруктов	200	0,55	0,00	18,41	78,00	0,50
35	Сушка домашняя	50	7,46	7,08	40,29	272,00	0,30
	Итого	350	8,41	7,48	68,50	397,00	10,80

			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		55,02	56,32	203,46	1676,13	39,66
	<b>Суточная потребность (75 % от норматива)</b>		40,50	45,00	195,75	1350,00	37,50
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		135,85	125,16	103,94	124,16	105,76

Примечание: ГП - готовый продукт.

<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3,75 гр.

**День: вторник (день 7)**

**Неделя: вторая**

**Возрастная категория: 3-7 лет, 10 часовое пребывание**

№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8

**Завтрак**

14	Каша "Дружба"	200	6,21	7,71	27,71	201,00	1,93
15	Какао сгущенное	200	3,30	3,00	20,60	128,40	0,00

16	Бутерброд с маслом	40	2,70	3,85	17,28	114,00	0,00
	Итого	440	12,21	14,56	65,59	443,40	1,93
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	170	4,93	5,44	6,80	100,30	1,19
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	75	1,69	2,25	39,39	163,14	0,00
	Итого	245	6,62	7,69	46,19	263,44	1,19
<b>Обед</b>							
41	Икра кабачковая	60	0,72	2,83	4,63	46,80	5,76
47	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	200	6,34	4,12	17,51	118,87	4,83
71	Голубцы ленивые	80	6,57	5,09	4,79	91,01	9,97
90	Рагу из овощей	120	1,92	3,64	10,68	88,80	9,40
ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	0,40	0,21	20,21	92,00	4,00
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,08	20,05	104,00	0,00
	Итого	710	19,95	15,97	77,87	541,48	33,96
<b>Полдник</b>							
31	Чай с лимоном	200	0,04	0,00	7,17	31,00	2,00
124	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
158	Запеканка морковная с творогом с молоком сгущенным	77	7,27	5,15	14,41	138,55	0,17
	Итого	377	7,71	5,55	31,38	216,55	12,17
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		46,49	43,77	221,03	1464,87	49,25
	<b>Суточная потребность (75 % от норматива)</b>		40,50	45,00	195,75	1350,00	37,50
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		114,79	97,27	112,91	108,51	131,33
	Примечание: ГП - готовый продукт.						

- расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.							
При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.							
Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной -3,75 гр.							
<b>День: среда (день 8)</b>							
<b>Неделя: вторая</b>							
<b>Возрастная категория: 3-7 лет, 10 часовое пребывание</b>							
№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
74	Омлет с зеленым горошком	200	13,14	17,40	7,41	235,71	5,04
31	Чай с лимоном	200	0,04	0,00	7,17	31,00	2,00
86	Бутерброд с джемом	45	2,70	0,28	23,72	107,00	0,05
	Итого	445	15,88	17,68	38,30	373,71	7,09
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
<b>Обед</b>							
11	Овощи натуральные соленые (или свежие)	60	0,48	0,06	1,50	8,40	6,00
25	Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной	200	3,28	4,80	16,76	116,11	6,57
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	70	9,84	8,02	7,15	139,97	0,81
94	Капуста тушеная	150	2,84	3,53	8,31	82,50	23,45
126	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	16,65	85,00	3,00
ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	730	19,92	17,29	75,07	547,98	39,83

<b>Полдник</b>							
124	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
129	Компот из ягод	200	0,14	0,10	8,63	37,00	3,00
66	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем из печени с рисом	70	9,30	6,27	23,44	197,17	9,73
	Итого	370	9,84	6,77	41,87	281,17	22,73
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		49,99	46,54	161,24	1291,36	70,70
	<b>Суточная потребность (75 % от норматива)</b>		40,50	45,00	195,75	1350,00	37,50
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		123,43	103,42	82,37	95,66	188,53
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						
	Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3,75 гр.						
<b>День: четверг (день 9)</b>							
<b>Неделя: вторая</b>							
<b>Возрастная категория: 3-7 лет, 10 часовое пребывание</b>							
№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
45	Каша пшеничная молочная жидкая	200	7,01	8,09	28,39	213,00	1,95
13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,02	29,00	0,00
151	Гренка с сыром	60	9,46	9,61	36,98	273,00	0,11
	Итого	460	16,47	17,70	72,39	515,00	2,06
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочный напиток или	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05

