

УТВЕРЖДЕНО

« 19 »

2022г.

Заведующий МБДОУ №52 «Берёзка»



Старчикова Е.Н.

СОГЛАСОВАНО

« 19 »

12

2022г.

Начальник управления образования
администрации городского округа
Мытищи Московской области



Трушина И.В.

Примерное 10-ти дневное меню

Для организации питания детей в возрасте от 1 до 3 лет, посещающих дошкольные общеобразовательные учреждения (с пребыванием 10-12 часов) в Московской области, в части организации питания детей от 1 до 3 лет с уплотненным полдником», экспертное заключение ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Московской области» от 19.09.2022 № 13-Э/1551.

Прочие виды	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Калорийность (ккал)	С (г/г)	Са (г/г)	I (г/г)	Fe (г/г)	B1 (г/г)	B2 (г/г)	A (г/г)	Mg (г/г)	P (г/г)	K (г/г)	Se (г/г)	F (г/г)	D (г/г)	№ рецептура
			Белки	Жиры	Углеводы															
Блюда 1	Каша гречневая молочная овсяная	150	5,81	7,33	19,85	168,75	0,62	157,11	38,83	0,83	0,11	0,16	30,73	39,46	157,69	206,28	7,74	29,93	0,04	Рец 54-22х Пособие. Сб. рецептов и типовых меню для орг. инт. детей в ДОО 2022
	Рисовое молочное	50	5,95	5,05	0,30	70,70		24,20	8,80	1,09	0,03	0,18	78,00	3,22	83,32	58,10	13,31	24,20	1,10	Рец 267 Единицы сб. рецептов и типовых меню для орг. инт. детей в ДОО 2021
	Хлеб пшеничный	30	2,38	0,24	14,76	70,32		6,00	0,96	0,33	0,03	0,01		4,20	19,30	27,90	1,80	4,35		Рец 575 Единицы сб. рецептов и типовых меню для орг. инт. детей в ДОО 2021
	Чай с молоком и сахаром	180	3,12	3,12	11,07	85,00	0,60	135,61	8,71	0,69	0,03	0,14	14,76	16,46	91,87	149,95	1,94	19,36	0,00	Рец 54-41х Пособие. Сб. рецептов и типовых меню для орг. инт. детей в ДОО 2022
Блюда 2	Сырники	100	0,50	0,10	10,10	46,00	2,00	7,00	2,00	1,40	0,01	0,02				120,00				Рец 501 Единицы сб. рецептов и типовых меню для орг. инт. детей в ДОО 2021
	Сметана из молока и сливок/сливки с сахаром	30	0,32	2,70	2,35	34,90	0,87	7,27	4,71	0,34	0,01	0,01	275,11	8,39	12,05	61,56	0,05	11,80	0,00	Рец 54-11х Пособие. Сб. рецептов и типовых меню для орг. инт. детей в ДОО 2022/
	Сыр из творога на крупном термине со сметаной	187	2,98	3,90	13,43	100,31	16,87	46,92	12,38	1,04	0,09	0,08	229,63	29,76	70,81	454,27	0,57	33,00	0,00	Рец 54-12х Пособие. Сб. рецептов и типовых меню для орг. инт. детей в ДОО 2022
	Пюре с супрем	170	28,09	26,21	29,05	461,38	2,76	36,89	38,06	2,27	0,13	0,19	227,21	50,10	265,66	398,73	21,09	188,98	0,00	Рец 54-12х Пособие. Сб. рецептов и типовых меню для орг. инт. детей в ДОО 2022
Обед	Компот из фруктов	150	0,34	0,06	14,45	59,72	0,00	16,88	0,11	0,42	0,02	0,01	0,55	5,39	17,17	105,56	0,06	31,49	0,00	Рец 54-45х Пособие. Сб. рецептов и типовых меню для орг. инт. детей в ДОО 2022
	Хлеб ржаной	36	2,38	0,43	12,02	61,49		12,60		1,40	0,06	0,03		16,92	56,88	88,20	11,12			Рец 574 Единицы сб. рецептов и типовых меню для орг. инт. детей в ДОО 2021
	Запеканка из творога	573	34,09	33,31	71,31	718,00	20,49	108,56	55,46	5,47	0,31	0,32	732,49	110,76	422,57	1108,31	32,91	265,26	0,00	
	Маковое суфле	170	23,30	14,62	21,19	309,93	0,26	193,70	22,06	1,02	0,06	0,32	68,66	31,23	274,41	147,52	36,39	41,04	0,33	Рец 54-11х Пособие. Сб. рецептов и типовых меню для орг. инт. детей в ДОО 2022
Ужин	Кондитерское изделие	20	1,42	1,00	11,04	38,84	0,20	63,40	1,40	0,04	0,01	0,04	5,60	6,80	45,80	76,00	0,60	0,60		Рец 571 Единицы сб. рецептов и типовых меню для орг. инт. детей в ДОО 2021
	Кондитерское изделие	30	2,25	2,94	22,32	123,10		7,80		0,42	0,03	0,02		5,00	23,20	33,00				Рец 580/581/582 Единицы сб. рецептов и типовых меню для орг. инт. детей в ДОО 2021
	Кондитерское изделие	180	5,22	5,76	7,38	102,24	1,26	216,00	16,20	0,18	0,05	0,31	39,66	25,20	171,00	262,80	3,60	36,00		Рец 570 Единицы сб. рецептов и типовых меню для орг. инт. детей в ДОО 2021
	Фрукты свежие (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	10,00	16,00	2,00	2,20	0,03	0,02	5,00	5,00	11,00	278,00	0,30	8,00		Рец 82 Единицы сб. рецептов и типовых меню для орг. инт. детей в ДОО 2021
Итого за день		460	32,59	24,72	71,73	640,51	11,72	496,90	41,66	3,86	0,19	0,71	118,86	81,13	527,41	797,32	40,89	85,64	0,33	
		1513,00	84,31	73,86	199,11	1799,28	35,44	935,37	156,42	13,67	0,70	1,54	974,84	257,32	1305,76	2467,86	98,79	428,74	1,46	

