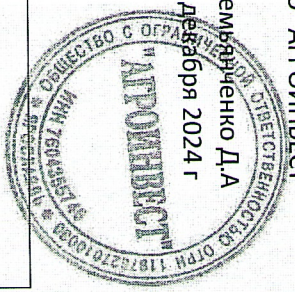


Согласовано
 Заведующий МДОУ
 «Рассветный сад»
 С.С.С.



Меню приготавливаемых блюд (возрастная категория от 1 года до 3 лет)

Утверждаю
 Генеральный директор
 ООО "АГРОИНВЕСТ"
 Демьяненко Д.А.
 5 декабря 2024 г.



Приём пищи	Наименование Блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
1 неделя День первый							
Завтрак 1	Масло сливочное	8	0,08	5,84	0,08	59,2	№ 6 2011г
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ТУ
	Каша пшениная молочная с маслом сливочным	150	7,51	8,34	30,44	227	№177 2011г
Завтрак 2	Кофейный напиток	150	1,86	1,75	20,8	99	№692 2004г
	Сок	150	0,75	0	15,15	63,3	№399 2011г
	Суп картофельный с крутой и рыбой	150	13,86	1,49	7,42	109,2	№84 2011г
	Овощи тушеные	110	3,29	6,14	15,82	241,1	2002г
	Котлета мясная	70	13,7	13,1	12,4	221,3	№2/2 2011г
Обед	Компот из ягод с/м	150	0,08	0,08	22,66	73,91	№394 2004г
	Хлеб ржаной	35	2,56	0,38	12,98	74,35	ТУ
	Омлет натуральный	130	15,68	26,69	2,08	232,67	№216 2011
	Сыр порционный	10	2,32	2,95	0	36	№ 7 2011г
Углеотнённый полдник	Чай с сахаром	150	0,05	0,016	7,88	31,57	№392 2011г
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ТУ
	Итого за первый день:		65,54	67,096	172,31	1586,8	

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества				Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
1 неделя День второй								
Завтрак 1	Масло сливочное	8	0,08	5,84	0,08	59,2	№ 6 2011г	
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ту	
	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	7,51	8,34	30,44	227	№177 2011г	
	Чай с сахаром и молоком	150	2,22	1,95	11,92	74,16	№394 2011г	
Завтрак 2	Кисломолочный продукт	150	4,35	3,75	6	79,5	№401 2011г	
Обед	Щи с картофелем на мясном бульоне со сметаной	150	6,93	16,52	59,17	87	№61 2011	
	Запеканка картофельная с отварным мясом	170	10,61	13,65	21,73	252,33	№69 2003г	
	Овощи натуральные соленые	20	0,32	0,04	1	5,6	№70 2005	
	Напиток из изюма	150	0,28	0,06	13,62	56,65	№401 2008г	
	Хлеб ржаной	35	2,56	0,38	12,98	74,35	ту	
	Запеканка творожная со гущенным молоком	100/20	13,15	12,38	12,86	250,87	№237 2011г	
Уплотнённый полдник	Чай с сахаром	150	0,05	0,016	7,88	31,57	№392 2011г	
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ту	
Итого за второй день:			51,86	63,246	202,28	1316,43		

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
1 недели День третий							
	Масло сливочное порционное	8	0,08	5,84	0,08	59,2	№ 6 2011г
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ту
Завтрак 1	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,52	4,2	13,67	110,78	№ 93 2011г
	Какао с молоком	150	3,05	2,65	13,18	129	№397 2011г
Завтрак 2	Фрукт	130	0,4	0,4	9,8	44	
	Суп картофельный со свиной	150	1,75	2,25	10	127,5	№89 2007г
	Печень тушеная в сметане	60	11,94	3,58	4,47	126,6	2003г
	Каша гречневая рассыпчатая	110	5,78	4,89	27,87	183,1	№168 2011г
	Напиток из сухофруктов	150	0,37	0	15,85	64,95	№639 2004
Обед	Хлеб ржаной	35	2,56	0,38	12,98	74,35	ту
	Рис отварной	100	10,25	3,96	1,9	189	
	Котлета рыбная	70					
Углотнённый полдник	Чай с сахаром	150	0,05	0,016	7,88	31,57	№392 2011г
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ту
	Булочка домашняя	50	3,64	6,26	26,96	178	№469 2011г
Итого за третий день:			48,19	34,746	169,24	1436,25	

