



В.И. Козлов

«07» октябрь 2024-2025 год

СОГЛАСОВАНО

Заведующая ДОУ № 30

Н.Е. Красуля

«07» октябрь 2024-2025 год

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ

(10-ти дневное)

**ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЛЕНИНГРАДСКИЙ РАЙОН**

Сезон: лето-осень

Возраст: от 1,5 до 3 лет

Длительность пребывания: 8-10 часов

сезон: лето-осень
 возрастная категория: 1,5-3 года
 понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов	
			Белки, г	Жиры, г	Углево Ды, г				
Неделя 1 день 1		Завтрак							
	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (3-й вариант)	25	3,6	6,5	5	93	65	2021	
	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,6	4,8	22,9	153	230-п	2021	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,2	0,1	7,6	32	459	2021	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	16	1,2	0,1	7,9	37,4	573	2021	
Итого за прием пищи:		351	9,6	11,5	43,4	315,4			
		II Завтрак							
Итого за прием пищи:	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021	
Итого за завтрак:		100	0,4	0,4	9,8	44			
		451	10	11,9	53,2	359,4			
		Обед							
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	0,2	1,8	0,5	19,2	14	2021	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	1,1	2,7	4,2	45	95	2021	
	СМЕТАНА терм.	5	0,1	0,8	0,2	7,9	433	2021	
	ГУЛЯШ из отварного мяса	50/20	6,6	7,2	2,8	108,5	293-м	2016	
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	120	1,8	3,5	20,4	120	324	2008	
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,5	0,1	15,1	63,1	495	2021	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	1,5	0,2	9,8	46,8	573	2021	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3,2	0,6	16	82,4	574	2021	
Итого за обед:		585	15	16,9	69	492,9			
		Полдник							
	ШАНЕЖКА С ЯБЛОКАМИ	52	2,3	2,9	23,1	127,6	539-п	2021	
	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	150	4,4	3,8	6	75,8	470	2021	
Итого за полдник:		202	6,7	6,7	29,1	203,4			
Итого за день:		31,7	35,5	151,3	1055,7				

сезон: лето-осень
 возрастная категория: 1,5-3 года
 вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 день 2								
Завтрак								
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	8,8	11,3	11,9	184,5	224-ттк	2008
	ПОВИДЛО, ДЖЕМ, ВАРЕНЬЕ (порциями)	20	0,1	0	13,2	53,1	86	2021
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	8,4	34,2	457	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	1,5	0,2	9,8	46,8	573	2021
Итого за прием пищи:								
		350	10,6	11,6	43,3	318,6		
II Завтрак								
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021
Итого за прием пищи:								
		100	0,4	0,4	9,8	44		
Итого за завтрак:								
		450	11	12	53,1	362,6		
Обед								
	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) помидоры	30	0,2	0	0,6	3,3	148	2021
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	150	1,5	2,3	6,7	53,6	128-ттк	2021
	КОЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	8,2	8,6	8,1	142,1	322-м	2016
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	115	2,3	3,9	8,7	79,4	380	2021
	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО	180	0,4	0,1	20	81	485-п	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	1,5	0,2	9,8	46,8	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	13	1	0,2	5,2	26,8	574	2021
	ВАФЛИ	15	0,4	0,5	11,6	53,1	580-ттк	2021
Итого за обед:								
		573	15,42	15,8	70,8	486,1		
Полдник								
	КАША "ДРУЖБА"	130	3,3	4,4	17,5	122,7	229-п	2021
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	2,2	2	10,9	70,4	465	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	8	0,6	0,1	3,9	18,7	573	2021
Итого за полдник:								
		298	6,1	7,0	32,3	211,8		
Итого за день:								
		1321	32,52	34,78	156,22	1060,5		