Прочие иши	Наименование биона	Вс биона	Питательные вещества			Калорий- ность (ккал)	C (г/г)	Ca (г/г)	I (г/г)	Be (г/г)	B1 (г/г)	B2 (г/г)	A (мкг)	Mg (г/г)	P (г/г)	K (г/г)	Se (мкг)	F (мкг)	D (мкг)	№ патента/г
			Белок	Жиры	Углеводы															
Злаки	Капса жидкая молочная малая	150	5,01	6,38	20,54	138,92	0,62	149,36	27,10	0,30	0,05	0,15	30,73	12,53	108,23	165,46	2,15	21,38	0,04	Рег.54-21г. Пособие. Сб. рег. биона и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2022
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,34	14,76	70,32		6,00	0,96	0,33	0,03	0,01		4,20	19,50	27,30	1,80	4,35		Рег.573 Единицы сбр. рег. биона и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2021
	Макало савиновое (моршан)	6	0,04	4,95	0,05	44,89		0,72		0,01		0,01	39,18		1,14	0,30	0,06	0,17	0,06	Рег.79 Единицы сбр. рег. биона и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2021
	Сыр постоуриды сорта	8	1,93	2,45		29,74	0,06	73,04		0,08	0,06	0,02	21,38	2,91	41,50	7,30	1,20		0,08	Рег.54-1г. Пособие. Сб. рег. биона и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2022
Порошок	Колбейный напиток с молочком	180	4,02	3,69	11,45	95,25	0,57	137,31	8,71	1,00	0,04	0,14	14,60	30,41	112,34	191,10	1,94	19,36	0,00	Рег.54-21г. Пособие. Сб. рег. биона и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2022
	Соевый кефир	100	0,50	0,10	10,10	46,00	2,00	7,00	2,00	1,40	0,01	0,02				120,00				Рег.501 Единицы сбр. рег. биона и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2021
	Икра рыбная/	474	13,77	17,71	56,89	444,11	3,25	373,33	38,78	3,12	0,13	0,35	106,09	55,84	283,71	512,67	7,14	48,36	0,18	Типов./
	Сметан. П. савиновое. Пособие	30	0,57	2,67	2,31	35,70	2,10	12,30	0,15	0,21	0,01	0,02		4,50	11,10	128,01		1,53		Рег.17 Единицы сбр. рег. биона и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2021
Мед	Сметан. П. савиновое. Пособие	180	2,06	4,39	15,48	111,06	6,68	19,95	43,28	0,86	0,08	0,06	279,65	25,41	60,13	393,28	0,75	35,71	0,00	Рег.89/14 Единицы сбр. рег. биона и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2021
	Кефир савиновое с медом	170	20,55	17,39	14,36	286,86	28,71	80,28	35,52	3,39	0,09	0,17	75,96	46,16	217,06	709,51	0,55	74,39	0,00	Рег.54-10г. Пособие. Сб. рег. биона и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2022
	Кефир из савинов. молока	130	0,07	0,07	10,50	42,76	0,68	2,70	0,30	0,35	0,00	0,00	0,51	1,33	1,63	39,50	0,04	1,20	0,00	Рег.185 Единицы сбр. рег. биона и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2021
	Хлеб ржаной	36	2,38	0,43	12,02	61,49		12,60		1,40	0,06	0,03		16,92	56,88	88,20	11,12			Рег.574 Единицы сбр. рег. биона и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2021
Порошок	Рисов. пшеничная в олете	566	25,62	25,14	54,67	537,87	38,17	122,80	79,25	6,21	0,24	0,28	356,12	94,31	346,79	1358,49	12,47	112,82	0,00	
	Сметан. П. савиновое. Пособие	130	27,34	9,67	6,04	221,00	0,42	112,44	232,98	2,16	0,15	0,33	80,96	73,88	391,48	566,32	33,06	851,96	1,37	Рег.310 Единицы сбр. рег. биона и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2021
	Хлеб пшеничный	60	5,02	3,08	33,63	182,41	0,00	10,97	25,56	0,57	0,06	0,03	15,43	7,06	40,75	52,76	2,91	9,82	0,07	Рег.54-13г. Пособие. Сб. рег. биона и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2022
	Чай с медом и сахаром	30	2,28	0,24	14,76	70,32		6,00	0,96	0,33	0,03	0,01		4,20	19,50	27,30	1,80	4,35		Рег.573 Единицы сбр. рег. биона и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2021
Порошок	Фрукты савиновое (то савиновое)	180	0,24	0,05	6,63	27,95	1,11	6,84	0,00	0,77	0,00	0,01	0,30	4,53	8,46	20,78	0,00	0,00	0,00	Рег.54-1г. Пособие. Сб. рег. биона и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2022
		100	0,40	0,40	9,30	44,40	10,00	16,00	2,00	2,20	0,03	0,02	5,00	9,00	11,00	278,00	0,30	8,00		Рег.82 Единицы сбр. рег. биона и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2021
		520	25,27	13,45	70,86	546,09	11,53	152,25	261,50	6,02	0,27	0,40	110,68	98,67	471,19	945,76	38,06	874,13	1,43	
	Порошок	1560	74,67	56,30	182,41	1529,07	52,96	653,32	379,53	15,25	0,65	1,03	572,89	248,02	1100,69	2816,92	57,68	1035,21	1,61	

Продукт	Наименование биота	Вс биота	Питательные вещества			Кальций-пепт (ККМ)	С (мг)	Са (мг)	I (мг)	Fe (мг)	В1 (мг)	В2 (мг)	A (мг)	Mg (мг)	P (мг)	K (мг)	Se (мг)	F (мг)	D (мг)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы															
Завтрак	Капса жидкая молочная гречневая	150	6,30	6,26	20,42	163,08	0,62	151,34	38,39	1,59	0,11	0,19	27,89	58,10	159,33	224,45	3,39	26,23	0,03	Рец. 54-20к Пособие. Сб. рец. биота и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2022
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32		6,00	0,36	0,33	0,03	0,01		4,20	19,30	27,90	1,80	4,35		Рец. 57а Единый сб. рец. биота и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2021
	Макало сливочное (пирожки)	6	0,04	4,93	0,03	44,89		0,72		0,01		0,01	39,18		1,14	0,90	0,06	0,17	0,06	Рец. 79 Единый сб. рец. биота и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2021
	Капса с мясом	180	4,02	3,69	11,35	95,65	0,57	137,31	8,71	1,00	0,04	0,14	14,60	30,41	112,34	191,11	1,94	29,28	0,00	Рец. 54-21гн Пособие. Сб. рец. биота и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2022
	Сыр/кефир	100	0,30	0,10	10,10	46,00	2,00	7,00	2,00	1,40	0,01	0,02			120,00					Рец. 50г Единый сб. рец. биота и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2021
Обед	Салат из свежих овощей/Салат из свежих овощей и фруктов	466	13,03	15,24	56,88	419,94	3,20	302,37	50,46	4,33	0,19	0,36	81,68	92,70	292,52	564,36	7,18	60,03	0,09	Рец. 54-13г Пособие. Сб. рец. биота и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2022/Рец. 54-31г Пособие. Сб. рец. биота и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2022
	Суп с рыбными консервами (треска)	180	10,06	4,77	16,62	152,97	7,29	91,76	31,54	1,26	0,09	0,11	296,44	48,35	154,23	320,04	16,48	206,96	4,38	Рец. 54-12г Пособие. Сб. рец. биота и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2022
	Пюре из овощей по-строгановски	60	13,81	9,23	4,93	163,48	10,50	19,46	19,68	4,81	0,18	1,40	3999,59	13,82	226,00	198,16	27,86	161,17	0,31	Рец. 54-16а Пособие. Сб. рец. биота и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2022
	Картофельное пюре	110	2,77	4,59	18,56	126,15	9,70	32,80	20,72	0,97	0,11	0,09	24,00	26,20	75,05	587,92	0,63	34,85	0,35	Рец. 54-11г Пособие. Сб. рец. биота и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2022
	Котлета из мяса говядины	120	0,53	0,13	15,12	63,73	13,86	21,81	1,16	0,19	0,02	0,02	3,17	7,48	16,84	108,94	0,29	0,29	0,30	Рец. 54-20он Пособие. Сб. рец. биота и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2022
Ужин	Хлеб ржаной	36	2,38	0,43	12,02	61,49		12,60		1,40	0,06	0,03		16,92	56,88	88,20	11,12			Рец. 57а Единый сб. рец. биота и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2021
	Макаронные отварные с сыром	566	30,95	21,01	70,12	592,39	44,79	198,34	78,81	9,08	0,47	1,66	433,62	119,80	542,41	1586,38	56,60	411,53	4,34	Рец. 54-3г Пособие. Сб. рец. биота и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2022
	Пюре из овощей с капустой	110	6,92	6,40	21,08	169,29	0,04	128,32	10,99	0,60	0,04	0,05	35,07	9,40	93,76	45,31	2,03	6,71	0,18	Рец. 57а Единый сб. рец. биота и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2021
	Хлеб пшеничный	60	5,33	5,53	22,86	164,90	13,50	45,55	22,59	1,04	0,06	0,09	44,34	16,06	68,06	234,22	5,74	19,31	0,38	Рец. 57а Единый сб. рец. биота и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2021
	Чай с сахаром	30	2,38	0,24	14,76	70,32		6,00	0,36	0,33	0,03	0,01		4,20	19,30	27,90	1,80	4,35		Рец. 57а Единый сб. рец. биота и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2021
Итого за день	Фрукты свежие (по сезону)	180	0,19	0,05	6,45	26,94	0,04	4,38	0,06	0,73	0,00	0,01	0,30	3,83	7,18	20,78	0,00	0,00	0,00	Рец. 54-2гн Пособие. Сб. рец. биота и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2022
	Итого за день	480	15,42	12,62	74,95	475,65	23,58	200,36	36,55	4,91	0,17	0,18	84,71	42,49	199,50	606,20	9,87	38,36	0,36	Рец. 82 Единый сб. рец. биота и типовых меню для орг. пит. детей в ДОО 2021
Итого за день		1512	59,60	48,86	201,94	1488,18	71,57	693,07	165,41	18,32	0,82	2,20	4490,01	255,00	1034,42	2758,94	73,66	509,93	5,39	

