

«СОГЛАСОВАНО»

Заведующий МАДОУ

«Кондратовский детский сад «Акварельки»

С.С. Талантова/

МП



«РАЗРАБОТАНО»

ООО «Семья вкусов»

Директор

Н.И. Ямщикова/

МП



Примерное десятидневное меню

Период: Весна - Лето 2025 г.

1 ступень (от 1 года до 3 лет)

Подразделение: МАДОУ «Кондратовский детский сад «Акварельки»

На основе «Сборника технологических нормативов,

Рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных

Организаций, и детских оздоровительных учреждений»

«ООО Уральский региональный центр питания» в ред. г. Пермь, 2011 г.,

5-е издание, 2013 г. 7-е издание с дополнениями и 2018г. 1-е издание.

"Согласовано"

"Утверждаю"

ООО "СЕМЬЯ ВКУСОВ"



День 1



ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ)

№ п.п.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.		Витамины, мг							Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У	ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe					

ЗАВТРАК

268/13	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(150)	150	4,57	4,97	23,99	159,02	0,07	0,13	1,03	23,1	16,78	20,85	15,29	16,15					
ТТК 508/13	КАКАО С МОЛОКОМ (1-ый ВАРИАНТ)(170)	170	3,01	2,52	12,76	85,72	0,04	0,13	1,11	8,5	15,48	17,12	22,95	17,60					
117/13	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПОРЦ. (30)	30	2,25	0,87	15,42	78,51	0,03	0,01			5,70	19,50	3,90	0,36					
106/13	СЫР ПОРЦ.	10	2,37	3,04		36,84		0,04	0,07	21,0	98,00	58,00	5,00	0,07					

Итого по подменю:

12,20 11,40 52,17 360,09 0,14 0,31 2,21 52,6 135,96 115,47 47,14 34,18

2-ой ЗАВТРАК

537/13	СОК ПОРЦ.	100	0,50	0,10	10,10	43,30	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40					
--------	-----------	-----	------	------	-------	-------	------	------	------	--	------	------	------	------	--	--	--	--	--

Итого по подменю:

0,50 0,10 10,10 43,30 0,01 0,01 2,00 7,00 7,00 4,00 1,40

ОБЕД

112/13	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,21	0,03	0,57	3,39	0,01	0,01	2,10		5,10	9,00	4,20	0,15					
152/2013	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ.	180	2,02	2,14	14,95	87,13	0,09	0,05	11,88		10,94	45,76	17,32	0,71					
329/2021	БИГУС 180	180	15,05	26,04	8,04	326,70	0,05	0,07	62,82		70,04	52,96	28,12	0,99					
516/13	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО	150	0,05		23,79	95,38					0,23			0,02					
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)	10	0,76	0,08	4,92	23,44	0,01				2,00	6,50	1,40	0,11					
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62					

Итого по подменю:

19,21 28,51 62,15 582,02 0,18 0,14 76,80 92,91 135,42 56,04 2,60

ПОДПИСЬ

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe	
	СУШКА ГОРЧИЧНАЯ(20)	20	2,14	0,24	14,24	67,68	0,03	0,01			4,80	18,20	3,60	0,32		
535/13	КЕФИР	150	4,35	3,75	6,00	75,15	0,06	0,26	1,05	30,0	180,00	135,00	21,00	0,15		
118/13	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(95)	95	0,38	0,38	9,31	42,18	0,03	0,02	9,50		15,20	10,45	8,55	2,09		

Итого по полдню: 6,87 4,37 29,55 185,01 0,12 0,29 10,55 30,0 200,00 163,65 33,15 2,56

УЖИН

354/2013	РЫБНЫЕ ХЛЕБЦЫ (ПАРОВЫЕ)(60)	60	11,74	3,21	5,51	97,87	0,07	0,10	0,42	29,4	27,03	137,13	31,22	3,15					
434/13	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ(120)	120	2,75	4,83	18,33	127,76	0,14	0,11	21,81	23,5	14,76	64,16	27,48	4,82					
ТТК №21	ЧАЙ С САХАРОМ (2-ЫЙ ВАРИАНТ)(180)	180			9,03	36,13					0,30	0,02	0,01	0,03					
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22					
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62					

