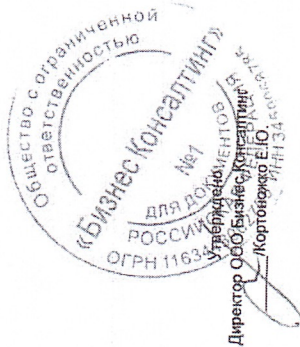


10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 1-3 года

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда		Пищевые вещества		Энергет. ценность		Витамины	
		1-3 года	1-3 года	Б	Ж	У	ккал	1-3 года	1-3 года
1	2	0.5							
	Аскорбиновая кислота на 10 дней								

Неделя 1/ день 1

завтрак									
54-10/2022н	омлет натуральный	58	5.39	9.6	1.02	112.04			
3/2017м	бутерброд с сыром 30/5/7	42	4.3	5.78	14.25	126.22			0.14
54-2н/2022н	чай с сахаром	180	0.18	0	9.34	38.08			0.03
702/2010м	хлеб ржаной	30	2.00	0.33	16.47	76.85			1.02
	Итого	310	11.87	15.71	41.08	353.19			0.00
2й- завтрак									
389/2017м	салат овощные, фруктовые и ягодные	100	0.50	0.00	10.10	42.40			1.19
	Итого	100	0.5	0	10.1	42.4			40.00
обед									
54-2н/54-3н/2022н;									
70/217м	овощи по сезону в нарезке (помидор)	30	0.35	0.049	1.14	6.2			1.05
54-25с/2022н	суп картофельный с бобовыми (горох)	150	3.29	3.15	9.91	88.95			4.26
ТТК77-3/2022	котлеты биточки, шинцели мясные	50	6.59	8.37	8.52	135.8			0.05
128/2017м	картофельное пюре	110	2.42	7.04	13.94	128.86			13.69
54-5н/2022н	компот из свежих яблок с витамином С	150	0.2	0.1	7.7	32.5			0.67
702/2010м	хлеб ржаной	20	1.12	0.22	10.88	49.98			0.00
701/2010м	хлеб пшеничный	20	1.57	0.20	9.67	46.76			0.00
	Итого	530	15.54	19.129	61.76	489.05			19.72
полдник									
54-4н/2022н	чай с молоком	150	1.33	0.92	10.48	55.52			0
19208/2017м	биточки или котлеты мясные с повидлом	80	2.02	3.24	25.3	138.44			0.12
	Итого	230	3.35	4.16	35.78	193.96			0.12
	Всего на день	1170	31.3	39.0	148.7	1078.5			61.0
	Норма по СанПин 75%+- 5%		30.45-32.85	34.07-36.42	147.17-157.33	1016-1395			



Согласовано: *М.О. директор*
 заведующий МДОУ *М.О. директор*
 МКОУ *М.О. директор*
 10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 1-3 года

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 1-3 года	Пищевые вещества/г			Энергет. ценность 1-3 года	Витамины (мг) с 1-3 года
			Б	Ж	У		
неделя 1 / день 2							
завтрак							
54-19/2022н	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4.12	3.40	13.39	100.75	0.64
1/2017м	Бутерброд с маслом 30/5	35	2.42	3.13	9.802	119	0
54-3н/2022н	чай с лимоном и сахаром	180	0.28	0.00	9.54	39.28	1.60
	Итого	365	6.82	6.53	32.73	259.03	2.24
2й - завтрак							
338/2017м	фрукты свежие	100	0.40	0.40	9.80	47.00	10.00
	Итого	100	0.4	0.4	9.8	47.0	10.0
обед							
101/2002л	консервы закусочные (икра кабачковая)	30	0.24	1.40	1.48	19.40	2.85
54-28с/2022н	борщ с капустой и картофелем со сметаной	153	1.14	3.47	10.74	78.75	5.83
ТТК 77-2/2022	котлеты рубленые из птицы	50	10.10	2.28	7.21	89.76	0.50
171/2017м	каша пшеничная с маслом	110	2.72	3.52	26.54	148.72	0.00
330/2017м	соус сметанный	20	0.58	1.00	1.14	15.88	0.01
54-1н/2022н	компот из смеси сухофруктов с витамином С	150	0.37	0.00	14.85	60.75	0.54
702/2010м	хлеб ржаной	20	1.12	0.22	10.88	49.98	0.00
701/2010м	хлеб пшеничный	20	1.57	0.20	9.67	46.76	0.00
	Итого	553	17.84	12.09	82.51	510.00	9.73
полдник							
223/2017м	запеканка из творога	60	11.85	4.26	16.68	152.46	0.78
327/2017м	соус молочный сладкий	20	0.60	2.58	3.97	41.50	0.10
54-21н/2022н	чай с сахаром	150	0.15	0	7.78	31.72	1.02
	Итого	230	12.6	6.8	28.4	225.7	1.9
	Всего на день	1248	37.7	25.9	153.5	1041.7	23.9
	Соль йодированная	5					
	Норма по СанПин 75%+ 5%		30.45-32.55	34.07-36.42	147.17-157.33	1015-1395	