сезон: лето-осень
 возрастная категория: 1,5-3 года
 среда

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов	
			Белки, Жиры, Углеводы, г	Ды, г				
Неделя 1 день 3								
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)	8	0,10	5,8	0,1	52,9	79	2021
	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) помидоры	40	0,3	0	0,8	4,4	148	2021
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ отварной	130	8	5,3	16,1	145	375	2021
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,2	0,1	7,1	30	459	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	22	1,7	0,2	10,8	51,5	573	2021
Итого за прием пищи:		350	10,26	11,4	34,9	283,8		
II Завтрак								
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблоко)	150	0,8	0,2	15,2	64,5	501	2021
Итого за прием пищи:		150	0,8	0,2	15,2	64,5		
Итого за завтрак:		500	11,06	11,6	50,1	348,3		
Обед								
	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) огурцы	30	0,2	0	0,6	3,3	148	2021
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ рыбными	150	1,4	4,8	11,2	93,3	123-п	2021
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	60	6,6	7,1	9,6	139,1	299-м	2016
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (2-й вариант)	110	2,1	3,1	10,3	74,3	177-п	2021
	КОМПОТ ИЗ ОВОЩЕЙ (2-й вариант)	150	0,5	0,1	15,1	63,1	495	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,2	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,4	0,5	12	61,8	574	2021
Итого за обед:		560	15,42	15,8	73,6	505,1		
Полдник								
	БЛИНЧИКИ из п/ф	45	1,8	3,6	12,2	88,9	3-гтк	2024
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	15	1,1	1,3	8,3	49,1	471	2021
	КАКАО С МОЛОКОМ	160	2,6	2,3	11	75,2	462	2021
Итого за полдник:		220	5,6	7,2	31,5	213,2		
Итого за день:			32,1	34,6	155,2	1066,6		

сезон: лето-осень
 возрастная категория: 1,5-3 года
 четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 день 4								
Завтрак								
	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (3-й вариант)	25	3,6	6,5	5	93	65	2021
	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ гречневой	150	4,4	4,1	12,7	106,5	140	2021
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,2	1	8,6	48	460	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,8	0,2	4	20,6	574	2021
	ЯБЛОКИ ПЕЧЕННЫЕ	50	0,2	0,2	10,9	47,2	446-п	2021
Итого за прием пищи:		385	10,2	12	41,2	315,3		
II Завтрак								
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (слива)	100	0,8	0,3	9,6	49	82	2021
Итого за прием пищи:		100	0,8	0,3	9,6	49		
Итого за завтрак:		485	11	12,3	50,8	364,3		
Обед								
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ПЕРЦЕМ	30	0,3	1,8	1,3	22,8	20	2021
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	0,9	2,7	2,3	37,1	104	2021
	СМЕТАНА терм.	5	0,1	0,8	0,2	7,9	433	2021
	БЕФСТРОГАНОВ из отварного мяса	60	5,8	6,9	11,8	132,5	294-м/372-м	2016
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,1	3,6	21,7	135,3	256	2021
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,2	16,5	70,2	496	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	2,3	0,2	14,8	70,2	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,2	0,2	6	30,9	574	2021
Итого за обед:		580	15,3	16,4	74,6	506,9		
Полдник								
	КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ	50	2,2	3,6	22,9	132,9	547-п	2021
	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	150	4,4	3,8	6	75,8	470	2021
Итого за полдник:		200	6,6	7,4	28,9	208,7		
Итого за день:			32,9	36,1	154,3	1079,9		

сезон: лето-осень
 возрастная категория: 1,5-3 года
 питание

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 день 5								
Завтрак								
	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (горошек зеленый)	40	1,1	1,4	2	25,5	157	2021
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	6,1	9,3	9	144,5	268-ггк	2021
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	7	28,5	457	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	25	1,9	0,2	12,3	58,5	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,8	0,2	4	20,6	574	2021
	Итого за прием пищи:	355	10,1	11,2	34,3	277,6		
II Завтрак								
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (персик)	150	0,8	0,2	15,2	64,5	501	2021
	Итого за прием пищи:	150	0,8	0,2	15,2	64,5		
	Итого за завтрак:	505	10,9	11,4	49,5	342,1		
Обед								
	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ И ОГУРЦОВ	30	0,3	1,8	0,9	21	5	2021
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ с мясными фрикадельками	150	3,2	7,7	10,5	124	89-м/129-м	2016
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	50	6,4	2,1	3	56,4	308-ггк	2021
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ	110	3,0	4,3	17,5	120,4	400-ггк	2021
	КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (зеленый горошек)	165	0,5	0,1	16,6	69,4	495	2021
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	15	1,1	0,1	7,4	35,1	573	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	10	0,8	0,2	4	20,6	574	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,3	0,3	7,7	35,4	580-ггк	2021
	ВАФЛИ	540	15,44	16,6	67,6	482,3		
	Итого за обед:	1110	32,3	33,8	123,8	1038,1		
Полдник								
	ОЛАДЬИ	60	4,1	4,5	21,5	143,2	431-м	2016
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,5	2,2	10,4	70,5	462	2021
	Итого за полдник:	210	6,6	6,7	31,9	213,7		
	Итого за день:	32,94	34,7	149	1038,1			