Итого по полдню: 17,13 8,42 52,59 354,62 0,25 0,23 22,23 52,9 50,69 235,51 66,51 8,84

Итого за день: 0,00 руб. 55,91 52,80 206,56 1525,04 0,70 0,98 113,79 135,5 486,56 657,05 206,84 49,58

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой ступени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20 %	29,05	24,26	25,70	25,72
2-ой завтрак: 5 %	1,19	0,21	4,98	3,09
Обед: 35 %	45,74	60,66	30,62	41,57
Полдник: 15 %	16,36	9,30	14,56	13,22
Ужин: 25 %	40,79	17,91	25,91	25,33
Итого за день: 100 %	133,12	112,34	101,75	108,93

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,9 : 3,7

Заг. производством

В.В.В.

Калькулятор

В.В.В.

"Согласовано"

"Утверждаю"

ООО "СЕМЬЯ ВКУСОВ"

И.И.И./Имщицкова

День 2

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (от 1 года до 3 лет)

ПЕРЕЧИСЛИТЕЛЬНОЕ МЕНЮ (ОТ ПИЩЕВОГО ДО СЛАДОГО)													
N рецеп.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн., ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг		
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg

ЗАВТРАК

272/13	КАША ОВСЯНАЯ ИЗ ГЕРКУЛЕСА ЖИДКАЯ(150)	150	5,06	6,38	19,29	154,76	0,15	0,16	1,15	24,0	28,20	81,85	39,19	18,62
391/2011	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-ый ВАР)170	170	2,79	2,38	12,67	83,27	0,04	0,13	1,11	8,5	14,33	11,22	19,13	17,40
117/13	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПОРЦ. (30)	30	2,25	0,87	15,42	78,51	0,03	0,01			5,70	19,50	3,90	0,36
111/13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦ	5	0,05	3,63	0,07	33,11		0,01		20,0	1,20	1,50		0,01

Итого по подменю:

10,15 13,26 47,45 349,65 0,22 0,31 2,26 52,5 49,43 114,07 62,22 36,39

2-ой ЗАВТРАК

537/13	СОК ПОРЦ.	100	0,50	0,10	10,10	43,30	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
--------	-----------	-----	------	------	-------	-------	------	------	------	--	------	------	------	------

Итого по подменю:

0,50 0,10 10,10 43,30 0,01 0,01 2,00 7,00 7,00 4,00 1,40

ОБЕД

124/13	ИКРА МОРКОВНАЯ(30)	30	0,49	2,50	2,94	36,19	0,02	0,02	2,79		8,26	17,26	10,56	0,26
133/13	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ(180)	180	12,76	10,60	10,21	187,31	0,07	0,10	18,79	18,1	39,33	49,84	26,90	1,29
411/13	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ (180)	180	23,26	20,23	32,62	405,58	0,04	0,03	1,41		8,81	73,81	25,89	0,56
500/2018	НАПИТОК МОРКОВНО-ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,61	0,29	15,04	65,18	0,03	0,03	5,31		15,69	23,90	17,00	1,05
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)	10	0,76	0,08	4,92	23,44	0,01				2,00	6,50	1,40	0,11
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62

Итого по подменю:

39,00 33,92 75,61 763,68 0,19 0,19 28,30 18,1 78,69 192,51 86,75 3,89

ПОЛДНИК

№ рецеп.	Наименование рецептуры	Выход	Пищевые вещества, г					Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У	ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe			
560/13	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	7,55	3,39	23,42	154,37	0,06	0,09	0,04	21,1	31,55	70,19	9,90	0,53			
534/13	МОЛОКО КАПРЕЧЕНОЕ	150	4,20	3,75	7,05	78,75	0,06	0,23	1,95	15,0	21,00	0,15	21,00	30,00			

Итого по подменю:

11,75 7,14 30,47 233,12 0,12 0,32 1,99 36,1 52,55 70,34 30,90 30,53

Ужин

ТТК № 3	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	12,31	5,58	7,30	128,61	0,20	1,31	19,79	4643,4	16,74	200,07	16,62	9,65
300/2013	МАКАРОНЫ С ТВОРОГОМ	120	3,70	5,63	23,33	158,77	0,07	0,04	3,36	28,8	15,07	43,53	14,29	0,72
ТТК №20	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	180			3,06	36,25					0,32	0,04	0,03	0,03
110/13	КОРЕНЬ ТИУЧИКА	20	1,52	0,16	9,84	46,93	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
115/13	ХЛЕБ РЖА	20	1,12	0,22	9,80	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62

Итого по подменю:

18,65 11,59 59,41 416,50 0,31 1,37 23,15 4672,2 40,73 277,84 38,74 11,24

Итого по меню: 0,00 руб.