	молоко кипяченое						
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
<b>Обед</b>							
4	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	1,13	4,56	4,09	64,00	4,48
46	Суп "Харчо" с мясом и со сметаной	200	3,33	4,64	15,70	115,15	6,30
164	Котлеты, биточки, шницели рыбные	80	7,80	4,36	28,33	114,00	0,41
109	Картофель тушеный	130	2,49	3,65	16,02	114,40	8,78
ГП	Напиток витаминизированный	190	0,00	0,00	21,68	83,82	22,35
ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	710	17,55	17,81	110,52	607,37	42,32
<b>Полдник</b>							
20	Кисель из ягод	200	0,15	0,10	21,58	90,00	3,00
28	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	70	5,60	4,30	24,48	182,30	0,30
26	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,58	4,90	2,26	55,20	10,08
	Итого	330	6,33	9,30	48,32	327,50	13,38
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		44,70	49,61	237,23	1538,37	58,81
	<b>Суточная потребность (75 % от норматива)</b>		40,50	45,00	195,75	1350,00	37,50
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		110,37	110,24	121,19	113,95	156,83
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						

Ежедневная норма выдачи соли пищевой поваренной - 3,75 гр.

День: пятница (день 10)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7 лет, 10 часовое пребывание

№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
39	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,85	5,81	19,99	155,01	1,01
76	Чай с молоком	200	3,11	3,55	12,24	93,00	1,44
86	Бутерброд с джемом	45	2,70	0,28	23,72	107,00	0,05
	Итого	445	11,66	9,64	55,95	355,01	2,50
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
<b>Обед</b>							
152	Салат из кальмаров с яйцом	60	8,37	8,01	1,34	111,00	1,18
132	Суп из овощей с мясом	200	4,04	3,09	6,76	77,00	7,97
61	Плов с мясом	200	19,08	17,67	33,83	366,90	2,69
20	Кисель из ягод	200	0,15	0,10	21,58	90,00	3,00
ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	710	1,53	29,47	88,21	760,90	14,84
<b>Полдник</b>							
31	Чай с лимоном	200	0,04	0,00	7,17	31,00	2,00
55	Сырники из творога с джемом или повидлом	150	21,78	12,50	32,61	335,65	0,32
124	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	Итого	450	22,22	12,90	49,58	413,65	12,32
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		39,76	56,81	199,74	1618,06	30,71

	<b>Суточная потребность (75 % от норматива)</b>		40,50	45,00	195,75	1350,00	37,50
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		98,17	126,24	102,04	119,86	81,89
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						
	Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3,75 гр.						
<b>День: понедельник (день 11)</b>							
<b>Неделя: третья</b>							
<b>Возрастная категория: 3-7 лет, 10 часовое пребывание</b>							
№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
85	Макаронные изделия, запеченные с сыром	220	11,56	12,95	52,62	379,87	0,28
9	Компот из сухофруктов	200	0,55	0,00	18,41	78,00	0,50
86	Бутерброд с джемом	45	2,70	0,28	23,72	107,00	0,05
	Итого	465	14,81	13,23	94,75	564,87	0,83
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
<b>Обед</b>							



88	Салат из белокочанной и морской капусты, или морской капусты	60	0,82	7,46	3,48	84,00	12,36
5	Борщ с капустой и картофелем, с мясом и со сметаной	200	2,82	4,79	7,83	93,69	7,80
75	Язык отварной	80	19,20	12,00	0,00	185,60	0,00
144	Картофель отварной	130	2,51	5,77	17,47	140,37	10,40
ГП	Напиток витаминизированн ый	190	0,00	0,00	21,68	83,82	22,35
ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	710	28,15	30,62	75,16	703,48	52,91
<b>Полдник</b>							
13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,02	29,00	0,00
154	Запеканка из печени с луком	70	9,89	6,41	5,48	123,73	5,48
69	Овощи натуральные соленые (или свежие)	60	0,48	0,06	1,50	8,40	6,00
	Итого	330	10,37	6,47	14,00	161,13	11,48
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		57,68	55,12	189,91	1517,98	66,27
	<b>Суточная потребность (75 % от норматива)</b>		40,50	45,00	195,75	1350,00	37,50
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		142,42	122,49	97,02	112,44	176,72
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						
	Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3,75 гр.						
<b>День: вторник (день 12)</b>							