Примеры	Наименование блюда	Вес блюда	Липидные вещества			Калорийность (ккал)	С (г/100г)	Са (г/100г)	I (г/100г)	Рв (г/100г)	В1 (г/100г)	В2 (г/100г)	А (мкг)	В12 (мкг)	Р (мкг)	К (мкг)	Se (мкг)	F (мкг)	D (мкг)	№ рецептуры
			Белок	Жиры	Углеводы															
Блюда 1	Каши жидкие молочные (суповник)	150	6,17	6,93	26,75	194,20	0,62	170,63	41,18	0,67	0,11	0,17	33,08	14,79	95,27	146,11	2,15	21,23	0,04	Рец. 54-1к Пособие. Сб. рецептов блюд и кулинарных изделий Перепалов А.В. 2021
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32		6,00	0,96	0,33	0,03	0,01		4,20	19,30	27,20	1,80	4,35		Рец. 573 Единицы сб. рецептов блюд и кулинарных изделий Перепалов А.В. 2021
	Мясные суповые (порционные)	6	0,04	4,95	0,05	44,89		0,72		0,01		0,01	39,18		1,14	0,20	0,06	0,17	0,06	Рец. 79 Единицы сб. рецептов блюд и кулинарных изделий Перепалов А.В. 2021
	Кофеинный напиток с молоком	180	4,02	3,69	11,45	95,25	0,57	137,31	8,71	1,00	0,04	0,14	14,60	30,41	112,34	191,10	1,94	19,36	0,00	Рец. 54-23к Пособие. Сб. рецептов блюд и кулинарных изделий Перепалов А.В. 2021
Блюда 2	Соевый суп	100	0,50	0,10	10,10	46,00	2,00	7,00	2,00	1,40	0,01	0,02				120,00				Рец. 501 Единицы сб. рецептов блюд и кулинарных изделий Перепалов А.В. 2021
	Овощной суповой/Суп из свежих овощей	466	13,00	15,91	63,10	450,66	3,20	321,66	52,86	3,41	0,19	0,35	86,96	40,39	228,36	486,01	5,95	45,11	0,10	Прод. Рец. 14 Единицы сб. рецептов блюд и кулинарных изделий Перепалов А.В. 2021
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и маслом	187	11,32	10,76	21,64	224,33	16,92	68,39	19,78	2,92	0,16	0,14	364,17	52,56	164,97	744,01	0,83	73,43	0,00	Рец. 54-2с Пособие. Сб. рецептов блюд и кулинарных изделий Перепалов А.В. 2021
	Котлеты из говядины	60	11,48	11,71	10,35	187,08	0,07	27,91	12,09	1,94	0,06	0,12	18,28	19,43	129,50	193,95	2,63	35,56	0,04	Рец. 54-4к Пособие. Сб. рецептов блюд и кулинарных изделий Перепалов А.В. 2021
Блюда 3	Рис отварной	110	2,65	3,99	26,75	153,46	0,00	4,62	14,57	0,36	0,02	0,02	19,29	17,35	52,90	33,60	5,32	17,59	0,05	Рец. 54-6к Пособие. Сб. рецептов блюд и кулинарных изделий Перепалов А.В. 2021
	Сыч. творожный с овощами	20	0,49	1,50	2,86	26,84	0,94	7,12	4,40	0,21	0,01	0,01	161,44	6,59	14,45	50,75	0,15	9,61	0,02	Рец. 420 Единицы сб. рецептов блюд и кулинарных изделий Перепалов А.В. 2021
	Котлет из смеси курицы и говядины	130	0,38	0,00	16,08	65,83	0,02	39,85	0,00	0,07	0,00	0,00	12,06	1,70	3,46	0,16	0,00	0,00	0,00	Рец. 54-1к Пособие. Сб. рецептов блюд и кулинарных изделий Перепалов А.В. 2021
	Хлеб ржаной	36	2,38	0,43	12,02	61,49		12,60		1,40	0,06	0,03		16,92	56,88	88,20	11,12			Рец. 574 Единицы сб. рецептов блюд и кулинарных изделий Перепалов А.В. 2021
Блюда 4	Омлет с жареным горошком	593	28,96	28,41	90,10	722,32	18,61	167,57	50,84	7,08	0,27	0,33	576,53	118,55	429,04	1149,28	20,05	136,20	0,11	
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32		6,00	0,96	0,33	0,03	0,01		4,20	19,30	27,20	1,80	4,35		Рец. 573 Единицы сб. рецептов блюд и кулинарных изделий Перепалов А.В. 2021
	Напиток абрикотовый	180	0,08	0,08	10,75	45,93	0,80	3,13	0,35	0,41	0,00	0,00	0,60	1,56	1,90	46,19	0,05	1,40	0,00	Рец. 481 Сб. рецептов блюд и кулинарных изделий Перепалов А.В. 2016г
	Кулеш с говядиной	30	2,25	2,94	22,32	125,10		7,80		0,42	0,03	0,02		9,00	25,20	33,00				Рец. 580/581/582 Единицы сб. рецептов блюд и кулинарных изделий Перепалов А.В. 2021
Блюда 5	Фрукты свежие (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	10,00	16,00	2,00	2,20	0,03	0,02	5,00	9,00	11,00	278,00	0,30	8,00		Рец. 82 Единицы сб. рецептов блюд и кулинарных изделий Перепалов А.В. 2021
	Пюре из картофеля	470	15,22	14,76	62,74	445,27	11,90	134,77	32,71	5,08	0,19	0,37	129,04	44,82	229,38	560,08	20,88	53,84	1,45	
Блюда 6	Пюре из картофеля	1529	57,19	59,08	215,95	1618,25	36,71	624,00	136,41	15,57	0,65	1,04	792,43	212,77	886,68	2195,37	46,88	235,15	1,67	