80,05 66,01 223,04 1806,25 0,85 2,20 57,70 4779,0 228,40 661,76 222,61 83,45

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20 %	24,17	28,21	23,37	24,98
2-ой завтрак: 5 %	1,19	0,21	4,98	3,09
Обед: 35 %	123,10	86,40	37,25	62,47
Полдник: 15 %	27,98	15,19	15,01	16,65
Ужин: 25 %	44,40	24,66	29,27	29,75
Итого за день: 100 %	220,83	154,68	109,87	136,94

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,8 : 2,4

Зав. производством

В.С.С.

Калькулятор

В.С.С.

"Согласовано"

ИНФОРМАЦИЯ
"Утверждаю"

Ген. Дир. (И.О.)
ООО "СЕМЬЯ ВКУСОВ"



День 3

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ)

N рецеп.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe	Сu	Мn

ЗАВТРАК

226/13	КАША "ДРУЖБА"(140)	140	3,63	4,75	19,55	135,47	0,07	0,12	0,93	21,5	13,84	34,31	21,45	14,61		
ТТК №25	ЧАЙ С МОЛОКОМ (2-ой ВАРИАНТ)(180)	180	1,26	1,13	11,15	59,75	0,02	0,07	0,59	4,5	6,60	0,06	6,31	9,03		
117/13	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПОРЦ. (30)	30	2,25	0,87	15,42	78,51	0,03	0,01			5,70	19,50	3,90	0,36		
86/21	ПОВИДЛО ПОРЦ	10	0,04		6,50	26,16			0,05	0,05	1,40	0,90	0,70	0,13		
Итого по подменю:			7,18	6,75	52,62	299,89	0,12	0,20	1,57	26,0	27,54	54,77	32,36	24,13		

2-ой ЗАВТРАК

537/13	СОК ПОРЦ.	100	0,50	0,10	10,10	43,30	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40		
Итого по подменю:			0,50	0,10	10,10	43,30	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40		

ОБЕД

№ 1/2021	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ(30)	30	0,46	1,85	2,81	29,79	0,01	0,01	10,80		12,15	8,87	4,82	0,17		
160/13	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПКОЙ(180)	180	1,92	5,27	8,79	90,33	0,07	0,04	14,43	7,2	27,29	54,86	20,34	0,70		
387/2013	ПУДИНГ МЯСНОЙ(60)	60	11,85	23,43	0,11	258,71	0,01	0,04	34,8	4,97	15,08	0,86	0,19			
182/2016	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗАКА.(110)	110	2,73	2,44	14,87	92,42	0,09	0,05	10,4	4,92	64,85	43,00	1,45			
538/13	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА(180)	180	0,29	0,13	17,53	72,41	0,01	0,02	117,00		5,45	1,44	1,44	0,28		
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)	10	0,76	0,08	4,92	23,44	0,01				2,00	6,50	1,40	0,11		
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62		

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe
Итого по подменю:			19,13	33,42	58,91	613,08	0,22	0,17	142,23	52,4	61,38	172,80	76,86	3,52

ПОЛДНИК

609/13	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,16	0,02	0,01		2,0	5,80	18,00	4,00	0,42			
536/13	ЙОГУРТ ПОРЦ. (150)	150	6,00	3,75	18,00	129,75											
118/13	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(95)	95	0,38	0,38	9,31	42,18	0,03	0,02	9,50		15,20	10,45	8,55	2,09			
Итого по подменю:			7,88	6,09	42,19	255,09	0,05	0,03	9,50	2,0	21,00	28,45	12,55	2,51			