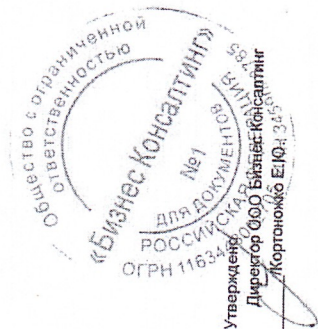


Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Кортоножко Е.Ю.

Согласовано
заведующий МДОУ
и.с. директор МДОУ

10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 1-3 года

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Пищевые вещества/г					Энергет. ценность		Витамины (мг)	
		вес блюда	Б	Ж	У	ккал	с	1-3 года	1-3 года	
										1-3 года
2										
неделя 1 / день 3										
завтрак										
183/2017м	каша жидкая молочная гречневая с маслом и сахаром	150	6,79	6,79	24,97		188,15		0,42	
2/2017м	бутерброд с повидлом 30/5/10	45	1,96	3,16	20,88		119,8		0,48	
54-21м/2022н	чай с сахаром	180	0,18	0	9,34		38,08		1,02	
	Итого	375	8,9	10,0	55,2		346,0		1,9	
2й-завтрак										
389/2017м	соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50	0,00	10,10		42,40		40,00	
	Итого	100	0,5	0,0	10,1		42,4		40,0	
обед										
54-13з/2022н	свекла отварная с растительным маслом	30	0,40	1,35	2,30		22,95		2,85	
54-7с/2022н	суп картофельный с макаронными изделиями	150	2,02	1,95	14,17		83,25		4,95	
289/2017м	рагу из птицы	150	15,68	5,25	13,22		163,05		0,00	
360/2017м	кисель из повидла с витамином С	150	0,08	0,00	21,80		88,50		1,35	
702/2010м	хлеб ржаной	20	1,12	0,22	10,88		49,98		0,00	
701/2010м	хлеб пшеничный	20	1,57	0,20	9,67		46,76		0,00	
	Итого	520	20,865	8,97	72,04		454,49		9,15	
полдник										
406/2017м	пирожок с картофелем и луком	80	5,04	2,91	42,73		217,27		0,03	
54-21м/2022н	какао с молоком	150	3,5	2,7	9,5		76,3		0,56	
	Итого	230	8,54	5,61	52,23		293,57		0,59	
	Всего на день	1225	39,8	24,5	189,6		1136,5		51,7	
	Соль йодированная	5								
Норма по СанПиН 75%+ 5%			30,45-32,55	34,07-36,42	147,17-167,33		1015-1395			



Утверждено
Директор ООО «Бизнес Консалтинг»
А.Корганов Е.Ю. 30.05.2022

10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 1-3 года

№ реч. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда		Пищевые вещества			Энергет. ценность		Витамины (мг)	
		1-3 года	1-3 года	Б	Ж	У	ккал	1-3 года	с	1-3 года