Питание	Наименование блюда	Вес блюда	Линейные измерения			Калорий- ность (кКал)	С (г/г)	Са (г/г)	I (г/г)	Fe (г/г)	B1 (г/г)	B2 (г/г)	A (мкг)	Mg (г/г)	P (г/г)	K (г/г)	Se (мкг)	F (мкг)	D (мкг)	№ рецептуры
			Единица	Жиры	Углевода															
Блюда	Каша "Арбуз"	150	4,89	6,60	19,91	138,84	0,62	149,31	38,13	0,43	0,07	0,15	31,66	25,35	126,32	169,71	3,81	28,10	0,04	Пел.54-16х Пюреобраз. Сб.пел.блюда и фруктовых пюре для дет. в ДОО 2022
	Хлеб мясной	30	2,28	0,24	14,76	70,32		6,00	0,96	0,33	0,03	0,01		4,20	19,50	27,90	1,80	4,35		Пел.57х Единиц. сб.пел.блюда и фруктовых пюреобраз. Пюреобраз. А.Я. 2021
	Мясо с овощами (пюреобраз.)	6	0,04	4,95	0,05	44,89		0,22		0,01		0,01	39,18		1,14	0,30	0,06	0,17	0,06	Пел.79 Единиц. сб.пел.блюда и фруктовых пюреобраз. Пюреобраз. А.Я. 2021
	Каша с молоком	180	4,02	3,69	11,55	95,65	0,57	137,31	8,71	1,00	0,04	0,14	14,60	30,41	112,34	191,11	1,94	29,38	0,00	Пел.54-21х Пюреобраз. Сб.пел.блюда и фруктовых пюре для дет. в ДОО 2022
	Салат с овощами	100	0,50	0,10	10,10	46,00	2,00	7,90	2,00	1,40	0,01	0,02				120,00				Пел.50х Единиц. сб.пел.блюда и фруктовых пюреобраз. Пюреобраз. А.Я. 2021
Бюджет	Салат из овощей с мясом	466	11,72	15,88	56,36	415,70	3,20	300,84	49,80	3,17	0,14	0,33	85,44	60,15	259,31	509,61	7,60	61,90	0,10	Пел.54-81 Пюреобраз. Сб.пел.блюда и фруктовых пюре для дет. в ДОО 2022
	Рисовый суп с овощами	30	0,58	2,67	3,09	38,69	5,77	14,38	4,32	0,19	0,01	0,01	46,17	5,66	10,43	84,80	0,09	4,61	0,00	Пел.54-81 Пюреобраз. Сб.пел.блюда и фруктовых пюре для дет. в ДОО 2022
	Пюреобраз. суп с овощами	187	2,79	4,64	18,97	128,40	8,71	29,82	13,05	1,13	0,10	0,08	285,09	35,47	79,08	513,31	0,84	42,80	0,00	Пел.54-81 Пюреобраз. Сб.пел.блюда и фруктовых пюре для дет. в ДОО 2022
	Пюреобраз. суп с овощами	60	12,20	12,29	4,31	175,54	2,88	22,92	9,78	1,12	0,07	0,09	507,35	23,90	117,04	180,88	7,41	79,26	0,04	Пел.54-81 Пюреобраз. Сб.пел.блюда и фруктовых пюре для дет. в ДОО 2022
	Каша гречневая рассыпчатая	110	6,02	3,10	26,45	175,88	0,00	10,76	15,55	2,98	0,16	0,09	20,20	88,47	132,79	160,88	2,59	10,41	0,05	Пел.54-81 Пюреобраз. Сб.пел.блюда и фруктовых пюре для дет. в ДОО 2022
Итого за обед	Хлеб белый	150	0,07	0,07	10,50	42,76	0,68	2,70	0,30	0,35	0,00	0,00	0,51	1,35	1,65	39,50	0,04	1,20	0,00	Пел.54-81 Пюреобраз. Сб.пел.блюда и фруктовых пюре для дет. в ДОО 2022
	Хлеб белый	36	2,38	0,43	12,02	61,49		12,60		1,40	0,06	0,03		16,92	56,88	88,20	11,12			Пел.57х Единиц. сб.пел.блюда и фруктовых пюреобраз. Пюреобраз. А.Я. 2021
	Жареное из картофеля	573	24,05	25,41	75,35	622,56	18,03	93,39	43,40	7,18	0,40	0,29	859,21	168,76	397,85	1067,55	22,10	138,27	0,09	Пел.57х Единиц. сб.пел.блюда и фруктовых пюреобраз. Пюреобраз. А.Я. 2021
	Вареное картофель	170	15,60	3,16	23,27	185,46	12,61	33,13	33,95	4,83	0,34	0,29	419,00	55,20	243,67	836,59	16,53	92,16	0,00	Пел.56х Единиц. сб.пел.блюда и фруктовых пюреобраз. Пюреобраз. А.Я. 2021
	Хлеб мясной	70	5,54	5,30	36,17	211,66	0,00	13,55	31,16	0,67	0,06	0,04	30,45	7,66	48,01	58,84	3,82	11,60	0,16	Пел.54-10х Пюреобраз. Сб.пел.блюда и фруктовых пюре для дет. в ДОО 2022
Итого за завтрак	Хлеб мясной	30	2,28	0,24	14,76	70,32		6,00	0,96	0,33	0,03	0,01		4,20	19,50	27,90	1,80	4,35		Пел.57х Единиц. сб.пел.блюда и фруктовых пюреобраз. Пюреобраз. А.Я. 2021
	Молоко натуральное	180	4,86	5,04	7,74	96,12	0,34	216,00	14,26	0,16	0,05	0,22	21,76	21,92	140,94	218,12	3,17	31,68	0,16	Пел.49х Единиц. сб.пел.блюда и фруктовых пюреобраз. Пюреобраз. А.Я. 2021
	Итого за завтрак	480	28,28	13,75	81,91	584,56	13,55	268,78	82,33	6,01	0,49	0,86	473,21	88,99	453,12	1141,46	25,32	139,79	0,16	
	Итого за 5 дней	1489	64,05	54,54	213,65	1602,82	34,78	663,01	175,53	16,36	1,04	1,48	1417,87	317,90	1109,27	2718,63	55,03	339,96	0,35	
	Итого за 5 дней	7633	339,84	292,63	1013,06	8037,60	231,45	3588,86	1013,30	79,28	3,86	7,28	8248,04	1291,01	5433,82	12957,72	112,03	2548,99	18,68	
Итого за 5 дней	Итого за 5 дней	1527	67,37	58,53	202,61	1607,52	46,39	713,77	202,66	15,86	0,77	1,46	1649,61	258,20	1086,76	2591,54	66,41	509,80	2,11	