## Неделя: третья

## Возрастная категория: 3-7 лет, 10 часовое пребывание

№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
110	Каша кукурузная молочная жидкая	200	5,83	7,27	25,56	192,00	1,96
2	Кофейный напиток с молоком	200	5,08	5,42	14,81	125,00	2,08
3	Бутерброд с маслом и сыром	55	6,18	8,27	17,28	169,00	0,10
	Итого	455	17,09	20,96	57,65	486,00	4,14
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
<b>Обед</b>							
120	Винегрет овощной	60	1,04	4,59	4,91	67,50	5,30
47	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	200	6,34	4,12	17,51	118,87	4,83
64	Тефтели из говядины с рисом	70	8,97	9,49	7,31	150,50	0,78
109	Картофель тушеный	130	2,49	3,65	16,02	114,40	8,78
54	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	10,91	47,00	4,00
ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	710	21,80	22,61	81,36	614,27	23,69
<b>Полдник</b>							
13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,02	29,00	0,00
163	Рыба запеченная в омлете	80	9,51	5,29	45,27	125,01	0,31
41	Икра кабачковая	60	0,72	2,83	4,63	46,80	5,76

	Итого	340	10,23	8,12	56,92	200,81	6,07
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		53,47	56,49	201,93	1389,58	34,95
	<b>Суточная потребность (75 % от норматива)</b>		40,50	45,00	195,75	1350,00	37,50
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		132,02	125,53	103,16	102,93	93,20
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						
	Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3,75 гр.						
<b>День: среда (день 13)</b>							
<b>Неделя: третья</b>							
<b>Возрастная категория: 3-7 лет, 10 часовое пребывание</b>							
№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
14	Каша "Дружба"	200	6,21	7,71	27,71	201,00	1,93
15	Какао сгущенное	200	3,30	3,00	20,60	128,40	0,00
16	Бутерброд с маслом	40	2,70	3,85	17,28	114,00	0,00
	Итого	440	12,21	14,56	65,59	443,40	1,93
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
<b>Обед</b>							
69	Овощи натуральные соленые (или свежие)	60	0,48	0,06	1,50	8,40	6,00

34	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной	200	3,38	5,20	11,03	116,11	7,97
59	Рис отварной с овощами	180	4,63	8,41	30,60	254,40	7,15
135	Суфле из кур	74	13,74	13,12	29,69	291,25	2,34
20	Кисель из ягод	200	0,15	0,10	21,58	90,00	3,00
ГП	Хлеб ржаной	40	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	<b>Итого</b>	<b>754</b>	<b>25,18</b>	<b>27,49</b>	<b>119,10</b>	<b>876,16</b>	<b>26,46</b>

### Полдник

ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	0,40	0,21	20,21	92,00	4,00
22	Запеканка из творога с молоком сгущенным	225	30,16	42,29	43,66	697,50	0,62
	<b>Итого</b>	<b>425</b>	<b>30,56</b>	<b>42,50</b>	<b>63,87</b>	<b>789,50</b>	<b>4,62</b>

			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		72,30	89,35	254,56	2197,56	34,06
	<b>Суточная потребность (75 % от норматива)</b>		40,50	45,00	195,75	1350,00	37,50
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		178,52	198,56	130,04	162,78	90,83

Примечание: ГП - готовый продукт.

<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3,75 гр.

**День: четверг (день 14)**

**Неделя: третья**

**Возрастная категория: 3-7 лет, 10 часовое пребывание**

№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд а	Пищевые вещества (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С, мг
------------	--------------------------------	--------------	----------------------	--------------------------------	----------------