сезон: лето-осень
 возрастная категория: 1,5-3 года
 понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г			
Неделя 2 день 1							
	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	140	5,1	5,8	135,8	139	2021
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	155	2,2	1,9	68,2	465	2021
	БЛИНЧИКИ из п/ф	45	1,8	3,6	88,9	3-ттк	2024
	СОУС шоколадный	10	0,6	0,5	23,9	443-п	2021
Итого за прием пищи:							
		350	9,7	11,8	42,5	316,8	
II Завтрак							
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (груши)	100	0,4	0,3	10,3	47	2021
Итого за прием пищи:							
		100	0,4	0,3	10,3	47	
Итого за завтрак:							
		450	10,1	12,1	52,8	363,8	
Обед							
	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) помидоры	40	0,3	0	0,8	4,4	148
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	1,1	2,7	4,2	45	95
	СМЕТАНА терм.	10	0,2	1,5	0,3	15,8	433
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	60	6,7	7,1	9,6	139,1	299-м
	РИС ОТВАРНОЙ	110	2,8	4	28,5	161,1	386-п
	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,3	0,7	1,4	12,6	372-м
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ И ЯГОД	150	0,1	0,1	8,3	34,5	486
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	15	1,1	0,1	7,4	35,1	573
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	2	0,4	10	51,5	574
Итого за обед:							
		580	14,6	16,6	70,5	499,1	
Полдник							
	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (3-й вариант)	20	2,9	5,2	4	74,4	65
	ЗАПЕКАНКА МАННАЯ с изюмом	50	2,3	1,1	13,1	71,9	243-п
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	10	0,7	0,9	5,6	32,7	471
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	7	28,5	457
Итого за полдник:							
		230	6,1	7,3	29,7	207,5	
Итого за день:							
		30,8	36	153	1070,4		

сезон: лето-осень
 возрастная категория: 1,5-3 года
 вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Полдья 2 день 2	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) ОГУРЦЫ	30	0,2	0	0,6	3,3	148	2021
	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР ИЛИ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ	50	6,3	7,6	7,8	124,8	297	2011
Итого за прием пищи:	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	110	1,7	4	9,4	79,3	53	2021
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,2	0,1	7,1	30	459	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	1,5	0,2	9,8	46,8	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,8	0,2	4	20,6	574	2021
		370	10,66	12,1	38,7	304,8		
II Завтрак								
Итого за прием пищи: Итого за завтрак:	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44	82	2021
		100	0,4	0,4	9,8	44		
		470	11,06	12,5	48,5	348,8		
Обед								
Итого за обед:	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ПЕРЦЕМ	40	0,4	2,4	1,7	30,4	20	2021
	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	150	1,5	2,3	6,7	53,6	128-ТТК	2021
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	9,5	10,2	20,5	211,9	292-М	2016
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблоко)	150	0,8	0,2	15,2	64,5	501	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	1,5	0,2	9,8	46,8	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,2	0,2	6	30,9	574	2021
	ВАФЛИ	10	0,3	0,3	7,7	35,4	580-ТТК	2021
		535	15,2	15,8	67,6	473,5		
	Полдник							
	Итого за полдник: Итого за день:	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)	5	0	3,6	0,1	33,1	79
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ пшеничной		130	3,7	3,5	12,3	96,2	140	2021
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ		25	1,9	0,2	12,3	58,5	573	2021
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,2	0,1	7	28,5	457	2021
	310	6,3	7,4	31,7	216,3			
		32,58	35,7	147,8	1038,6			