Код ини	Наименование груза	Вес брутто	Плотность вещества			Классифи- кация (Класс)	C (wt)	Ca (wt)	I (wt)	Fe (wt)	Ba (wt)	B2 (wt)	A (wt)	Mg (wt)	P (wt)	K (wt)	Se (wt)	F (wt)	D (wt)	№ сертификата
			Единица	Жирная	Углеводная															
Категория 2 Класс 6	Каша жидкая молочная пшеница	150	5,68	6,77	22,33	174,02	0,62	151,74	31,31	0,66	0,10	0,15	31,13	30,91	140,39	185,28	2,66	26,73	0,04	Реш.54-256 Пособие. Сб.реш.бюджет и типовых дел для орг. инт. дел в ДОО 2022
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32		6,00	0,96	0,33	0,03	0,01		4,20	19,50	27,30	1,80	4,35		Реш.573 Единый сб.реш.бюджет и типовых дел для орг. инт. дел в ДОО 2021
Заправка	Масло сливочное (топленое)	6	0,04	4,95	0,05	44,89		0,72		0,01		0,01	39,18		1,14	0,30	0,06	0,17	0,06	Реш.79 Единый сб.реш.бюджет и типовых дел для орг. инт. дел в ДОО 2021
	Сыр из твердых сортов	8	1,93	2,45		29,74	0,06	73,04		0,08	0,00	0,02	21,58	2,91	41,50	7,30	1,20		0,08	Реш.54-113 Пособие. Сб.реш.бюджет и типовых дел для орг. инт. дел в ДОО 2022
Прочий завтрак	Чай с молоком и сахаром	180	3,12	3,12	11,07	85,00	0,60	133,61	8,71	0,69	0,03	0,14	14,76	16,46	91,87	149,25	1,94	10,36	0,00	Реш.54-114 Пособие. Сб.реш.бюджет и типовых дел для орг. инт. дел в ДОО 2022
	Сок/компот	100	0,50	0,10	10,10	46,00	2,00	7,00	2,00	1,40	0,01	0,02				120,00				Реш.501 Единый сб.реш.бюджет и типовых дел для орг. инт. дел в ДОО 2021
Прочий завтрак длительный		474	13,54	17,62	58,51	449,97	3,29	374,11	43,18	3,17	0,18	0,35	106,65	54,47	294,40	491,34	7,68	50,61	0,18	Реш.501 Единый сб.реш.бюджет и типовых дел для орг. инт. дел в ДОО 2021
	Завтрак горячий консервированный	30	1,43	0,09	2,99	18,40	4,60	9,20		0,32	0,05	0,03		9,66	28,32	45,54	0,60			Реш.501 Единый сб.реш.бюджет и типовых дел для орг. инт. дел в ДОО 2021
Обед	Шу из свиней капуста с картофелем и соусом	187	3,38	3,93	18,06	120,60	20,34	53,60	49,49	1,28	0,10	0,09	217,42	35,29	81,43	638,66	0,48	41,42	0,01	Реш.89/101 Единый сб.реш.бюджет и типовых дел для орг. инт. дел в ДОО 2021
	Бедершпиз из отварной говядины	60	9,94	9,60	3,61	135,78	0,66	19,27	8,65	1,43	0,04	0,08	179,59	16,92	104,78	191,81	0,14	40,56	0,01	Реш.54-114 Пособие. Сб.реш.бюджет и типовых дел для орг. инт. дел в ДОО 2022
Обед	Молочный суп	110	3,89	4,04	24,11	148,54	0,60	8,09	14,58	0,54	0,05	0,02	19,29	5,30	29,47	38,24	0,04	7,71	0,05	Реш.54-114 Пособие. Сб.реш.бюджет и типовых дел для орг. инт. дел в ДОО 2022
	Компот из ягод замороженных	180	0,16	0,07	10,16	41,91	14,32	5,85	0,16	0,23	0,00	0,01	1,83	4,83	5,14	52,27	0,17	2,68	0,00	Реш.501 Единый сб.реш.бюджет и типовых дел для орг. инт. дел в ДОО 2021
Прочий завтрак	Хлеб ржаной	36	2,38	0,43	12,02	61,49		12,90		1,40	0,06	0,03		16,92	56,88	88,20	11,12			Реш.574 Единый сб.реш.бюджет и типовых дел для орг. инт. дел в ДОО 2021
	Заправка из творога с яблоком	603	21,17	18,17	70,96	526,72	39,92	108,62	72,87	5,20	0,30	0,26	418,43	88,92	306,22	1055,41	12,56	92,37	0,06	Реш.54-114 Пособие. Сб.реш.бюджет и типовых дел для орг. инт. дел в ДОО 2022
Заправка	Молоко стуженное	130	15,01	10,80	23,31	251,55	5,37	160,76	20,02	1,39	0,11	0,23	2105,50	66,06	233,71	123,66	21,01	30,21	0,19	Реш.54-114 Пособие. Сб.реш.бюджет и типовых дел для орг. инт. дел в ДОО 2022
	Кисломолочный напиток	20	1,42	1,00	11,04	58,84	0,20	63,40	1,40	0,04	0,01	0,04	5,60	6,80	45,80	76,00	0,60	0,60		Реш.471 Единый сб.реш.бюджет и типовых дел для орг. инт. дел в ДОО 2021
Заправка	Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,38	102,24	1,26	216,30	16,20	0,18	0,05	0,31	39,60	25,20	171,00	262,80	3,60	36,00		Реш.470 Единый сб.реш.бюджет и типовых дел для орг. инт. дел в ДОО 2021
	Кисломолочный напиток	30	2,25	2,94	22,32	123,10		7,80		0,42	0,01	0,02		9,00	25,20	33,00				Реш.580/381/382 Единый сб.реш.бюджет и типовых дел для орг. инт. дел в ДОО 2021
Прочий завтрак	Чай с сахаром (по сезону)	100	0,40	0,40	9,30	44,40	10,00	16,30	2,00	2,20	0,03	0,02	5,00	9,00	11,00	278,00	0,30	8,00	0,39	Реш.87 Единый сб.реш.бюджет и типовых дел для орг. инт. дел в ДОО 2021
	Прочий завтрак	460	24,30	20,90	74,05	582,13	16,83	463,36	39,62	4,43	0,24	0,61	2155,70	110,06	486,71	773,46	25,51	74,81		Реш.87 Единый сб.реш.бюджет и типовых дел для орг. инт. дел в ДОО 2021
Прочий завтрак	Прочий завтрак	1337	59,01	56,69	203,51	1558,81	60,04	946,69	155,67	12,81	0,72	1,22	2680,78	253,45	1087,32	2320,21	45,75	217,79	0,63	

Прочие минералы	Наименование биона	Всего биона	Питательные вещества			Кальций, нектар (г/кг)	С (г/г)	Ca (г/г)	I (г/г)	Fe (г/г)	B1 (г/г)	B2 (г/г)	A (г/г)	Mg (г/г)	P (г/г)	K (г/г)	Se (г/г)	F (г/г)	D (г/г)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы															
селект 2																				
селект 7																				
Завтрак	Какао жидкая молочная начинка	150	5,01	6,28	30,54	158,92	0,62	140,26	27,10	0,30	0,05	0,15	30,73	17,53	108,23	165,46	2,15	24,38	0,04	Рец. 54-27-е. Печенье. Сб. пек. биона и витаминных веществ для опр. нит. детей в ДОО 2022
	Яблоко печенье	50	5,95	5,05	0,30	70,70		24,20	8,30	1,09	0,03	0,18	78,00	5,22	83,52	58,10	13,51	24,20	1,10	Рец. 56-е. Естественный сдв. пек. биона и витаминных веществ Печенье А.В. 2021
	Хлеб пшеничный	30	2,38	0,24	14,76	70,32		6,00	0,36	0,33	0,03	0,01		4,20	19,50	27,90	1,80	4,35		Рец. 57-е. Естественный сдв. пек. биона и витаминных веществ Печенье А.В. 2021
	Какао с молоком	180	4,02	3,69	11,55	95,65	0,57	137,31	8,71	1,09	0,04	0,14	14,60	30,41	112,34	191,11	1,94	29,28		Рец. 54-21-е. Печенье. Сб. пек. биона и витаминных веществ для опр. нит. детей в ДОО 2022
топли заправка	Соевый экстракт	100	0,50	0,10	10,10	46,80	2,00	7,00	2,00	1,40	0,01	0,02				120,00				Рец. 50-е. Естественный сдв. пек. биона и витаминных веществ Печенье А.В. 2021
топли заправка/вводной		510	17,76	15,56	57,24	441,29	3,20	321,77	47,58	4,11	0,16	0,50	123,33	57,26	323,59	562,57	19,39	82,21	1,14	
	Орехи грецкие/Салат из овощей/Огурцы	30	0,26	0,03	0,50	3,30	0,66	6,68		0,17	0,00	0,01	0,99	4,02	6,89	38,62				Продукт/Рец. 1-е. Естественный сдв. пек. биона и витаминных веществ Печенье А.В. 2021
	Сметана на масле/Биона со сметаной	187	3,85	3,11	24,27	140,01	12,42	57,40	18,99	2,21	0,11	0,10	361,04	49,18	109,12	723,22	0,95	60,40	0,10	Рец. 54-18-е. Печенье. Сб. пек. биона и витаминных веществ для опр. нит. детей в ДОО 2022
белки	Гречка из гречихи	60	11,32	10,97	4,62	156,03	1,34	12,06	11,40	1,69	0,04	0,08	19,74	16,55	114,45	226,59	0,25	39,11	0,03	Рец. 54-18-е. Печенье. Сб. пек. биона и витаминных веществ для опр. нит. детей в ДОО 2022
	Какао греческая расквашенная	110	6,02	5,10	26,45	175,88	0,00	10,76	15,55	2,38	0,16	0,09	20,20	88,47	132,79	160,88	2,59	10,41	0,05	Рец. 54-18-е. Печенье. Сб. пек. биона и витаминных веществ для опр. нит. детей в ДОО 2022
	Конфит из сливки с шоколадом	150	0,38	0,00	16,08	65,83	0,02	39,85	0,00	0,07	0,00	0,00	12,06	1,70	3,46	0,16	0,00	0,00	0,10	Рец. 54-18-е. Печенье. Сб. пек. биона и витаминных веществ для опр. нит. детей в ДОО 2022
	Хлеб ржаной	36	2,38	0,43	12,02	61,49		12,60		1,40	0,06	0,03		16,92	56,88	88,20	11,12			Рец. 57-е. Естественный сдв. пек. биона и витаминных веществ Печенье А.В. 2021
топли за обеды		573	24,21	19,64	83,94	603,44	14,43	139,56	45,94	8,58	0,38	0,31	414,03	176,83	423,60	1247,67	14,92	109,92	0,18	
	Торт/Салат/Рисовый, тушеный в соусе томатном с овощами	60	10,76	2,55	9,28	103,17	1,55	35,46	90,41	0,87	0,08	0,08	291,60	42,06	158,72	304,18	9,42	398,79	0,13	Рец. 57-е. Естественный сдв. пек. биона и витаминных веществ Печенье А.В. 2021
	Картофельное пюре	110	2,77	4,59	18,56	126,15	9,70	32,80	20,72	0,97	0,11	0,09	24,00	26,20	75,05	587,92	0,63	34,85	0,05	Рец. 54-11-е. Печенье. Сб. пек. биона и витаминных веществ для опр. нит. детей в ДОО 2022
напиточный напиток	Хлеб пшеничный	30	2,38	0,24	14,76	70,32		6,00	0,36	0,33	0,03	0,01		4,20	19,50	27,90	1,80	4,35		Рец. 57-е. Естественный сдв. пек. биона и витаминных веществ Печенье А.В. 2021
	Сдоба обыкновенная	60	5,02	3,08	33,63	182,41	0,00	10,97	25,56	0,57	0,06	0,03	15,43	7,06	40,75	52,76	2,91	9,82	0,07	Рец. 54-13-е. Печенье. Сб. пек. биона и витаминных веществ для опр. нит. детей в ДОО 2022
	Конфит из яблок с лимоном	180	0,17	0,09	11,07	45,66	2,55	6,99	0,35	0,47	0,01	0,00	0,60	2,71	4,01	46,65	0,05	1,42	0,00	Рец. 48-е. Естественный сдв. пек. биона и витаминных веществ Печенье А.В. 2021
топли за полдники		440	21,60	10,56	87,20	527,70	13,80	92,23	138,00	3,21	0,29	0,21	331,63	82,23	298,04	1019,40	14,81	449,22	0,25	
топли за ужин		1523	62,97	45,56	228,47	1572,73	31,43	555,96	231,52	15,85	0,82	1,01	868,99	316,42	1045,22	2829,64	49,12	641,35	1,47	