1	2	3	Б	Ж	У	7	8
<b>Завтрак</b>							
74	Омлет с зеленым горошком	200	13,14	17,40	7,41	235,71	5,04
31	Чай с лимоном	200	0,04	0,00	7,17	31,00	2,00
86	Бутерброд с джемом	45	2,70	0,28	23,72	107,00	0,05
	Итого	445	15,88	17,68	38,30	373,71	7,09
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	170	4,93	5,44	6,80	100,30	1,19
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	75	1,69	2,25	39,39	163,14	0,00
	Итого	245	6,62	7,69	46,19	263,44	1,19
<b>Обед</b>							
41	Икра кабачковая	60	0,72	2,83	4,63	46,80	5,76
134	Солянка сборная мясная со сметаной	200	3,92	5,47	7,21	88,00	7,75
150	Печень, тушенная в соусе	80	10,64	6,16	4,40	115,20	8,00
91	Картофельное пюре	130	2,64	4,54	15,65	123,07	9,10
ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	0,40	0,21	20,21	92,00	4,00
ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	720	21,12	19,81	76,80	581,07	34,61
<b>Полдник</b>							
9	Компот из сухофруктов	200	0,55	0,00	18,41	78,00	0,50
137	Блинчики с молоком сгущенным	70	5,36	6,61	27,54	179,00	0,89
83	Салат из моркови с зеленым горошком	60	1,00	5,07	3,03	57,00	2,85
	Итого	330	6,91	11,68	48,98	314,00	4,24
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		50,53	56,86	210,27	1532,22	47,13

	<b>Суточная потребность (75 % от норматива)</b>		40,50	45,00	195,75	1350,00	37,50
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		124,77	126,36	107,42	113,50	125,68
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						
	Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3,75 гр.						
<b>День: пятница (день 15)</b>							
<b>Неделя: третья</b>							
<b>Возрастная категория: 3-7 лет, 10 часовое пребывание</b>							
№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
84	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	200	5,95	7,98	20,50	175,25	1,83
2	Кофейный напиток с молоком	200	5,08	5,42	14,81	125,00	2,08
16	Бутерброд с маслом	40	2,70	3,85	17,28	114,00	0,00
	Итого	440	13,73	17,25	52,59	414,25	3,91
<b>2 завтрак</b>							
124	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	Итого	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
<b>Обед</b>							
17	Салат картофельный с солеными огурцами	60	0,87	6,13	5,77	82,00	5,44

53	Суп "Харчо" с мясом птицы и со сметаной	200	3,30	4,66	15,70	116,50	6,30
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	70	9,84	8,02	7,15	139,97	0,81
94	Капуста тушеная	150	2,84	3,53	8,31	82,50	23,45
129	Компот из ягод	200	0,14	0,10	8,63	37,00	3,00
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,08	20,05	104,00	0,00
	<b>Итого</b>	<b>730</b>	<b>20,99</b>	<b>22,52</b>	<b>65,61</b>	<b>561,97</b>	<b>39,00</b>
<b>Полдник</b>							
13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,02	29,00	0,00
95	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем картофельным с луком	70	4,62	5,08	24,72	175,00	4,07
69	Овощи натуральные соленые (или свежие)	60	0,48	0,06	1,50	8,40	6,00
	<b>Итого</b>	<b>330</b>	<b>5,10</b>	<b>5,14</b>	<b>33,24</b>	<b>212,40</b>	<b>10,07</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		40,22	45,31	161,24	1235,62	62,98
	<b>Суточная потребность (75 % от норматива)</b>		40,50	45,00	195,75	1350,00	37,50
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		99,31	100,69	82,37	91,53	167,95
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						
	Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3,75 гр.						
<b>День: понедельник (день 16)</b>							
<b>Неделя: четвертая</b>							
<b>Возрастная категория: 3-7 лет, 10 часовое пребывание</b>							

№ ТК (ТТК )	Прием пищи, наименование блюда	Выхо д блю д а	Пищевые вещества (г)			Энергетическ ая ценность (ккал)	Витами н С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
39	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,85	5,81	19,99	155,01	1,01
76	Чай с молоком	200	3,11	3,55	12,24	93,00	1,44
86	Бутерброд с джемом	45	2,70	0,28	23,72	107,00	0,05
	Итого	445	11,66	9,64	55,95	355,01	2,50
<b>2 завтрак</b>							
124	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	Итого	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
<b>Обед</b>							
83,81	Салат из моркови с зеленым горошком или салат из свежих помидоров с луком	60	1,00	5,07	3,03	57,00	2,85
5	Борщ с капустой и картофелем, с мясом и со сметаной	200	2,82	4,79	7,83	93,69	7,80
8	Макаронник с мясом	204	26,11	18,28	46,32	468,00	0,40
20	Кисель из ягод	200	0,15	0,10	21,58	90,00	3,00
ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	714	32,88	28,84	103,46	824,69	14,05
<b>Полдник</b>							
31	Чай с лимоном	200	0,04	0,00	7,17	31,00	2,00
113	Рагу из овощей с мясом	240	10,50	9,68	13,97	192,00	18,87
	Итого	440	10,54	9,68	21,14	223,00	20,87
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		55,48	48,56	190,35	1449,70	47,42