УЖИН

352/13	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	9,80	2,80	4,79	83,59	0,07	0,10	1,36	31,3	27,33	124,51	29,79	1,90			
176/2021	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ(1 ВАРИАНТ)(120)	120	2,81	3,71	14,28	101,76	0,09	0,10	28,80	7,5	38,62	60,47	30,89	4,68			
ТТК №23	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (2-ой ВАРИАНТ)(180)	180	0,06	0,01	9,22	37,15			2,48		2,78	1,38	0,76	0,07			
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22			
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62			
Итого по подменю:			15,31	6,90	48,01	315,36	0,20	0,22	32,64	38,8	77,33	220,56	69,24	7,49			
Итого за день: 0,00 руб.			50,00	53,26	211,83	1526,72	0,60	0,63	187,94	119,3	194,25	483,58	195,01	39,05			

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20 %	17,10	14,36	25,92	21,42
2-ой завтрак: 5 %	1,19	0,21	4,98	3,09
Обед: 35 %	45,26	70,34	29,72	43,93
Полдник: 15 %	18,76	12,96	20,78	18,22
Ужин: 25 %	36,45	14,68	23,65	22,53
Итого за день: 100 %	118,76	112,55	105,05	109,19

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,1 : 4,3

Зав. производством

Евдокимов

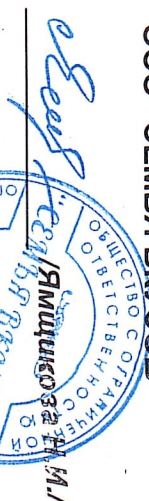
Калькулятор

Евдокимов

"Согласовано"

"Утверждено"

ООО "СЕМЬЯ ВКУСОВ"



День 4

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ)

N рецеп.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.		Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У	ккал		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe		

ЗАВТРАК

273/2013	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(140)	140	5,45	5,42	25,38	172,11	0,15	0,13	1,02	21,8	19,48	66,37	34,22	16,45			
ТТК №21	ЧАЙ С САХАРОМ (2-ЫЙ ВАРИАНТ)(180)	180			9,03	36,13						0,30	0,02	0,01	0,03		
117/13	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПОРЦ. (30)	30	2,25	0,87	15,42	78,51	0,03	0,01				5,70	19,50	3,90	0,36		
111/13	МАСЛО СПИВОЧНОЕ ПОРЦ	5	0,05	3,63	0,07	33,11		0,01			20,0	1,20	1,50	0,01			

Итого по подменю:

7,75 9,92 49,90 319,86 0,18 0,15 1,02 41,8 26,68 87,39 38,13 16,85

2-ой ЗАВТРАК

537/13	СОК ПОРЦ.	100	0,50	0,10	10,10	43,30	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40			
			0,50	0,10	10,10	43,30	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40			

Итого по подменю:

ОБЕД

51/13	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (30)	30	0,43	1,53	2,51	25,49	0,01	0,01	2,85		10,55	12,29	6,27	0,40			
66/11	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ(180)	180	1,59	4,18	8,16	76,63	0,06	0,05	15,16	23,4	23,99	42,35	16,02	0,57			
386/13	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ(60)	60	9,03	17,41	6,32	218,12	0,02	0,03	0,18	18,1	5,22	8,68	3,53	2,89			
297/13	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(110)	110	4,03	4,01	27,41	161,82	0,07	0,02		19,8	8,45	34,75	6,12	0,62			
ТТК 527/13	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(180)	180			9,00	36,00					0,27			0,03			
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)	10	0,76	0,08	4,92	23,44	0,01				2,00	6,50	1,40	0,11			
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62			

N реч.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		ккал	В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg
Итого по подменю:			16,96	27,43	68,20	587,48	0,19	0,12	18,19	61,3	55,08	125,77	38,34	5,24

ПОЛДНИК

432/11	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	50	3,55	4,76	30,80	180,21	0,06	0,03	0,05	7,9	7,88	32,87	5,83	1,27
534/13	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,20	3,75	7,05	78,75	0,06	0,23	1,95	15,0	21,00	0,15	21,00	30,00
118/13	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(95)	95	0,38	0,38	9,31	42,18	0,03	0,02	9,50		15,20	10,45	8,55	2,09

Итого по подменю: 8,13 8,89 47,16 301,14 0,15 0,28 11,50 22,9 44,08 43,47 35,38 33,36