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
1 неделя День четвёртый							
	Масло сливочное порционное	8	0,08	5,84	0,08	59,2	№ 6 2011г
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ту
Завтрак 1	Сыр порционный	8	1,85	2,36	0	28,8	№ 7 2011г
	Каша манная молочная с маслом сливочным	150	5,17	6,22	20,9	160	№179 2011г
	Чай с сахаром и молоком	150	2,22	1,95	11,92	74,16	№394 2011г
Завтрак 2	Сок	150	0,75	0	15,15	63,3	№399 2011г
	Суп лапша домашняя с курицей	150	1,65	3,45	8,25	114,15	№86 2011г
	Тефтели с соусом	50/50	8,6	8,8	8,1	196,2	№286 2012г
Обед	Картофельное пюре	110	2,87	45,14	17,36	129,03	№321 2011г
	Компот из ягод с/м	150	0,08	0,08	22,66	73,91	№394 2004г
	Хлеб ржаной	35	2,56	0,38	12,98	74,35	ту
Уплотнённый подник	Запеканка творожная со сгущённым молоком	100/20	13,15	12,38	12,86	250,87	№237 2011 г
	Чай с лимоном	150/4	0,1	0,01	8,5	34,16	№393 2011г
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ту
Итого за четвёртый день:			42,88	86,93	163,36	1376,33	

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
1 неделя День пятый							
Завтрак 1	Масло сливочное	8	0,08	5,84	0,08	59,2	№ 6 2011г
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ту
	Кофейный напиток	150	1,86	1,75	20,8	99	№692 2004г
	Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным	150	5,02	7,35	20,32	167,25	№84 2004г
	Сок	150	0,75	0	15,15	63,3	№399 2011г
Завтрак 2	Борщ с картофелем и сметаной	150	3,52	4,57	7,57	85,66	№57 2011 г
	Гуляш из отварного мяса	60	7,7	6,19	1,98	112,2	№277 2011г
	Макаронные изделия отварные	110	4,69	8,69	29,5	205,19	№204 2011г
	Напиток из смеси сухофруктов	150	0,37	0	15,85	64,95	№639 2004
	Хлеб ржаной	35	2,56	0,38	12,98	74,35	ту
Углеотнённый полдник	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150	7,51	8,34	30,44	227	№177 2011г
	Манник	50	3,6	7,04	20,62	133,5	№274 2004г
	Чай с сахаром	150	0,05	0,016	7,88	31,57	№392 2011г
Итого за пятый день:			39,61	50,326	195,47	1382,27	
Итого среднее за первую неделю:			49,62	60,47	180,53	1419,62	

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
2 недели День первый							
Завтрак 1	Масло сливочное	8	0,08	5,84	0,08	59,2	№ 6 2011г
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ту
	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	7,51	8,34	30,44	227	№177 2011г
	Чай с сахаром и молоком	150	2,22	1,95	11,92	74,16	№394 2011г
	Сок	150	0,75	0	15,15	63,3	№399 2011г
	Суп картофельный с яйцом	150	6,9	3,36	10,68	111,75	№140 2004г
	Жаркое по домашнему	170	9,29	12,75	17,77	297,07	№66 2003г
	Овощи соленые	20	0,32	0,04	1	5,6	№70 2005
	Компот из ягод с/м	150	0,08	0,08	22,66	73,91	№394 2004г
	Хлеб ржаной	35	2,56	0,38	12,98	74,35	ту
Углотнённый подник	Омлет натуральный	130	15,68	26,69	2,08	232,67	№216 2011
	Сыр порционный	10	2,32	2,95	0	36	№ 7 2011г
	Чай с сахаром	150	0,05	0,016	7,88	31,57	№392 2011г
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ту
Итого за первый день:			49,22	60,616	159,23	1386,14	

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
2 неделя День второй							
Завтрак 1	Масло сливочное	8	0,08	5,84	0,08	59,2	№ 6 2011г
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ту
	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	150	5,58	3,48	12,15	202,85	№182 2007г
	Какао с молоком	150	3,05	2,65	13,18	129	№397 2011г
	Сок	150	0,75	0	15,15	63,3	№399 2011г
Завтрак 2	Суп картофельный с горохом	150	4,56	1,26	12,67	93,11	№66 2003г
Обед	Ежики мясные с соусом	100/50	12,61	13,85	28,32	250,58	№450 1996 г
	Икра свекольная	20	0,18	0,94	1,18	13,92	№54 2011г
	Напиток из смеси сухофруктов	150	0,37	0	15,85	64,95	№639 2004
	Хлеб ржаной	35	2,56	0,38	12,98	74,35	ту
	Запеканка творожная со сушеным молоком	100/20	13,15	12,38	12,86	250,87	№237 2011 г
Уплотнённый подлик	Чай с сахаром	150	0,05	0,016	7,88	31,57	№392 2011г
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ту
Итого за второй день:			49,08	43,216	154,91	1370,54	