Прочие пития	Наименование блока	Всё блока	Питательные вещества			Капюль-ность (К/кал)	C (свт)	Ca (свт)	I (свт)	Fe (свт)	B1 (свт)	B2 (свт)	A (свт)	Mg (свт)	P (свт)	K (свт)	Se (свт)	F (свт)	D (свт)	№ патентуры
Блок 2	Блок 3	Блок 4	Блок 5	Блок 6	Блок 7	Блок 8	Блок 9	Блок 10	Блок 11	Блок 12	Блок 13	Блок 14	Блок 15	Блок 16	Блок 17	Блок 18	Блок 19	Блок 20	Блок 21	Блок 22
Завтрак	Каша жидкая молочная овсяная	150	5.81	7.33	19.85	168.75	0.62	157.11	38.33	0.83	0.11	0.16	30.73	39.46	157.89	206.28	7.74	29.93	0.04	Реш.54-22к. Пособие. Сб.реш.блоков и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2022
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.32		6.80	0.96	0.33	0.03	0.01	4.20	19.50	27.90	1.80	4.35	0.06	Реш.573 Единый сб.реш.блоков и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2021	
	Молоко стерилиз. (порошок)	6	0.04	4.95	0.05	44.89		0.72		0.01		0.01	39.18	1.14	0.90	0.06	0.17	0.06	Реш.79 Единый сб.реш.блоков и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2021	
	Корейский напиток с молоком	180	4.02	3.69	11.45	95.25	0.57	137.31	8.71	1.00	0.04	0.14	14.60	30.41	112.34	191.10	1.94	19.36	0.00	Реш.54-21к. Пособие. Сб.реш.блоков и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2022
Полдник	Сыр/кефир	100	0.50	0.10	10.10	46.00	2.00	7.00	2.00	1.40	0.01	0.02			120.00					Реш.501 Единый сб.реш.блоков и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2021
Итого за полдник/ужин	Икра рыбная/Салат из свежих овощей/орешки	466	12.65	16.31	56.20	425.21	3.20	308.13	50.50	3.57	0.18	0.34	84.51	74.07	290.87	546.18	11.54	53.80	0.10	Проп./Реш.17 Единый сб.реш.блоков и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2021
Вечер	Суп картофельный с вермишелью и курицей	180	7.80	5.90	24.21	180.03	11.60	31.99	50.60	1.70	0.15	0.12	358.69	44.25	131.16	720.41	3.31	82.60	0.00	Реш.608/6 Сб.реш.блоков и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2021
	Горбуша филе	170	17.04	16.23	13.20	259.31	20.71	59.81	29.73	2.69	0.07	0.14	2.02	36.65	182.38	372.28	1.46	62.54	0.00	Реш.54-3к. Пособие. Сб.реш.блоков и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2022
	Кефир из свежих сливок	130	0.07	0.07	10.50	42.76	0.68	2.70	0.30	0.35	0.00	0.00	0.51	1.33	1.63	39.50	0.04	1.20	0.00	Реш.486 Единый сб.реш.блоков и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2021
	Хлеб ржаной	36	2.38	0.43	12.02	61.49		12.60		1.40	0.06	0.03		16.92	56.88	88.20	11.12			Реш.574 Единый сб.реш.блоков и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2021
Итого за обед		566	27.96	25.29	62.21	579.20	35.09	119.40	80.78	6.36	0.30	0.31	361.22	103.64	383.35	1503.40	15.94	147.87	0.10	
Полдник	Винегрет с рассольными овощами/Салат. салат.	110	1.67	9.92	9.49	133.64	5.35	27.39	8.78	0.95	0.05	0.04	171.28	22.67	50.12	303.54	0.31	24.60	0.00	Реш.54-16к. Пособие. Сб.реш.блоков и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2022/Реш.Сб.реш.блоков для детей от 1 года до 3 лет
	Витаминиз. из овощей	60	12.42	12.47	10.41	197.95	0.08	29.76	12.51	2.06	0.06	0.13	18.44	20.57	138.95	209.47	2.65	38.66	0.04	Реш.54-6к. Пособие. Сб.реш.блоков и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2022
	Булочка овсяная	70	5.54	5.30	36.17	214.66	0.00	13.65	33.16	0.67	0.06	0.04	30.45	7.66	48.01	58.84	3.82	11.60	0.16	Реш.54-10к. Пособие. Сб.реш.блоков и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2022
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.32		6.80	0.96	0.33	0.03	0.01		4.20	19.30	27.90	1.80	4.35		Реш.573 Единый сб.реш.блоков и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2021
Итого за полдник		180	0.54	0.16	18.04	76.04	18.91	26.02	1.39	0.23	0.02	0.02	3.78	8.91	20.12	129.88	0.33	0.35	0.00	Реш.54-30к. Пособие. Сб.реш.блоков и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2022
Итого за день		450	22.55	28.09	88.88	692.59	24.34	102.43	56.80	4.24	0.23	0.34	221.94	64.01	276.69	725.64	8.03	79.58	0.20	
Итого за день		1482	63.05	69.69	207.32	1697.09	62.62	530.36	188.09	14.17	0.72	0.89	666.68	241.72	950.92	2779.21	36.41	281.23	0.30	