сезон: лето-осень
 возрастная категория: 1,5-3 года
 среда

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 день 3								
	Завтрак							
	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) помидоры	40	0,3	0	0,8	4,4	148	2021
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	135	6,3	9,7	9,4	150,1	268-гтк	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	1,5	0,2	9,8	46,8	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	11	0,9	0,2	4,4	22,7	574	2021
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,2	1	8,6	48	460	2021
Итого за прием пищи:		356	10,2	11,1	33	272		
II Завтрак								
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (перек)	150	0,8	0,2	15,2	64,5	501	2021
Итого за прием пищи:		150	0,8	0,2	15,2	64,5		
Итого за завтрак:		506	11	11,3	48,2	336,5		
Обед								
	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ	40	0,6	2,4	3,6	39,2	1	2021
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	1,6	2,1	5,6	48	115	2021
	ПТИЦА ТУШЕНАЯ	65	7,6	8,6	8,44	139,5	318-м/372-м	2016
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	120	1,8	3,5	20,4	120	324	2008
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,5	0,1	18,1	75,7	495	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	1,5	0,2	9,8	46,8	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,8	0,3	8,8	45,3	574	2021
Итого за обед:		597	15,4	17,2	74,74	514,5		
Полдник								
	БЛИНЧИКИ из п/ф	45	1,8	3,6	12,2	88,9	3-гтк	2024
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	15	1,1	1,3	8,3	49,1	471	2021
	КАКАО С МОЛОКОМ	160	2,6	2,3	11	75,2	462	2021
Итого за полдник:		220	5,6	7,2	31,5	213,2		
Итого за день:			32,02	35,7	154,44	1064,2		

сезон: лето-осень
 возрастная категория: 1,5-3 года
 четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
			Белки, Жиры, Г	Углеводы, Г			
Неделя 2 день 4							
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	8,8	11,3	11,9	224-ттк	2008
	ПОВИДЛО, ДЖЕМ, ВАРЕНЬЕ (порциями)	20	0,1	0	13,2	86	2021
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	8,4	457	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	1,5	0,2	9,8	573	2021
Итого за прием пищи:		350	10,6	11,6	43,3		
II Завтрак							
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44	2021
Итого за прием пищи:		100	0,4	0,4	9,8	44	
Итого за завтрак:		450	11	12	53,1	362,6	
Обед							
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	160	1,2	2,8	4,5	48,1	95
	СМЕТАНА терм.	7	0,2	1,1	0,2	11	433
	ШАРИКИ "СОЛНЫШКО"-рыбные	60	7,6	6,2	5	106,6	486-ттк
	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ОВОЩИ						
	КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (зеленый горошек)	120	3,3	4,6	19,1	131,3	400-ттк
	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО	150	0,3	0	16,6	67,4	485-п
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	10	0,8	0,1	4,9	23,4	573
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,8	0,2	4	20,6	574
	ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	70,8	580-ттк
Итого за обед:		537	14,8	15,7	69,8	479,2	
Полдник							
	КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ	50	2,2	3,6	22,9	132,9	547-п
	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	150	4,4	3,8	6	75,8	470
Итого за полдник:		200	6,6	7,4	28,9	208,7	
Итого за день:			32,4	35,1	151,8	1050,5	