неделя 2 / день 6

завтрак										
54-19/2022г	суп молочный с макаронными изделиями	150	4,12	3,40	13,39		100,75		0,64	
2/2017м	булочки с повидлом 30/5/10	45	1,96	3,16	20,88		119,8		0,48	
54-21/2022г	какао с молоком	150	3,5	2,7	9,5		76,3		0,56	
	Итого	345	9,58	9,26	43,77		296,85		1,68	
2к-завтрак										
389/2017м	соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50	0,00	10,10		42,40		40,00	
	Итого	100	0,50	0,00	10,10		42,40		40,00	

обед

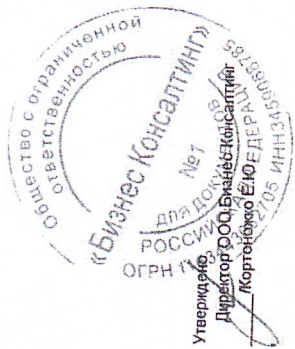
47/2022г	капуста квашенная с растительным маслом	30	0,51	1,50	2,53		25,68		0,90	
54-6/2022г	суп картофельный с клецками	150	2,89	2,74	11,27		81,42		2,33	
54-9/2022г	жаркое по домашнему	150	13,93	18,40	13,82		276,60		4,47	
360/2017м	кисель из повидла с витамином С	150	0,08	0,00	21,80		88,50		1,35	
702/2010м	хлеб ржаной	20	1,12	0,22	10,88		49,98		0,00	
701/2010м	хлеб пшеничный	20	1,57	0,20	9,67		46,76		0,00	
	Итого	520	20,10	23,06	69,97		568,94		9,05	

полдник

430/2017м	булочка "Российская"	60	4,22	4,81	29,22		177,00		0,00	
54-3/2022г	чай с лимоном и сахаром	150	0,23	0,00	7,95		32,73		1,60	
	Итого	210	4,45	4,81	37,17		209,73		1,60	
	Всего на день	1175	34,63	37,13	161,01		1117,92		32,33	
	Соль йодированная	5								

Норма по СанПиН 75% ± 5%

30,45-32,55	34,07-36,42	147,17-157,33	1015-1395
-------------	-------------	---------------	-----------



Согласовано:
заведующий МДОУ № 550
И.О. *Иванова*
Иванова

10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 1-3 года

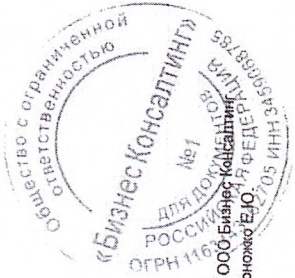
№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда		Пищевые вещества/г			Энергет. ценность		Витамины (мг)		
		1-3 года	1-3 года	Б	Ж	У	1-3 года	1-3 года	1-3 года	с	
неделя 2 / день 7											
завтрак											
54-21н/2022г	каша рисовая молочная жидкая с сахаром и маслом	150	3,9	4,1	21,5	138,5			1,29		
3/2017м	бутерброд с сыром 30г/5г	42	4,3	5,78	14,25	126,22			0,03		
54-3н/2022г	чай с лимоном и сахаром	180	0,28	0,00	9,54	39,28			1,60		
Итого		372	8,48	9,88	45,29	304			2,92		
2й-завтрак											
338/2017м	фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00			10,00		
Итого		100	0,4	0,4	9,8	47			10		
обед											
101/2002г	консервы закусочные (икра кабачковая)	30	0,24	1,40	1,48	19,40			2,85		
54-28с/2022г	борщ с капустой и картофелем со сметаной	153	1,14	3,47	10,74	78,75			5,83		
ТНТ7-3/2022	котлеты биточны, шинцели мясные	50	6,59	8,37	8,52	135,8			0,05		
54-2г/2022г	горошница	110	6,65	2,74	24,78	150,38			16,19		
54-5н/2022г	компот из свежих яблок с витамином С	150	0,2	0,1	7,7	32,5			0,67		
702/2010м	хлеб ржаной	20	1,12	0,22	10,88	49,88			0,00		
701/2010м	хлеб пшеничный	20	1,57	0,20	9,67	46,76			0,00		
Итого		533	18	17	74	514			25,6		
полдник											
223/2017м	запеканка из творога	80	15,80	5,68	22,24	203,28			0,78		
327/2017м	соус молочный сладкий	20	0,60	2,58	3,97	41,50			0,10		
54-21н/2022г	чай с сахаром	150	0,15	0	7,78	31,72			1,02		
Итого		250	16,55	8,26	33,99	276,50			1,90		
Всего на день		1255	43	35	163	1141			40		
Соль йодированная											
		5									
Норма по СанПин 75%+- 5%											
			30,45-32,55	34,07-38,42	147,17-157,33				1015-1395		

