Согласовано
Заместитель руководителя
Управления Федеральной службы
по надзору в сфере защиты прав
потребителей и благополучия человека
по городу Санкт-Петербургу

Н.С. Башкетова
«___» _____ 2013 г

Утверждаю
Начальник Управления
социального питания
Правительства Санкт-Петербурга

Н.А. Петрова
«20» января 2013 г

Примерное цикличное десятидневное меню для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет, посещающих с 12 часовым пребыванием дошкольные образовательные учреждения Санкт-Петербурга, в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг
1 день								
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,0	4,1	0,0	37,4	0,0
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	6,7	8,3	27,0	211,1	0,6
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,3	3,4	19,2	125,5	0,7
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,0
Итого за прием пищи:				**13,3**	**16,7**	**61,6**	**452,6**	**1,3**
II Завтрак								
к/к	к/к	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,5	0,5	21,0	96,0	10,0
Итого за прием пищи:				**1,5**	**0,5**	**21,0**	**96,0**	**10,0**
Обед								

2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	1,0	2,0	9,7	61,9	2,1
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/10	4,4	5,9	7,3	105,0	13,5
2008	319	КНЕЛИ ИЗ КУР ЗАПЕЧЕННЫЕ	70	21,4	24,2	4,4	319,7	0,9
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,5	1,2	1,9	23,4	0,0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,1	21,4	143,9	10,3
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,9	0,2	18,2	77,4	3,6
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,0	0,4	19,1	91,8	0,0
Итого за прием пищи:				**34,4**	**39,0**	**82,0**	**823,1**	**30,4**
Полдник								
2008	239	БИТОЧЕК ИЗ РЫБЫ	70	9,0	6,1	10,5	132,0	0,2
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	2,5	3,0	10,4	79,8	5,9
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,2	0,0	12,2	50,2	0,8
к/к	к/к	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ В ИНД. УПАК.	100-125*	2,0	1,5	3,0	48,0	0,7
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	40	3,0	3,9	29,8	166,8	0,0
Итого за прием пищи:				**16,7**	**14,5**	**65,9**	**476,8**	**7,6**
Всего за день:				**65,9**	**70,7**	**230,5**	**1848,5**	**49,3**
2 день								
Завтрак								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	0,1
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,3	6,9	35,1	232,6	0,5
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,0	13,0	52,4	0,0

к/к	к/к	БИОЙОГУРТ ОБОГАЩЕННЫЙ В ИНД. УПАК.	100-125*	2,8	2,5	4,5	56,5	0,7
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,0
Итого за прием пищи:				**14,9**	**13,3**	**68,0**	**456,5**	**1,3**
II Завтрак								
к/к	к/к	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ/ ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ ЗЕЛЕНОЕ	100	0,9	0,2	8,1	43,0	60,0
Итого за прием пищи:				**0,9**	**0,2**	**8,1**	**43,0**	**60,0**
Обед								
к/к	к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,7	0,1	2,3	14,5	15,1
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	250/10	7,7	6,2	23,6	181,5	6,6
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70/40	18,6	12,0	3,3	222,8	14,0
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	150	3,1	3,1	13,4	95,6	9,9
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,2	18,2	77,4	3,6
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,0	0,4	19,1	91,8	0,0
Итого за прием пищи:				**34,0**	**22,0**	**79,9**	**683,6**	**49,2**
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	130/20	22,7	14,2	39,3	379,5	8,2
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,3	4,6	8,8	99,0	1,0
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157,2	0,0
Итого за прием пищи:				**32,5**	**20,5**	**78,9**	**635,7**	**9,2**
Всего за день:				**82,3**	**56,0**	**234,9**	**1818,8**	**119,7**
3 день								

Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,0	4,1	0,0	37,4	0,0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	1,0	8,9	1,3	88,7	0,2
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	5,3	4,4	19,2	137,8	0,8
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,0
Итого за прием пищи:				**8,6**	**18,3**	**35,9**	**342,5**	**1,0**
II Завтрак								
к/к	к/к	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47,0	5,0
Итого за прием пищи:				**0,4**	**0,3**	**10,3**	**47,0**	**5,0**
Обед								
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ/ ИКРА КАБАЧКОВАЯ СТЕРИЛЛИЗОВАННАЯ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	60	1,2	5,7	4,9	75,6	4,4
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/10	4,4	6,0	11,3	121,3	8,6
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	11,0	11,3	10,5	186,4	0,0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,1	21,4	143,9	10,3
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИН С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,2	0,0	20,8	84,7	54,2
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,0	0,4	19,1	91,8	0,0
Итого за прием пищи:				**23,0**	**28,5**	**88,0**	**703,7**	**77,5**
Полдник								
2008	158	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ / КАБАЧКИ, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120/30	4,2	10,6	23,1	206,4	10,9
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,2	19,2	107,3	0,5