сезон: лето-осень
 возрастная категория: 1,5-3 года
 питание

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 день 5								
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (порциями)	5	0	3,6	0,1	33,1	79	2021
	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ) огурцы	30	0,2	0	0,6	3,3	148	2021
	РАГУ ИЗ СВИНИНЫ	130	5,6	6	12,4	126	263-гтк	2015
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,1	1,9	10,2	66	465	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	1,5	0,2	9,8	46,8	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,2	0,2	6	30,9	574	2021
Итого за прием пищи:		350	10,6	11,9	39,1	306,1		
II Завтрак								
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (груши)	100	0,4	0,3	10,3	47	82	2021
Итого за прием пищи:		100	0,4	0,3	10,3	47		
Итого за завтрак:		450	11	12,2	49,4	353,1		
Обед								
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	0,2	1,8	0,5	19,2	14	2021
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛКАМИ рыбными	150	1,4	4,8	11,2	93,3	123-п	2021
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	55	6,1	6,5	8,8	127,4	299-м	2016
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	110	3	2,9	18,3	111,1	225	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблоко)	150	0,8	0,2	15,2	64,5	501	2021
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	1,5	0,2	9,8	46,8	573	2021
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,6	0,3	8	41,2	574	2021
Итого за обед:		535	14,6	16,7	71,8	503,5		
Полдник								
	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	5,5	6,2	16,7	145,5	139	2021
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,2	0,1	7	28,5	457	2021
	ПЕЧЕНЬЕ	10	0,8	1	7,4	41,5	582	2021
Итого за полдник:		310	6,5	7,3	31,1	215,5		
Итого за день:		32,1	36,2	152,3	1072,1			

ИТОГО ЗАВТРАК 25% ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)		Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г		Жиры, г	Углеводы, г	
итого завтраки за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:					
	478	11	12	51	355
СанПиН 100 % суточной нормы:					
		42	47	203	1400
норма по СанПиН 20 % от суточной нормы:					
		8,4	9,4	40,6	280
норма по СанПиН 25 % от суточной нормы:					
		10,5	11,75	50,75	350
выход норм в % соотношении за 5 дней					
		26	25	25	25

ИТОГО ОБЕД 35% ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)		Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г		Жиры, г	Углеводы, г	
итого обеды за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:					
	567,6	15,316	16,3	71,124	494,66
СанПиН 100 % суточной нормы:					
		42	47	203	1400
норма по СанПиН 35 % от суточной нормы:					
		14,7	16,45	71,05	490
выход норм в % соотношении за 5 дней					
		36	34,7	35	35

ИТОГО ПОЛДНИК 15% ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)		Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г		Жиры, г	Углеводы, г	
итого полдники за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:					
	226	6,324	6,996	30,74	210,16
СанПиН 100 % суточной нормы:					
		42	47	203	1400
норма по СанПиН 15 % от суточной нормы:					
		6,3	7,05	30,45	210
выход норм в % соотношении за 5 дней					
		15,1	15	15,1	15

ИТОГО ЗАВТРАК + ОБЕД + ПОЛДНИК =75% ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		
итого за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:	32	35	153	1060	
СанПиН 100 % суточной нормы:	42	47	203	1400	
норма по СанПиН 75 % от суточной нормы:	31,5	35,25	152,25	1050	
выход норм в % соотношении за 5 дней	77,22	74,76	75	76	

ИТОГО ЗАВТРАК 25% ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		
итого завтраки за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически:	11	12	50	353	
СанПиН 100 % суточной нормы:	42	47	203	1400	
норма по СанПиН 20 % от суточной нормы:	8,4	9,4	40,6	280	
норма по СанПиН 25 % от суточной нормы:	10,5	11,75	50,75	350	
выход норм в % соотношении за 5 дней	25,79	26	25	25	

ИТОГО ОБЕД 35% ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		
итого обеды за 5 дней (вторая неделя) в среднем фактически:	15	16	71	494	
СанПиН 100 % суточной нормы:	42	47	203	1400	
норма по СанПиН 35 % от суточной нормы:	14,7	16,45	71,05	490	
выход норм в % соотношении за 5 дней	36	34,89	35	35	

ИТОГО ПОЛДНИК 15% ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Итого полдники за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:	254,00	6,23	7,32	30,58	212,24
СанПиН 100 % суточной нормы:		42	47	203	1400
норма по СанПиН 15 % от суточной нормы:		6,3	7,05	30,45	210
выход норм в % соотношении за 5 дней		15	16	15	15

ИТОГО ЗАВТРАК + ОБЕД + ПОЛДНИК =75% ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Итого за 5 дней (первая неделя) в среднем фактически:		32	36	152	1059
СанПиН 100 % суточной нормы:		42	47	203	1400
норма по СанПиН 75 % от суточной нормы:		31,5	35,25	152,25	1050
выход норм в % соотношении за 5 дней		76,14	76,04	74,81	75,65