УЖИН

319/13	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА(150)	150	31,97	12,96	22,75	335,50	0,09	0,44	0,77	53,5	182,70	271,79	41,21	7,87
516/13	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО(35)	35	0,01		5,60	22,45					0,05			0,01
ТТК №24	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-ый ВАРИАНТ)(180)	180	1,26	1,13	11,18	59,88	0,02	0,07	0,59	4,5	6,62	0,08	6,33	9,03
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62

Итого по подменю: 35,88 14,47 59,25 510,69 0,15 0,53 1,36 58,0 197,97 306,07 55,34 17,75

Итого за день: 0,00 руб. 69,22 60,81 234,61 1762,47 0,68 1,09 34,07 184,1 330,81 569,70 171,19 74,60

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20 %	18,45	21,11	24,58	22,85
2-ой завтрак: 5 %	1,19	0,21	4,98	3,09
Обед: 35 %	40,38	58,36	33,60	41,96
Полдник: 15 %	19,36	18,91	23,23	21,51
Ужин: 25 %	85,43	30,79	29,19	36,48
Итого за день: 100 %	164,81	129,38	115,57	125,89

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,9 : 3,4

Заг. производством  /  Калькулятор //

"Согласовано"

"Утверждаю"

ООО "СЕМЬЯ ВКУСОВ"



День 5

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (от 1 года до 3 лет)

N рецеп.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.		Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У	ккал		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe		

ЗАВТРАК

168/2011	КАША РЖНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,36	4,86	28,54	179,38	0,12	0,14	0,95	21,7	37,45	113,66	26,63	15,23			
467/2018	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ.	180	4,39	3,75	15,60	113,70	0,05	0,20	1,76	13,5	19,17	0,14	18,90	27,03			
117/13	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПОРЦ. (30)	30	2,25	0,87	15,42	78,51	0,03	0,01				5,70	19,50	3,90	0,36		
106/13	СЫР ПОРЦ.	10	2,37	3,04		36,84		0,04	0,07	21,0	98,00	58,00	5,00	0,07			
Итого по подменю:			14,37	12,52	59,56	408,43	0,20	0,39	2,78	56,2	160,32	191,30	54,43	42,69			

2-ой ЗАВТРАК

537/13	СОК ПОРЦ.	100	0,50	0,10	10,10	43,30	0,01	0,01	2,00			7,00	7,00	4,00	1,40		
Итого по подменю:			0,50	0,10	10,10	43,30	0,01	0,01	2,00			7,00	7,00	4,00	1,40		

ОБЕД

15/2021	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ(30)	30	0,24	1,83	0,82	20,71	0,01	0,01	2,23			5,67	10,18	4,23	0,16		
64/2011	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ(180)	180	12,32	10,56	12,04	192,47	0,12	0,10	14,83	17,4	27,27	63,90	28,72	1,16			
417/13	БИТОЧКИ ПРИПУШЕННЫЕ ИЗ КУРЫ(60)	60	10,77	5,38	6,23	116,44	0,02	0,03	0,20	1,5	4,38	7,23	3,71	3,20			
431/13	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (110)	110	2,18	5,43	17,53	127,72	0,13	0,08	21,78			10,89	63,26	25,05	0,98		
ТТК 527/13	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	150	0,20	0,16	11,33	47,52	0,01	0,01	5,87			8,35	5,29	4,01	0,88		
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)	10	0,76	0,08	4,92	23,44	0,01					2,00	6,50	1,40	0,11		
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01				4,60	21,20	5,00	0,62		

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe		
Итого по подменю:			27,59	23,66	62,75	574,28	0,32	0,24	44,91	19,0	63,16	177,56	72,12	7,11		

ПОЛДНИК

ПОЛДНИК															
608/13	ПРЯНИК(50)	50	2,95	2,35	37,50	182,95	0,04	0,01				5,50	25,00	4,50	0,40
534/13	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,20	3,75	7,05	78,75	0,06	0,23	1,95	15,0	21,00	0,15	21,00		30,00

УЖИН

УЖИН															
124/13	ИКРА МОРКОВНАЯ(40)	40	0,65	3,33	3,88	48,09	0,03	0,03	3,71		11,01	22,98	14,06	0,35	
307/13	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (140)	140	12,55	18,42	3,28	229,09	0,08	0,47	0,70	263,0	57,45	168,55	17,88	12,95	
ТТК №20	ЧАЙ С САХАРОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)(180)	180			9,06	36,26					0,32	0,04	0,03	0,03	
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22	
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62	