к/к	к/к	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ В ИНД. УПАК.	100-125*	2,0	1,5	3,0	48,0	0,7
к/к	к/к	ВАФЛИ ОБОГАЩЕННЫЕ	40	1,1	1,3	30,9	141,6	0,0
Итого за прием пищи:				**10,0**	**15,6**	**76,2**	**503,3**	**12,1**
Всего за день:				**42,0**	**62,7**	**210,4**	**1596,5**	**45,6**
4 день								
Завтрак								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	2,7	3,5	0,0	43,2	0,0
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200	7,3	7,5	35,7	240,0	0,5
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,3	3,4	19,2	125,5	0,7
к/к	к/к	ЙОГУРТ МОЛОЧНЫЙ В ИНД. УПАК.	100-125*	2,0	1,5	3,0	48,0	0,7
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,0
Итого за прием пищи:				**18,6**	**16,8**	**73,3**	**535,3**	**1,9**
II Завтрак								
к/к	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47,0	10,0
Итого за прием пищи:				**0,4**	**0,4**	**9,8**	**47,0**	**10,0**
Обед								
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) ДО 01.03/ ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ С 01.03	100	1,2	3,1	10,7	76,0	10,3
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ С ГОВЯДИНОЙ	250/10/10	5,9	5,5	21,4	160,1	9,6
2008	248	ХЛЕБЦЫ РЫБНЫЕ	80	20,9	4,7	6,1	149,7	0,6
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	2,4	7,7	15,0	139,5	11,1
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	180	0,9	0,0	22,9	99,0	7,2

к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,0	0,4	19,1	91,8	0,0
Итого за прием пищи:				**34,3**	**21,4**	**95,2**	**716,1**	**38,8**
Полдник								
2008	195	ЗАПЕКАНКА МАННАЯ С ЯБЛОКАМИ/ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТЫКВОЙ	120/30	4,4	7,0	32,0	207,2	0,8
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,3	4,6	8,8	99,0	1,0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	5,0	3,9	42,3	223,4	0,0
Итого за прием пищи:				**14,7**	**15,5**	**83,1**	**529,6**	**1,8**
Всего за день:				**68,0**	**54,1**	**261,4**	**1828,0**	**52,5**
5 день								
Завтрак								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,6	2,3	0,2	31,5	0,0
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С САХАРОМ	200/10	6,7	8,4	33,6	236,6	0,8
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,0	13,0	52,4	0,0
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,0
Итого за прием пищи:				**11,8**	**11,6**	**62,2**	**399,1**	**0,8**
II Завтрак								
к/к	к/к	БИОЙОГУРТ ОБОГАЩЕННЫЙ	100-125*	2,8	2,5	4,5	56,5	0,7
Итого за прием пищи:				**2,8**	**2,5**	**4,5**	**56,5**	**0,7**
Обед								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0,1	1,5	8,4	6,0
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	4,6	5,4	14,7	128,9	10,6

2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	220	22,5	23,5	20,3	382,4	10,5
к/к	к/к	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	6,15	2,25	3,90	171,0	15,0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,0	0,4	19,1	91,8	0,0
Итого за прием пищи:				**30,6**	**29,4**	**55,6**	**611,5**	**42,1**
Полдник								
2008	254	СОСИСКА ОТВАРНАЯ	60	6,4	13,9	0,2	151,9	0,0
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	2,5	3,0	10,4	79,9	5,9
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,8	0,0	29,8	122,8	50,2
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157,2	0,0
к/к	к/к	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ В ИНД, УПАК,	100-125*	2,0	1,5	3,0	48,0	0,7
Итого за прием пищи:				**16,2**	**20,1**	**74,2**	**559,8**	**6,8**
Всего за день:				**61,4**	**63,6**	**196,5**	**1626,9**	**85,4**
6 день								
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,0	4,1	0,0	37,4	0,0
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200	6,2	8,1	26,8	204,5	0,8
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,3	3,4	19,2	125,5	0,7
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,0
Итого за прием пищи:				**12,8**	**16,5**	**61,4**	**446,0**	**1,5**
II Завтрак								
к/к	к/к	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ/ ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ ЗЕЛЕНОЕ	100	0,9	0,2	8,1	43,0	60,0