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ЗАВТРАК) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1,5-3 ГОДА	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1 ДЕНЬ	451	10	11,9	53,2	359,4
2 ДЕНЬ	450	11	12	53,1	362,6
3 ДЕНЬ	500	11,06	11,6	50,1	348,3
4 ДЕНЬ	485	11	12,3	50,8	364,3
5 ДЕНЬ	505	10,9	11,4	49,5	342,1
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:	478,20	10,79	11,84	51,34	355,34
6 ДЕНЬ	450	10,1	12,1	52,8	363,8
7 ДЕНЬ	470	11,06	12,5	48,5	348,8
8 ДЕНЬ	506	11	11,3	48,2	336,5
9 ДЕНЬ	450	11	12	53,1	362,6
10 ДЕНЬ	450	11	12,2	49,4	353,1
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:	465,20	10,83	12,02	50,40	352,96
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ЗАВТРАК):	471,70	10,81	11,93	50,87	354,15

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ОБЕДЫ) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1,5-3 ГОДА	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1 ДЕНЬ	585	15	16,9	69	492,9
2 ДЕНЬ	573	15,42	15,8	70,82	486,1
3 ДЕНЬ	560	15,42	15,8	73,6	505,1
4 ДЕНЬ	580	15,3	16,4	74,6	506,9
5 ДЕНЬ	540	15,44	16,6	67,6	482,3
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:	567,6	15,32	16,3	71,124	494,66
6 ДЕНЬ	580	14,6	16,6	70,5	499,1
7 ДЕНЬ	535	15,2	15,8	67,6	473,5
8 ДЕНЬ	597	15,4	17,2	74,74	514,5
9 ДЕНЬ	527	14,9	15,7	60,9	470,7

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ПОЛДНИКИ) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1,5-3 ГОДА	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1 ДЕНЬ	202	6,7	6,7	29,1	203,4
2 ДЕНЬ	298	6,1	7,0	32,3	211,8
3 ДЕНЬ	220	5,6	7,2	31,5	213,2
4 ДЕНЬ	200	6,6	7,4	28,9	208,7
5 ДЕНЬ	210	6,6	6,7	31,9	213,7
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:	226,00	6,32	7,00	30,74	210,16
6 ДЕНЬ	230	6,1	7,3	29,7	207,5
7 ДЕНЬ	310	6,3	7,4	31,7	216,3
8 ДЕНЬ	220	5,6	7,2	31,5	213,2
9 ДЕНЬ	200	6,6	7,4	28,9	208,7
10 ДЕНЬ	310	6,5	7,3	31,1	215,5
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:	254,00	6,23	7,32	30,58	212,24
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ (ПОЛДНИКИ):	240,00	6,28	7,16	30,66	211,20