Согласовано:
 заведующий МДОУ
М.О. Черемшова
М.О. Черемшова

Организац. ответственность
 «Бизнес-Консалтинг»
 №1
 ДЛЯ ДОКУМЕНТОВ
 РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
 ОГРН 1163403000000
 Утверждено
 Директор ООО «Бизнес-Консалтинг»
Кортоножко Е.Ю. ИНН 3402051498

10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 1-3 года

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества/g			Энергет. ценность		Витамины (мг)	
			1-3 года	Б	Ж	У	1-3 года	ккал	1-3 года
1	2	1-3 года	1-3 года	1-3 года	1-3 года	1-3 года	1-3 года	1-3 года	1-3 года
неделя 2 / день 8									
завтрак									
54-28н/2022н	каша жидкая молочная из манной крупы с маслом и сахаром	150	4,00	4,30	18,92	130,37	0,40		
1/2017н	Бутерброд с маслом 30/5	35	2,42	3,13	9,802	119	0		
54-2н/2022н	чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,08	1,02		
	Итого	365	6,60	7,43	38,06	287,45	1,42		
2й- завтрак									
389/2017н	соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50	0,00	10,10	42,40	40,00		
	Итого	100	0,5	0	10,1	42,4	40		
обед									
54-2н/2022н	овощи по сезону в нарезке (огурец)	30	0,25	0,05	0,75	4,25	1,68		
54-25с/2022н	суп картофельный с бобовыми (горох)	150	3,29	3,15	9,91	88,95	4,28		
261/2017н	печень тушенная в соусе	50	6,62	6,73	1,57	84,07	14,70		
171/2017н	каша гречневая рассыпчатая	110	6,08	4,62	26,40	171,50	0,00		
54-1н/2022н	компот из смеси сухофруктов с витамином С	150	0,37	0,00	14,85	60,75	0,54		
702/2010н	хлеб ржаной	20	1,12	0,22	10,88	49,98	0,00		
701/2010н	хлеб пшеничный	20	1,57	0,20	9,67	46,76	0,00		
	Итого	530	19,30	14,97	74,03	506,26	21,18		
подник									
406/2017н	пирожок с повидлом	80	4,40	3,99	47,38	243,20	0,03		
385/2017н	молоко кипяченое	150	4,35	3,75	7,20	80,25	2,96		
	Итого	230	8,75	7,74	54,58	323,45	2,99		
	Всего на день	1225	35,15	30,14	176,77	1159,56	65,59		
	Соль йодированная	5							
Норма по СанПин 75%+- 5%									
			30,45-32,55	34,07-36,42	147,17-157,33	1015-1355			

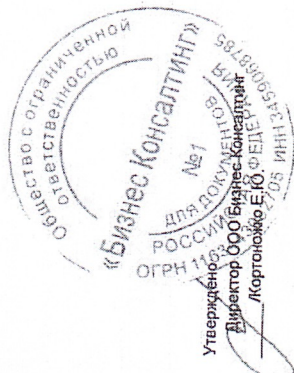


Утверждено
Директор ООО Бизнес Консалтинг
Коргоножко Е.Ю.

Согласовано:
заведующий МДОУ
И.О. Директор
Директор Е.Ю.