Древесина	Наименование биода	Вес биода	Линейные измерения			Катиров- ность (КК/К)	C (мг)	Ca (мг)	I (мг)	Fe (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	A (мг)	Mg (мг)	P (мг)	K (мг)	Se (мг)	F (мг)	D (мг)	№ регистрации
			Длина	Жир	Углеводы															
Зеленая	Капша жидкая молочная рисовая	150	4,74	5,74	22,55	161,02	0,62	148,53	37,94	0,34	0,05	0,15	27,59	26,51	124,21	164,51	5,12	31,05	0,03	Реш.54-21х Пособие. Сб.реш.биода и типовых меню для орг.пит. детей в ДОО 2022
	Хлеб пшеничный	30	2,38	0,34	14,76	70,32		6,90	0,96	0,33	0,03	0,01		4,20	19,50	27,90	1,80	4,35		Реш.57х Единый сбор.реш. биода и типовых меню для орг.пит. детей в ДОО 2021
	Мясо свиное (порканин)	6	0,04	4,95	0,05	44,89		0,72		0,01		0,01	39,18		1,14	0,90	0,06	0,17	0,06	Реш.79х Единый сбор.реш. биода и типовых меню для орг.пит. детей в ДОО 2021
	Сыр полутвердый сорта	8	1,93	2,45		29,74	0,06	73,04		0,08	0,00	0,02	21,58	2,91	41,50	7,30	1,20		0,08	Реш.54-1х Пособие. Сб.реш.биода и типовых меню для орг.пит. детей в ДОО 2022
	Какао с молоком	180	4,02	3,69	11,55	95,65	0,57	137,31	8,71	1,00	0,04	0,14	14,60	30,41	113,34	191,11	1,94	29,28	0,00	Реш.54-21х Пособие. Сб.реш.биода и типовых меню для орг.пит. детей в ДОО 2022
Товар за офис	Смесь	100	0,50	0,10	10,10	46,00	2,00	7,00	2,00	1,40	0,01	0,02				120,00				Реш.59х Единый сбор.реш. биода и типовых меню для орг.пит. детей в ДОО 2021
	Салат из смеси отварной/Салат из смеси	474	13,50	17,17	59,00	447,62	3,25	372,40	49,61	3,16	0,13	0,25	102,96	62,02	298,69	511,72	10,11	64,85	0,17	Реш.54-13х Пособие. Сб.реш.биода и типовых меню для орг.пит. детей в ДОО 2022/
	Суп картофельный с макаронами, изюмом на	30	0,50	1,35	2,85	25,57	1,42	11,32	5,71	0,44	0,00	0,01	0,43	6,83	13,41	85,11	0,22	6,27	0,00	Реш.54-5х Пособие. Сб.реш.биода и типовых меню для орг.пит. детей в ДОО 2022
	Суп из курицы	180	4,43	2,48	30,79	162,65	11,36	26,86	14,53	1,50	0,14	0,09	352,62	39,08	98,30	677,72	0,42	55,65	0,00	Реш.54-7х Пособие. Сб.реш.биода и типовых меню для орг.пит. детей в ДОО 2022
	Резь из овощей	60	15,42	17,33	1,83	223,52	0,69	34,63	16,39	1,15	0,06	0,15	63,71	15,92	139,34	183,74	11,96	96,40	0,31	Реш.54-22х Пособие. Сб.реш.биода и типовых меню для орг.пит. детей в ДОО 2022
Товар за офис	Конфит из ягод замороженных	110	3,72	5,26	20,74	144,58	18,81	54,46	22,45	1,38	0,12	0,10	337,67	39,38	94,08	675,16	0,58	50,98	0,01	Реш.54-9х Пособие. Сб.реш.биода и типовых меню для орг.пит. детей в ДОО 2022
	Хлеб ржаной	180	0,16	0,07	10,16	41,91	14,32	5,85	0,16	0,23	0,00	0,01	1,83	4,83	5,14	52,27	0,17	2,68	0,00	Реш.59х Единый сбор.реш. биода и типовых меню для орг.пит. детей в ДОО 2021
		36	2,38	0,43	12,02	61,49		12,60		1,40	0,06	0,03		16,92	56,88	88,20	11,12			Реш.57х Единый сбор.реш. биода и типовых меню для орг.пит. детей в ДОО 2021
	Заправка из творога	596	26,60	26,93	78,39	689,72	46,61	146,31	59,25	6,10	0,40	0,39	756,26	122,96	407,15	1762,20	24,48	211,97	0,31	Реш.54-17х Пособие. Сб.реш.биода и типовых меню для орг.пит. детей в ДОО 2022
	Сыр молочный сливочный	130	23,30	14,62	21,19	309,93	0,26	193,70	22,06	1,02	0,06	0,32	68,66	31,23	274,41	147,52	36,39	41,04	0,33	Реш.54-5х Пособие. Сб.реш.биода и типовых меню для орг.пит. детей в ДОО 2022
Газолиновый	Кондитерское изделие	20	0,49	1,01	3,16	23,70	0,08	18,35	1,20	0,03	0,01	0,02	5,11	1,94	12,48	19,15	0,31	2,81	0,01	Реш.406х Единый сбор.реш. биода и типовых меню для орг.пит. детей в ДОО 2021
	Фрукты свежие (по сезону)	30	2,25	2,94	22,32	123,10		7,80		0,42	0,03	0,02		9,00	25,30	33,00				Реш.580х581х82х Единый сбор.реш. биода и типовых меню для орг.пит. детей в ДОО 2021
	Молоко выпечное	100	0,10	0,40	9,80	44,40	10,00	16,00	2,00	2,20	0,03	0,02	5,00	9,00	11,00	278,00	0,30	8,00		Реш.82х Единый сбор.реш. биода и типовых меню для орг.пит. детей в ДОО 2021
		180	4,86	5,04	7,74	96,12	0,94	216,00	14,36	0,16	0,05	0,22	23,76	21,92	140,94	218,12	3,17	31,68		Реш.469х Единый сбор.реш. биода и типовых меню для орг.пит. детей в ДОО 2021
	Товар за офис	460	31,30	24,01	64,20	599,25	11,27	451,75	39,52	3,83	0,18	0,59	102,53	73,49	464,03	695,79	40,18	83,53	0,33	
Товар за офис		1530	71,40	68,10	201,60	1706,58	61,13	970,66	148,38	13,10	0,71	1,34	964,75	228,07	1169,88	2969,71	74,77	380,35	0,32	