Индивидуальный предприниматель	Лимитированная ответственность			Итого
	в рублях	в % к балансу	в % к уставному капиталу	
1. 01.01.01	200	0,2	0,2	200
2. 01.01.02	200	0,2	0,2	200
3. 01.01.03	200	0,2	0,2	200
4. 01.01.04	200	0,2	0,2	200
5. 01.01.05	200	0,2	0,2	200
6. 01.01.06	200	0,2	0,2	200
7. 01.01.07	200	0,2	0,2	200
8. 01.01.08	200	0,2	0,2	200
9. 01.01.09	200	0,2	0,2	200
10. 01.01.10	200	0,2	0,2	200
11. 01.01.11	200	0,2	0,2	200
12. 01.01.12	200	0,2	0,2	200
13. 01.01.13	200	0,2	0,2	200
14. 01.01.14	200	0,2	0,2	200
15. 01.01.15	200	0,2	0,2	200
16. 01.01.16	200	0,2	0,2	200
17. 01.01.17	200	0,2	0,2	200
18. 01.01.18	200	0,2	0,2	200
19. 01.01.19	200	0,2	0,2	200
20. 01.01.20	200	0,2	0,2	200
21. 01.01.21	200	0,2	0,2	200
22. 01.01.22	200	0,2	0,2	200
23. 01.01.23	200	0,2	0,2	200
24. 01.01.24	200	0,2	0,2	200
25. 01.01.25	200	0,2	0,2	200
26. 01.01.26	200	0,2	0,2	200
27. 01.01.27	200	0,2	0,2	200
28. 01.01.28	200	0,2	0,2	200
29. 01.01.29	200	0,2	0,2	200
30. 01.01.30	200	0,2	0,2	200
31. 01.01.31	200	0,2	0,2	200
32. 01.01.32	200	0,2	0,2	200
33. 01.01.33	200	0,2	0,2	200
34. 01.01.34	200	0,2	0,2	200
35. 01.01.35	200	0,2	0,2	200
36. 01.01.36	200	0,2	0,2	200
37. 01.01.37	200	0,2	0,2	200
38. 01.01.38	200	0,2	0,2	200
39. 01.01.39	200	0,2	0,2	200
40. 01.01.40	200	0,2	0,2	200
41. 01.01.41	200	0,2	0,2	200
42. 01.01.42	200	0,2	0,2	200
43. 01.01.43	200	0,2	0,2	200
44. 01.01.44	200	0,2	0,2	200
45. 01.01.45	200	0,2	0,2	200
46. 01.01.46	200	0,2	0,2	200
47. 01.01.47	200	0,2	0,2	200
48. 01.01.48	200	0,2	0,2	200
49. 01.01.49	200	0,2	0,2	200
50. 01.01.50	200	0,2	0,2	200
51. 01.01.51	200	0,2	0,2	200
52. 01.01.52	200	0,2	0,2	200
53. 01.01.53	200	0,2	0,2	200
54. 01.01.54	200	0,2	0,2	200
55. 01.01.55	200	0,2	0,2	200
56. 01.01.56	200	0,2	0,2	200
57. 01.01.57	200	0,2	0,2	200
58. 01.01.58	200	0,2	0,2	200
59. 01.01.59	200	0,2	0,2	200
60. 01.01.60	200	0,2	0,2	200
61. 01.01.61	200	0,2	0,2	200
62. 01.01.62	200	0,2	0,2	200
63. 01.01.63	200	0,2	0,2	200
64. 01.01.64	200	0,2	0,2	200
65. 01.01.65	200	0,2	0,2	200
66. 01.01.66	200	0,2	0,2	200
67. 01.01.67	200	0,2	0,2	200
68. 01.01.68	200	0,2	0,2	200
69. 01.01.69	200	0,2	0,2	200
70. 01.01.70	200	0,2	0,2	200
71. 01.01.71	200	0,2	0,2	200
72. 01.01.72	200	0,2	0,2	200
73. 01.01.73	200	0,2	0,2	200
74. 01.01.74	200	0,2	0,2	200
75. 01.01.75	200	0,2	0,2	200
76. 01.01.76	200	0,2	0,2	200
77. 01.01.77	200	0,2	0,2	200
78. 01.01.78	200	0,2	0,2	200
79. 01.01.79	200	0,2	0,2	200
80. 01.01.80	200	0,2	0,2	200
81. 01.01.81	200	0,2	0,2	200
82. 01.01.82	200	0,2	0,2	200
83. 01.01.83	200	0,2	0,2	200
84. 01.01.84	200	0,2	0,2	200
85. 01.01.85	200	0,2	0,2	200
86. 01.01.86	200	0,2	0,2	200
87. 01.01.87	200	0,2	0,2	200
88. 01.01.88	200	0,2	0,2	200
89. 01.01.89	200	0,2	0,2	200
90. 01.01.90	200	0,2	0,2	200
91. 01.01.91	200	0,2	0,2	200
92. 01.01.92	200	0,2	0,2	200
93. 01.01.93	200	0,2	0,2	200
94. 01.01.94	200	0,2	0,2	200
95. 01.01.95	200	0,2	0,2	200
96. 01.01.96	200	0,2	0,2	200
97. 01.01.97	200	0,2	0,2	200
98. 01.01.98	200	0,2	0,2	200
99. 01.01.99	200	0,2	0,2	200
100. 01.01.100	200	0,2	0,2	200