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
2 недели День третий							
Завтрак 1	Масло сливочное	8	0,08	5,84	0,08	59,2	№ 6 2011г
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ту
	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	5,7	9,06	28,9	220	№172 2011г
	Чай с сахаром	150	0,05	0,016	7,88	31,57	№392 2011г
	Фрукт	130	0,4	0,4	9,8	44	
Завтрак 2	Рассолыник ленинградский со сметаной	150	1,19	3,06	10,14	96,6	№76 2011г
	Запеканка из печени с рисом	120	18	7,84	15,44	238,4	ТТК
	Соус молочный	20	0,54	1,39	0,01	31,36	№350 2011
	Напиток из изюма	150	0,28	0,06	13,62	56,65	№401 2008г
	Хлеб ржаной	35	2,56	0,38	12,98	74,35	ту
Углегощённый полдник	Рагу овощное с мясом (свинина)	170	1,6	5,07	13,4	190,57	№331 2011г
	Чай с сахаром	150	0,05	0,016	7,88	31,57	№392 2011г
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ту
	Булочка Домашняя	50	3,64	6,26	26,96	178	№469 2011г
	Итого за третий день:			37,89	39,71	171,69	1370,47

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
2 недели День четвертый							
Завтрак 1	Масло сливочное	8	0,08	5,84	0,08	59,2	№ 6 2011г
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ту
	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	5,7	9,06	28,9	220	№172 2011г
	Кофейный напиток	150	1,86	1,75	20,8	99	№692 2004г
	Сок	150	0,75	0	15,15	63,3	№399 2011г
Завтрак 2	Суп овощной на курином бульоне	150	4,14	3,27	8,12	78,48	№202 2005г
	Курица тушеная с овощами	170	16,32	15,21	16,74	273,7	№496 2004г
Обед	Компот из ягод с/м	150	0,08	0,08	22,66	73,91	№394 2004г
	Хлеб ржаной	35	2,56	0,38	12,98	74,35	ту
	Рис отварной	100					
Углеотнённый полдник	Коглета рыбная	70					
	Чай с лимоном	150/4	0,1	0,01	8,5	34,16	№393 2011г
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ту
Итого за четвертый день:			45,64	39,88	160,43	1283,3	

Приём пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
2 недели День пятый							
Завтрак 1	Масло сливочное	8	0,08	5,84	0,08	59,2	№ 6 2011г
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,16	12,3	59,1	ту
	Сыр порционный	8	1,85	2,36	0	28,8	№ 7 2011г
	Каша пшеница молочная с маслом сливочным	150	7,51	8,34	30,44	227	№177 2011г
	Чай с сахаром и молоком	150	2,22	1,95	11,92	74,16	№394 2011г
Завтрак 2	Кисломолочный продукт	150	4,35	3,75	6	79,5	№401 2011г
Обед	Пи с картофелем на мясном бульоне со сметаной	150	6,93	16,52	59,17	87	№61 2011
	Гуляш из отварного мяса	60	7,7	6,19	1,98	112,2	№277 2011г
	Макаронные изделия отварные	110	4,69	8,69	29,5	205,19	№204 2011г
	Напиток из смеси сухофруктов	150	0,37	0	15,85	64,95	№639 2004
	Хлеб ржаной	35	2,56	0,38	12,98	74,35	ту
Углотённый полдник	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	7,51	8,34	30,44	227	№177 2011г
	Чай с сахаром	150	0,05	0,016	7,88	31,57	№392 2011г
	Манник	50	3,6	7,04	20,62	133,5	№274 2004г
Итого за пятый день:			51,32	69,576	239,16	1463,52	
Итого среднее за вторую неделю:			46,63	50,60	177,08	1374,79	
Итого за весь период:			48,12	55,53	178,81	1397,21	

Нормативная документация:

2.3/2.4.3590-20 «САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могилянского и Т.В. Тусельяна. – М.: ДеЛи принт, 2011. – 584 с.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания / Авт.-сост.: А.И.Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: АС.К., 2005, с. 86

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могилянского, 2007 г

Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. Коровка Л.С., доц. Добросердова И.И. и др., Уральский региональный центр питания,

2004г

Азбука питания. Методические рекомендации по организации и контролю качества питания в дошкольных образовательных учреждениях. Составитель Н.А.Тарнонская. –М.: ЛИНКА–ПРЕСС, 2002.

Организация детского питания в дошкольных учреждениях: Методические материалы / Под ред. И.Я.Кона –М.: АРКТИ –МИПКРО, 2003.

Н.В. Злобина, Н.А. Киселева. Алгоритм разработки перспективного меню при приготовлении питания детей в дошкольных образовательных учреждениях/ РИЦ «Мир Кубани» г.Краснодар, 2007г – 182 с

Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков Санкт-Петербурга – СПб ; Речь, 2008 – 800с