для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 1-3 года

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	вес блюда 1-3 года	Пищевые вещества/г		Энергет. ценность ккал	Витамины (мг) с
			Б	Ж		
1	2	1-3 года	1-3 года	У	1-3 года	1-3 года
неделя 2 / день 9						
завтрак						
54-22н/2022н	каша жидкая молочная овсяная с сахаром и маслом	150	5,10	5,60	18,50	0,40
2/2017м	Бутерброд с повидлом 30/5/10	45	1,96	3,16	20,88	0,48
54-3нн/2022н	чай с лимоном и сахаром	180	0,28	0,00	9,54	1,60
	Итого	375	7,34	8,76	48,92	2,48
2й-завтрак						
338/2017м	фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	10,00
	Итого	100	0,4	0,4	9,8	10
обед						
54-2н/54-3н/2022н	овощи по сезону нарезке (помидор)	30	0,35	0,049	1,14	1,05
101/2017м	суп картофельный с крупой (пшено)	150	4,31	4,54	10,44	6,33
54-13м/2022н	плов из птицы	150	10,42	8,13	17,17	0,60
360/2017м	кисель из повидла с витамином С	150	0,08	0,00	21,80	1,35
707/2010м	хлеб ржаной	20	1,12	0,22	10,88	0,00
701/2010м	хлеб пшеничный	20	1,57	0,20	9,67	0,00
	Итого	520	17,845	13,139	71,1	9,33
полдник						
406/2017м	пирожок с картофелем и луком	80	5,04	2,91	42,73	0,03
54-21нн/2022н	чай с сахаром	150	0,15	0	7,78	1,02
	Итого	230	5,19	2,91	50,51	1,05
	Всего на день	1225	30,78	25,21	180,33	22,86
	Соль йодированная	5				
Норма по СанПин 75%+- 5%						
			30,45-32,55	34,07-36,42	147,17-157,33	1015-1355



Согласовано: *М.О. директор*
 заведующий МДОУ *М.О. директор*
М.О. директор

10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 1-3 года

№ рац. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда		Пищевые вещества/г		Энергет. ценность		Витамины (мг)	
		1-3 года	1-3 года	Б	Ж	У	ккал	С	1-3 года

неделя 2 / день 10

завтрак

183/2017м	каша жидкая молочная гречневая с маслом и сахаром	150	6,79	6,79	24,97	188,15	0,42		
1/2017м	бутерброд с маслом 30/5	35	2,42	3,13	9,802	119	0		
54-2н/2022м	чай с сахаром	180	0,18	0	9,34	38,08	1,02		
Итого		365	9,39	9,92	44,11	345,23	1,44		
2й-завтрак									
338/2017м	фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00		
Итого		100	0,4	0,4	9,8	47	10		

обед

389/2017м	соли овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50	0,00	10,10	42,40	40,00		
54-3с/2022н	рассольник ленинградский	150	1,44	3,85	9,20	80,00	4,95		
239/54-3с/2022н	тефтели рыбные запеченные в соусе томатном 40/20	60	5,80	6,86	14,50	81,81	0,40		
203/2017м	макароны отварные с маслом	110	3,89	3,33	24,08	141,90	0,00		
54-5н/2022н	компот из свежих яблок с витамином С	150	0,2	0,1	7,7	32,5	0,67		
702/2010м	хлеб ржаной	20	1,12	0,22	10,88	49,98	0,00		
701/2010м	хлеб пшеничный	20	1,57	0,20	9,67	48,76	0,00		
Итого		610	14,52	14,56	86,13	475,35	48,02		

полдник

218/2017м	вареники ленивые с молоком сгущенным 60/20	80	9,04	5,58	17,40	155,58	0,32		
386/2017м	кисломолочный продукт	150	4,35	3,75	6,00	75,00	0,19		
Итого		230	13,39	9,33	23,40	230,58	0,51		
Итого		1305	37,70	34,21	163,44	1098,16	57,97		
Соль йодированная		5							
Всего за 10 дней		1227,8	353,02	314,50	1674,51	11072,37	463,83		
Средний суточный рацион		1227,8	35,30	31,45	167,45	1107,24	46,38		

Норма по СанПин 75%+- 5%

Потребность в пищевых веществах для обучающихся 1-3 лет по проекту СанПин 2020	30,45-32,55	34,07-36,42	147,17-157,33	1015-1395					
Распределение ЭЦ	42	47	203	1400	75%	79,08			