Итого за прием пищи:				**0,9**	**0,2**	**8,1**	**43,0**	**60,0**
Обед								
2008	52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ	60/35	6,9	6,1	4,0	98,1	7,4
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	250/10	6,8	3,2	29,4	173,7	4,6
2008	316	КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ КУР, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	70	8,7	16,3	7,5	211,9	0,5
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,6	6,0	15,5	132,5	31,7
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,2	18,2	77,4	3,6
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,0	0,4	19,1	91,8	0,0
Итого за прием пищи:				**29,9**	**32,2**	**93,7**	**785,4**	**47,8**
Полдник								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	120/30	18,1	14,8	31,2	334,4	0,3
2008	434	КЕФИР ОБОГАЩЕННЫЙ	180	5,3	4,6	7,4	97,2	0,5
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	40	3,0	3,9	29,8	166,8	0,0
Итого за прием пищи:				**26,4**	**23,3**	**68,4**	**598,4**	**0,8**
Всего за день:				**70,0**	**72,2**	**231,6**	**1872,8**	**110,1**

7 день

Завтрак								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,4	0,0	54,6	0,1
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	50	1,6	0,1	3,2	19,4	2,0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	1,0	8,9	1,3	88,7	0,2
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	5,3	4,4	19,2	137,8	0,8

к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,0
Итого за прием пищи:				**13,7**	**18,7**	**39,1**	**379,1**	**3,1**
II Завтрак								
к/к	к/к	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,5	0,5	21,0	96,0	10,0
Итого за прием пищи:				**1,5**	**0,5**	**21,0**	**96,0**	**10,0**
Обед								
к/к	к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,7	0,1	2,3	14,5	15,1
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	4,0	5,3	7,4	96,4	8,9
2008	280	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	70	8,2	9,5	7,3	147,9	2,2
2008	137	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	150	2,7	7,2	15,1	138,9	6,2
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,4	0,1	31,5	129,2	50,0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,0	0,4	19,1	91,8	0,0
Итого за прием пищи:				**19,0**	**22,6**	**82,7**	**618,7**	**82,4**
Полдник								
2008	212	МАКАРОННИК	250	9,0	9,0	65,6	379,7	0,0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	22,9	93,2	0,7
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157,2	0,0
к/к	к/к	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ В ИНД. УПАК.	100-125*	2,3	1,7	3,5	55,2	0,8
Итого за прием пищи:				**15,9**	**12,5**	**122,8**	**685,3**	**1,5**
Всего за день:				**50,1**	**54,3**	**265,6**	**1779,1**	**47,0**
8 день								

Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,0	4,1	0,0	37,4	0,0
2008	184	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	7,1	7,0	34,0	227,6	0,5
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,2	19,2	107,3	0,5
к/к	к/к	БИОЙОГУРТ ОБОГАЩЕННЫЙ В ИНД.УПАК.	100-125*	2,0	1,5	3,0	48,0	0,7
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,0
Итого за прием пищи:				**14,1**	**15,7**	**71,6**	**498,9**	**1,7**
II Завтрак								
к/к	к/к	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47,0	5,0 0,0
Итого за прием пищи:				**0,4**	**0,3**	**10,3**	**47,0**	**5,0** **0,0**
Обед								
2008	55	ИКРА КАБАЧКОВАЯ/ ИКРА КАБАЧКОВАЯ СТЕРИЛЛИЗОВАННАЯ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	60	0,8	3,2	4,5	50,5	7,6
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	250/10	6,5	5,3	23,6	168,8	6,6
2008	287	ТЕФТЕЛИ ИЗ ПЕЧЕНИ	70/50	7,0	12,0	9,8	182,2	5,1
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	150	3,1	3,1	13,4	95,6	9,9
2008	442	СОК ЧЕРНОСМОРОДИНОВЫЙ	180	0,9	0,0	13,1	55,8	309,6
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,0	0,4	19,1	91,8	0,0
Итого за прием пищи:				**21,3**	**24,0**	**83,5**	**644,7**	**338,8**
Полдник								
2002	130	ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	110/20	15,6	9,7	40,6	315,0	0,2