Итого за день: 0,00 руб. 65,45 64,51 212,90 1694,01 0,78 1,40 56,05 353,2 334,36 626,78 195,82 95,77

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20 %	34,21	26,64	29,34	29,17
2-ой завтрак: 5 %	1,19	0,21	4,98	3,09
Обед: 35 %	74,26	54,36	30,91	43,27
Полдник: 15 %	17,02	12,98	21,95	18,69
Ужин: 25 %	37,71	47,09	17,70	29,02
Итого за день: 100 %	164,40	141,28	104,88	123,25

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,0 : 3,1

Зав. производством

С.С.С.

Калькулятор

С.С.С.

"Согласовано"

"Утверждаю"

ООО "СЕМЬЯ ВКУСОВ"



Исполнитель
Иванчикова А.И.

День 6

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ)

ПЕРСОНАЛЬНОЕ МЕНЮ (ОТ ПОДА ДО ЗАЛЕ)														
N пед.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe

ЗАВТРАК

268/13	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(150)	150	4,57	4,97	23,99	159,02	0,07	0,13	1,03	23,1	16,78	20,85	15,29	16,15
514/13	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-ОЙ ВАРИАНТ)(170)	170	2,79	2,38	12,67	83,27	0,04	0,13	1,11	8,5	14,33	11,22	19,13	17,40
117/13	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПОРЦ. (30)	30	2,25	0,87	15,42	78,51	0,03	0,01			5,70	19,50	3,90	0,36
86/21	ПОВИДЛО ПОРЦ	10	0,04		6,50	26,16			0,05		1,40	0,90	0,70	0,13
Итого по подменю:			9,65	8,22	58,58	346,96	0,14	0,27	2,19	31,6	38,21	52,47	39,02	34,04

2-ой ЗАВТРАК

537/13	СОК ПОРЦ.	100	0,50	0,10	10,10	43,30	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
Итого по подменю:			0,50	0,10	10,10	43,30	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40

ОБЕД

№ 2/2021	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ(30)	30	0,38	1,58	1,82	23,05	0,01	0,01	7,73		10,07	9,17	5,59	0,28
149/13	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (1-ЫЙ ВАР)(180)	180	4,51	3,06	16,03	109,66	0,18	0,07	12,78	14,4	30,51	84,40	31,03	1,53
327/2021	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА(60)	60	12,96	25,46	2,26	289,98	0,01	0,01	1,14	15,6	2,95	6,59	1,74	0,11
182/2016	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ.(110)	110	2,73	2,44	14,87	92,42	0,09	0,05		10,4	4,92	64,85	43,00	1,45
ТТК 526/13	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК(180)	180	0,14	0,14	12,53	51,98	0,01	0,01	3,60		6,03	3,96	3,24	0,82
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)	10	0,76	0,08	4,92	23,44	0,01				2,00	6,50	1,40	0,11
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62

"Согласовано"

"Утверждаю"

ООО "СЕМЬЯ ВКУСОВ"



День 7

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (от 1 года до 3 лет)

N рц.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мг	Fe

ЗАВТРАК

273/2013	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,84	5,85	27,24	184,93	0,16	0,14	1,09	23,6	20,89	71,12	36,66	17,63
ТТК 508/13	КАКАО С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)(170)	170	3,01	2,52	12,76	85,72	0,04	0,13	1,11	8,5	15,48	17,12	22,95	17,60
117/13	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПОРЦ. (30)	30	2,25	0,87	15,42	78,51	0,03	0,01			5,70	19,50	3,90	0,36
106/13	СЫР ПОРЦ.	10	2,37	3,04		36,84		0,04	0,07	21,0	98,00	58,00	5,00	0,07

Итого по подменю: 13,47 12,28 55,42 386,00 0,23 0,32 2,27 53,1 140,07 165,74 68,51 35,66

2-ой ЗАВТРАК

537/13	СОК ПОРЦ.	100	0,50	0,10	10,10	43,30	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
--------	-----------	-----	------	------	-------	-------	------	------	------	--	------	------	------	------