Продукт питания	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Коэффициент пересчета (К/коэф.)	С (г/г)	Са (г/г)	I (г/г)	Fe (г/г)	В1 (г/г)	В2 (г/г)	А (мкг)	Мg (г/г)	P (г/г)	К (г/г)	Se (мкг)	F (мкг)	D (мкг)	Мг ретинола
			Белки	Жиры	Углеводы															
Завтрак	Каша гречневая молочная гречневая	130	6,20	6,26	20,42	163,08	0,62	151,14	38,39	1,99	0,11	0,19	27,89	58,10	159,53	224,45	3,39	26,23	0,03	Рацион 54-20г Пособие. С6.ру.блюда и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2022
	Широко вареное	50	5,35	5,05	0,30	70,70		24,20	8,80	1,09	0,03	0,18	78,00	5,22	83,52	58,10	13,51	24,20	1,10	Рацион 54-20г Пособие. С6.ру.блюда и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2022
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,12		6,00	0,96	0,33	0,03	0,01	4,20	19,50	27,90	27,90	1,80	4,35	0,00	Рацион 54-20г Пособие. С6.ру.блюда и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2022
	Корбейный напиток с лимоном	180	4,02	3,69	11,45	95,25	0,57	137,11	8,71	1,00	0,04	0,14	14,60	30,41	112,34	191,10	1,94	19,36	0,00	Рацион 54-20г Пособие. С6.ру.блюда и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2022
	Сок/компот	100	0,50	0,10	10,10	46,00	2,00	7,00	2,00	1,40	0,01	0,02			120,00					Рацион 501 Единый сб.ру.блюда и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2021
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками/Салат из капустной капусты с яблоками	30	0,48	2,69	2,00	34,08	4,28	12,16	4,57	0,29	0,01	0,01	90,59	6,01	10,13	81,43	0,08	5,99	0,00	Рацион 54-20г Пособие. С6.ру.блюда и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2022
	Суп картофельный с горохом и мясом	180	13,63	10,30	29,95	262,47	11,64	44,89	17,99	3,26	0,23	0,16	352,80	60,18	205,60	899,99	2,16	83,03	0,00	Рацион 54-20г Пособие. С6.ру.блюда и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2022
	Гречка из пшеничного хлеба	10	0,86	0,09	5,36	26,49		2,36	0,36	0,12	0,01	0,00	1,58	7,35	10,51	10,51	0,08	1,64	0,00	Рацион 54-20г Пособие. С6.ру.блюда и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2022
	Котлета рубленая Любимская (курица)	60	11,29	2,86	5,45	92,72	1,25	45,11	93,15	0,94	0,08	0,11	360,96	43,08	171,98	305,02	11,35	407,83	0,31	Рацион 54-20г Пособие. С6.ру.блюда и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2022
	Картофельное пюре	110	2,77	4,59	18,36	126,15	9,70	32,80	20,72	0,97	0,11	0,09	24,00	26,20	75,05	587,92	0,63	34,85	0,05	Рацион 54-20г Пособие. С6.ру.блюда и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2022
Ужин	Котлет из смеси свинины и говядины	130	0,38	0,00	16,08	65,83	0,02	39,85	0,00	0,07	0,00	0,00	12,06	1,70	3,46	0,16	0,00	0,00	0,00	Рацион 54-20г Пособие. С6.ру.блюда и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2022
	Хлеб ржаной	36	2,38	0,43	12,02	61,49		12,60		1,40	0,06	0,03	16,92	56,88	88,20	88,20	11,12			Рацион 54-20г Пособие. С6.ру.блюда и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2022
	Салат картофельный с морковью и яблоками	576	31,80	20,96	89,63	609,22	26,89	189,66	136,73	7,06	0,51	0,41	840,41	155,67	530,45	1973,14	26,02	533,34	0,36	Рацион 54-20г Пособие. С6.ру.блюда и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2022
	Оладья из пшена по-чиркасски	60	10,30	7,53	10,17	152,00	6,96	16,31	12,56	3,45	0,13	0,03	277,06	16,55	171,19	168,94	20,80	117,17	0,29	Рацион 54-20г Пособие. С6.ру.блюда и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2022
	Вареники с повидлом	80	4,79	2,13	50,72	241,32	0,72	13,28	19,49	0,64	0,06	0,03	25,96	9,11	42,66	93,37	4,61	13,61	0,06	Рацион 54-20г Пособие. С6.ру.блюда и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2022
Итого за питание	Чай с лимоном и сахаром	180	3,12	3,12	11,07	85,00	0,60	135,61	8,71	0,69	0,03	0,14	14,76	16,46	91,87	149,95	1,94	19,36	0,00	Рацион 54-20г Пособие. С6.ру.блюда и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2022
	Фрукты свежие (по сезону)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	10,00	16,00	2,00	2,20	0,03	0,02	5,00	9,00	11,00	278,00	0,30	8,00	0,00	Рацион 54-20г Пособие. С6.ру.блюда и типовых меню для орг.пит.детей в ДОО 2022
		450	20,23	15,12	85,61	559,60	20,74	188,34	47,97	7,30	0,28	1,15	203,16	59,90	339,89	803,62	28,50	168,86	0,41	
		1536	70,97	51,42	232,26	1674,18	50,83	703,74	243,56	19,77	1,01	2,09	3897,07	313,49	1245,24	3398,32	75,16	776,34	1,91	
		7608	327,41	291,45	1073,16	8209,40	266,05	3706,81	967,21	75,69	3,97	6,55	9078,26	1383,16	5498,58	14297,09	281,19	2277,05	5,12	
Итого за 5 дней		1522	65,48	58,29	214,63	1641,88	51,21	741,36	103,48	15,14	0,79	1,41	1815,65	276,63	1099,72	2859,42	56,24	455,41	1,02	
		1524	66,73	58,41	208,62	1624,70	49,75	727,57	198,05	15,20	0,78	1,38	1732,63	267,42	1093,24	2725,48	61,32	482,60	1,58	

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ ЗА 10 ДНЕЙ (12 ЧАСОВ)

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Наименование продуктов	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Фактически и за 1 день среднее	Нормы по СанПиН 12 ч
	пн	вт	ср	чтв	птн	сб	вс	ср	чтв	птн		
Молоко	462,63	260,00	247,00	295,00	410,00	488,63	247,00	245,00	440,00	363,00	345,83	351
Творог	126,20	-	-	-	-	61,00	-	-	126,20	-	31,34	27
Сметана	10,50	-	15,00	7,00	9,30	21,80	7,00	-	15,70	-	8,63	8,1
Сыр	-	8,00	14,80	-	-	8,00	-	-	8,00	-	3,88	3,6
Мясо	-	90,50	-	91,50	-	48,30	55,40	131,30	-	40	45,70	45
Птица	85,00	-	-	-	45,00	-	-	20,00	54,30	-	20,43	18
Субпродукты	-	-	67,50	-	69,70	-	-	-	-	47,90	18,51	18
Рыба	-	120,00	44,50	-	-	-	52,50	-	-	56,30	27,33	28,8
Яйцо	57,00	51,60	15,00	64,00	4,70	13,00	51,60	4,70	17,90	72,40	35,19	36
Картофель	37,10	55,70	146,00	37,10	154,00	65,00	155,30	117,10	164,80	196,90	112,90	108
Овощи, зелень	132,90	204,10	125,70	212,50	172,60	210,60	206,00	261,70	153,10	131,00	181,02	162
Фрукты, ягоды	109,00	121,70	145,00	117,90	15,00	117,90	30,80	68,70	117,90	106,00	94,99	85,5
Фрукты, сухофрукты	15,00	-	-	18,80	-	-	18,80	-	-	18,80	7,14	8,1
Соки	100,00	100,00	100,00	100,00	100,00	100,00	100,00	100,00	100,00	100,00	100,00	90
Хлеб ржаной	36,00	36,00	36,00	36,00	36,00	36,00	36,00	36,00	36,00	36,00	36,00	36
Хлеб пшеничный	36,75	60,00	60,00	81,30	60,00	35,25	67,50	81,30	36,75	44,80	56,37	54
Крупы, бобовые	68,8	21,70	28,60	68,70	73,80	31,10	68,80	34,10	30,80	39,70	46,61	27
Макароны, изд.	-	-	32,80	-	-	37,50	-	-	14,00	-	8,43	7,2
Мука пшеничн.	-	54,60	28,50	1,00	48,20	0,80	52,10	47,40	2,80	52,80	28,82	22,5
Мука карт. (крахмал)	-	-	5,40	-	-	-	-	6,50	-	-	1,19	1,8
Масло сливочное	8,30	13,10	25,60	25,90	24,70	20,00	21,10	19,90	21,80	18,30	19,87	16,2
Масло растительн.	12,50	11,40	6,50	3,70	6,70	2,90	3,40	17,90	6,40	8,50	7,99	8,1
Кондитерск. изд.	30,00	-	-	30,00	-	30,00	-	-	30,00	30,00	15,00	10,8
Чай	0,80	1,00	1,00	-	-	0,80	-	-	-	0,80	0,44	0,45
Какао-порошок	-	-	4,60	-	4,60	-	4,60	-	4,60	-	1,84	0,45
Кофеин. напиток	-	4,60	-	4,60	-	-	-	4,60	-	4,60	1,84	0,9
Дрожжи	-	0,70	0,30	-	0,90	-	0,70	0,90	-	0,40	0,39	0,36
Сахар	21,70	32,60	23,50	25,40	25,10	24,30	28,70	31,10	27,50	22,20	26,21	22,5
Соль	2,70	2,70	2,70	2,70	2,70	2,70	2,70	2,70	2,70	2,70	2,70	2,7
Белки	84,61	74,67	59,60	57,19	64,05	59,01	62,97	63,05	71,40	70,97	66,75	37,8
Жиры	73,91	56,30	48,86	59,08	54,54	56,69	45,56	69,69	68,10	51,42	58,42	42,3
Углеводы	200,45	182,41	201,94	215,95	213,65	203,51	228,47	207,32	201,60	232,26	208,76	183
Калорийность	1806,11	1529,07	1488,18	1618,25	1602,82	1558,81	1572,73	1697,09	1706,58	1674,18	1625,38	1260

* Расчет выполнен по санитарным нормам в соответствии с данными, приведенными в столбце нетто. Приложение N 7 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

В настоящем документе прошито и пронумеровано 11 листов

20% ROAD