2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,3	4,6	8,8	99,0	1,0
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ	60	6,0	5,3	43,6	245,6	0,2
Итого за прием пищи:				**26,9**	**19,6**	**93,0**	**659,6**	**1,4**
Всего за день:				**62,7**	**59,6**	**258,4**	**1850,2**	**346,9**
9 день								
Завтрак								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,5	4,4	0,0	54,6	0,1
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,9	6,7	29,7	202,9	0,5
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,3	3,4	19,2	125,5	0,7
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,0
Итого за прием пищи:				**16,0**	**15,4**	**64,3**	**461,6**	**1,3**
II Завтрак								
к/к	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47,0	10,0
Итого за прием пищи:				**0,4**	**0,4**	**9,8**	**47,0**	**10,0**
Обед								
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,6	3,1	5,5	54,1	1,8
2008	89	РАССОЛЬНИК С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/10	4,4	6,1	14,0	133,5	7,0
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	17,9	22,5	15,4	337,0	24,2
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"	180	1,2	0,1	37,8	157,9	50,4
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,0	0,4	19,1	91,8	0,0
Итого за прием пищи:				**27,1**	**32,2**	**91,8**	**774,3**	**83,4**

Полдник								
2008	193	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ ЯБЛОЧНЫМ	120/30	16,4	9,8	42,2	327,5	0,3
2008	435	КЕФИР	180	5,2	4,5	7,2	95,4	1,3
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4,5	1,7	30,8	157,2	0,0
Итого за прием пищи:				**26,1**	**16,0**	**80,2**	**580,1**	**1,6**
Всего за день:				**69,6**	**64,0**	**246,1**	**1863,0**	**46,3**
10 день								
Завтрак								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,6	2,3	0,2	31,5	0,0
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С САХАРОМ	200	4,9	6,7	39,6	239,4	0,5
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,0	11,7	47,4	0,0
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,0
Итого за прием пищи:				**10,0**	**9,9**	**66,9**	**396,9**	**0,5**
II Завтрак								
к/к	к/к	БИОЙОГУРТ ОБОГАЩЕННЫЙ	100-125*	2,8	2,5	4,5	56,5	0,7
Итого за прием пищи:				**2,8**	**2,5**	**4,5**	**56,5**	**0,7**
Обед								
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0,5	0,1	1,0	7,8	3,0
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ С ДОБАВЛЕНИЕМ МОРСКОЙ КАПУСТЫ И СМЕТАНЫ	250/10/5	5,0	5,7	12,7	124,9	8,0
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ	80	21,2	8,6	7,2	189,9	3,0

2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,0	5,5	19,6	141,1	9,2
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,0	0,0	19,4	77,4	50,0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,0	0,4	19,1	91,8	0,0
Итого за прием пищи:				**32,7**	**20,3**	**79,0**	**632,9**	**73,2**
Полдник								
2008	166	ПУДИНГ ОВОЩНОЙ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ/ КАБАЧКИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ ПОД СОУСОМ	120/30	4,5	10,0	22,7	204,7	10,6
к/к	к/к	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	6,15	2,25	3,90	171,0	15,0
к/к	к/к	ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0,6	0,7	15,5	70,8	0,0
Итого за прием пищи:				**5,1**	**10,7**	**38,2**	**275,5**	**25,6**
Всего за день:				**50,6**	**43,4**	**188,6**	**1361,8**	**95,0**
Итого за весь период (10 дней)				**622,6**	**600,6**	**2324**	**17445,6**	**997,8**
Среднее значение за период				**62,3**	**60,1**	**232,4**	**1744,6**	**99,8**
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности				**14,3%**	**31,0%**	**53,3%**		

Примечание!

1) * В ежедневном фактическом меню указывать конкретный выход йогурта (Например: Йогурт 125г)
2) Допускаются отклонения в случае сбоев поставки в наименованиях по фруктам и напиткам, сезонные замены овощей и фруктов
3) Детям-аллергикам необходимо производить замену в установленном порядке, в зависимости от медицинских показаний. Справка о наличии заболевания у ребенка предоставляется руководителю учреждения или медицинскому работнику дошкольного образовательного учреждения.