	<b>Суточная потребность (75 % от норматива)</b>		40,50	45,00	195,75	1350,00	37,50
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		136,99	107,91	97,24	107,39	126,45
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						
	Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3,75 гр.						
<b>День: вторник (день 17)</b>							
<b>Неделя: четвертая</b>							
<b>Возрастная категория: 3-7 лет, 10 часовое пребывание</b>							
№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
50	Каша рисовая молочная жидкая	200	5,55	7,47	26,08	192,00	1,95
31	Чай с лимоном	200	0,04	0,00	7,17	31,00	2,00
16	Бутерброд с маслом	40	2,70	3,85	17,28	114,00	0,00
	Итого	440	8,29	11,32	50,53	337,00	3,95
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
<b>Обед</b>							
79,14 7	Салат из белокочанной капусты с морковью и кукурузой (или салат из свеклы с	60	0,83	4,54	4,55	65,00	4,50

	чесноком)						
25	Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной	200	3,28	4,80	16,76	116,11	6,57
100	Птица отварная	70	8,80	6,85	22,00	170,00	6,10
140	Соус сметанный натуральный	25	0,73	8,02	2,39	82,00	0,10
91	Картофельное пюре	130	2,64	4,54	18,06	142,00	8,40
ГП	Напиток витаминизированный	190	0,00	0,00	21,68	83,82	22,35
ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	725	19,08	29,35	110,14	774,93	48,02
<b>Полдник</b>							
9	Компот из сухофруктов	200	0,55	0,00	18,41	78,00	0,50
28	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	70	5,60	4,30	24,48	182,30	0,30
120	Винегрет овощной	60	1,04	4,59	4,91	67,50	5,30
	Итого	330	7,19	8,89	47,80	327,80	6,10
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		38,91	54,36	214,47	1528,23	59,12
	<b>Суточная потребность (75 % от норматива)</b>		40,50	45,00	195,75	1350,00	37,50
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		96,07	120,80	109,56	113,20	157,65
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой  
поваренной - 3,75 гр.

День: среда (день 18)

Неделя: четвертая

Возрастная категория: 3-7 лет, 10 часовое пребывание

№ ТК (ТТК )	Прием пищи, наименование блюда	Выхо д блю д а	Пищевые вещества (г)			Энергетическ ая ценность (ккал)	Витами н С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
1	Суп молочный с крупой	200	5,76	6,63	18,28	156,00	1,17
2	Кофейный напиток с молоком	200	5,08	5,42	14,81	125,00	2,08
86	Бутерброд с джемом	45	2,70	0,28	23,72	107,00	0,05
	Итого	445	13,54	12,33	56,81	388,00	3,30
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	170	4,93	5,44	6,80	100,30	1,19
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	75	1,69	2,25	39,39	163,14	0,00
	Итого	245	6,62	7,69	46,19	263,44	1,19
<b>Обед</b>							
11	Овощи натуральные соленые (или свежие)	60	0,48	0,06	1,50	8,40	6,00
34	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной	200	3,38	5,20	11,03	116,11	7,97
35	Гуляш	70	5,25	6,65	2,16	144,20	0,70
65	Каша гречневая (перловая) рассыпчатая	180	5,40	7,68	26,28	315,60	0,00

129	Компот из ягод	200	0,14	0,10	8,63	37,00	3,00
ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	760	17,45	20,29	74,30	737,31	17,67
<b>Полдник</b>							
13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,02	29,00	0,00
154	Запеканка из печени с луком	70	9,89	6,41	5,48	123,73	5,48
124	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	Итого	370	10,29	6,81	22,30	199,73	15,48
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		47,90	47,12	199,60	1588,48	37,64
	<b>Суточная потребность (75 % от норматива)</b>		40,50	45,00	195,75	1350,00	37,50
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		118,27	104,71	101,97	117,67	100,37
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						
	Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3,75 гр.						
<b>День: четверг (день 19)</b>							
<b>Неделя: четвертая</b>							
<b>Возрастная категория: 3-7 лет, 10 часовое пребывание</b>							
№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
74	Омлет с зеленым горошком	200	13,14	17,40	7,41	235,71	5,04
76	Чай с молоком	200	3,11	3,55	12,24	93,00	1,44
16	Бутерброд с маслом	40	2,70	3,85	17,28	114,00	0,00