Всего за 1 день:	65,9	70,7	230,5	1848,5	49,3
Всего за 2 день:	82,3	56,0	234,9	1818,8	119,7
Всего за 3 день:	42,0	62,7	210,4	1596,5	45,6
Всего за 4 день:	68,0	54,1	261,4	1828,0	52,5
Всего за 5 день:	61,4	63,6	196,5	1626,9	85,4
Всего за 6 день:	70,0	72,2	231,6	1872,8	110,1
Всего за 7 день:	50,1	54,3	265,6	1779,1	47,0
Всего за 8 день:	62,7	59,6	258,4	1850,2	346,9
Всего за 9 день:	69,6	64,0	246,1	1863,0	46,3
Всего за 10 день:	50,6	43,4	188,6	1361,8	95,0
ИТОГО	622,6	600,6	2324	17445,6	997,8

Накопительная ведомость

Сад 12 часов

Наименование продукта	Норма на 1 реб., г	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Факт. за 10 дн., г	Факт. за день, г	Выпол-нение, г	Выполнение, %
Хлеб ржаной обогащенный (ржано-пшеничный)	45	45	45	45	45	45	45	45	45	45	45	450	45		100
Батон обогащенный (хлеб пшеничный)	72	65	101	70	45	90	69	115	30	96	58	739	74	2	103
Мука пшеничная	26,1	8,3	6,4	2	52,9	2,9	7,1	2,4	75,2		2,4	159,6	16	-10,1	61
Мука картофельная	2,7									11		11	1	-1,7	41
Крупа (злаки), бобовые, макаронные изделия	38,7	30,6	48,7	6	64,3	20	47,6		53,3	76	38,7	385,2	38,5	-0,2	100
Макаронные изделия	10,8		15					77	15			107	11	0,2	99
Картофель	126	128	106	238	161	192,3	62,7	25	106	75	176,3	1270,3	127	1	101
Овощи разные, зелень	234	251,1	164,1	181,1	184,4	245,3	246,6	363,3	206,3	226	256	2324,2	232,4	-1,6	99
Фрукты свежие	90	105	100	118	139		100	118	100	127		907	91	1	101
Соки	90	180	180		180		180		180			900	90		100
Фрукты (плоды) сухие , в т.ч. шиповник	9,9	9,6				15	13,1	19		24	19	99,7	10	0,1	101
Сахарный песок	42,3	29,3	30	47	42,5	53,7	32,6	63,4	36,9	47,9	48,6	431,9	43,2	0,9	102
Кондитерские изделия	18	40	20	40			40		20		20	180	18		100
Кофейный напиток	1,08	2,7			2,7		2,7			2,7		10,8	1,1	0,02	100
Какао	0,54			2,7				2,7				5,4	0,5	-0,04	100
Чай	0,54	0,9	0,9	0,9		0,9			0,9		0,9	5,4	0,5	-0,04	100
Мясо б/к	49,5		126	51	18	111		38	51,5	81	18	494,5	49,5		100
Птица	21,6	128		13		13	36,4	13		13		216,4	21,6		100
Рыба-филе	33,3	46,2			126		35				126	333,2	33,3		100
Колбасные изделия	6,21					60						60	6	-0,21	97
Напитки витаминизированные	45,0					213					213	426	43	-2	95
Молоко, кисломолочные продукты	405	413	415	417	586	375	517	304	560	422	242	4251	425	20	105
Творог	36		120				90		69	78		357	36		99
Сметана	9,9	17,8	15,4	14	2,4	5	3,8	12,8		12,4	17,8	101,4	10,1	0,2	102
Сыр	5,4		10		12		2,8	15		15		54,8	5,5	0,1	101
Масло сливочное	18,9	24	18,9	22,5	25,6	10,4	27,8	17	21,4	10,4	19,9	197,9	19,8	0,9	105
Масло растительное	9,9	7,6	3,1	12,5	8	5,9	10,6	14	16	13	10	100,7	10,1	0,2	102
Яйцо	21,6	6,8	2,8	63,6	9,6	18,4	4,4	71,6	20,4	3,6	23,2	224,4	22,4	0,8	104
Дрожжи	0,45				2,3				2,3			4,6	0,5	0,05	102
Соль	5,4	5,8	7,6	5,3	8,1	2,9	3,8	5,1	4,9	5,3	5,4	54,2	5,4		100