	Итого	440	18,95	24,80	36,93	442,71	6,48
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
<b>Обед</b>							
41	Икра кабачковая	60	0,72	2,83	4,63	46,80	5,76
130	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	6,50	5,30	14,53	167,25	10,53
58	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	11,81	5,58	1,75	103,08	1,45
144	Картофель отварной	130	2,51	5,77	17,47	140,37	10,40
ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	0,40	0,21	20,21	92,00	4,00
ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	740	24,74	20,29	83,29	665,50	32,14
<b>Полдник</b>							
13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,02	29,00	0,00
124	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
35	Сушка домашняя	50	7,46	7,08	40,29	272,00	0,30
	Итого	350	7,86	7,48	57,11	348,00	10,30
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		55,90	57,37	183,33	1544,71	49,97
	<b>Суточная потребность (75 % от норматива)</b>		40,50	45,00	195,75	1350,00	37,50
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		138,02	127,49	93,66	114,42	133,25
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	1 - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой  
поваренной - 3,75 гр.

День: пятница (день 20)

Неделя: четвертая

Возрастная категория: 3-7 лет, 10 часовое пребывание

№ ТК (ТТК )	Прием пищи, наименование блюда	Выхо д блю д а	Пищевые вещества (г)			Энергетическ ая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
23	Каша вязкая ячневая молочная	200	6,64	7,59	28,12	204,00	1,95
2	Кофейный напиток с молоком	200	5,08	5,42	14,81	125,00	2,08
3	Бутерброд с маслом и сыром	55	6,18	8,27	17,28	169,00	0,10
	Итого	455	17,90	21,28	60,21	498,00	4,13
<b>2 завтрак</b>							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
	Итого	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
<b>Обед</b>							
152	Салат из кальмаров с яйцом	60	8,37	8,01	1,34	111,00	1,18
117	Суп крестьянский с крупой, с мясом и со сметаной	200	3,74	5,34	12,82	110,00	7,70
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	70	9,84	8,02	7,15	139,97	0,81
90	Рагу из овощей	120	1,92	3,64	10,68	88,80	9,40

54	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	10,91	47,00	4,00
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,08	20,05	104,00	0,00
	Итого	700	28,03	25,25	62,95	600,77	23,09
<b>Полдник</b>							
9	Компот из сухофруктов	200	0,55	0,00	18,41	78,00	0,50
78	Булочка домашняя	70	4,20	5,60	20,30	165,30	0,27
160	Салат Мозаика	60	1,03	3,75	3,75	63,15	2,60
	Итого	330	5,78	9,35	42,46	306,45	3,37
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>	<b>Эн/ц</b>	<b>С</b>
	<b>Итого за день</b>		56,06	60,68	171,62	1493,72	31,64
	<b>Суточная потребность (75 % от норматива)</b>		40,50	45,00	195,75	1350,00	37,50
	<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>		138,42	134,84	87,67	110,65	84,37
	Примечание: ГП - готовый продукт.						
	<sup>1</sup> - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.						
	При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.						
	Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3,75 гр.						
<b>Средние показатели содержания пищевых веществ, энергетической ценности рациона питания детей 3-7 лет</b>							
			<b>Пищевые вещества (г)</b>			<b>Энергетическая ценность (ккал)</b>	<b>Витами н С, мг</b>
			<b>Б</b>	<b>Ж</b>	<b>У</b>		
	<b>Итого за 20 дней</b>		1030,20	1108,67	3992,35	30701,45	947,11
	<b>Итого за 1 дней</b>		51,51	55,43	199,62	1535,07	47,36

<b>Суточная потребность (75 % от норматива)</b>	40,50	45,00	195,75	1350,00	37,50
<b>Процент удовлетворения суточной потребности</b>	127,18	123,19	101,98	113,71	126,28
<b>Процент отклонения от расчетных данных</b>	27,18	23,19	1,98	13,71	26,28