Итого по подменю: 0,50 0,10 10,10 43,30 0,01 0,01 2,00 7,00 7,00 4,00 1,40

ОБЕД

112/13	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,21	0,03	0,57	3,39	0,01	0,01	2,10		5,10	9,00	4,20	0,15
136/13	СВЕКОЛЬНИК(180)	180	12,98	9,67	13,16	191,54	0,09	0,11	16,02	32,5	40,57	61,00	30,18	1,53
417/13	ШНИЦЕЛЯ ПРИПУШЕННЫЕ ИЗ КУРЫ	60	10,77	5,38	6,23	116,44	0,02	0,03	0,20	1,5	4,38	7,23	3,71	3,20
434/13	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ(110)	110	2,52	4,46	16,80	117,43	0,13	0,10	19,99	21,7	13,54	58,82	25,19	4,42
ТТК 527/13	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(180)	180			9,00	36,00					0,27			0,03
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)	10	0,76	0,08	4,92	23,44	0,01				2,00	6,50	1,40	0,11
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe
Итого по подменю:			28,36	19,84	60,56	534,22	0,28	0,26	38,31	55,8	70,46	163,75	69,68	10,06

ПОЛДНИК

	СУШКА ГОРЧИЧНАЯ(20)	20	2,14	0,24	14,24	67,68	0,03	0,01				4,80	18,20	3,60	0,32				
534/13	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,20	3,75	7,05	78,75	0,06	0,23	1,95	15,0	21,00	0,15	21,00	2,09	30,00				
118/13	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(95)	95	0,38	0,38	9,31	42,18	0,03	0,02	9,50		15,20	10,45	8,55	2,09					

Итого по подменю: 6,72 4,37 30,60 188,61 0,12 0,26 11,45 15,0 41,00 28,80 33,15 32,41

УЖИН

319/13	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА(150)	150	31,97	12,96	22,75	335,50	0,09	0,44	0,77	53,5	182,70	271,79	41,21	7,87					
516/13	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО(35)	35	0,01		5,60	22,45					0,05			0,01					
ТТК №24	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)(180)	180	1,26	1,13	11,18	59,88	0,02	0,07	0,59	4,5	6,62	0,08	6,33	9,03					
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22					
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62					

Итого по подменю: 35,88 14,47 59,25 510,69 0,15 0,53 1,36 58,0 197,97 306,07 55,34 17,75

Итого за день: 0,00 руб. 84,93 51,06 215,93 1662,82 0,79 1,38 55,39 181,9 456,50 671,36 230,68 97,28

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20 %	32,07	26,13	27,30	27,57
2-ой завтрак: 5 %	1,19	0,21	4,98	3,09
Обед: 35 %	75,33	45,87	29,83	40,20
Полдник: 15 %	16,00	9,30	15,07	13,47
Ужин: 25 %	85,43	30,79	29,19	36,48
Итого за день: 100 %	210,02	112,30	106,37	120,82

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,6 : 2,4

Зав. производством  /  Калькулятор

"Согласовано"



"Утверждаю"

ООО "СЕМЬЯ ВКУСОВ"

С.И. Щишкова



День 8

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (от 1 года до 3 лет)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мг	Fe		

ЗАВТРАК

270/13	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ (150)	150	5,44	5,02	28,08	179,24	0,12	0,15	0,98	22,7	23,53	79,52	28,50	16,34		
ТТК №25	ЧАЙ С МОЛОКОМ (2-ой ВАРИАНТ)(180)	180	1,26	1,13	11,15	59,75	0,02	0,07	0,59	4,5	6,60	0,06	6,31	9,03		
117/13	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПОРЦ.	20	1,50	0,58	10,28	52,34	0,02	0,01			3,80	13,00	2,60	0,24		
111/13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦ	5	0,05	3,63	0,07	33,11		0,01		20,0	1,20	1,50		0,01		
Итого по подменю:			8,25	10,36	49,58	324,44	0,16	0,24	1,57	47,2	35,13	94,08	37,41	25,62		

2-ой ЗАВТРАК

637/13	СОК ПОРЦ.	100	0,50	0,10	10,10	43,30	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40		
Итого по подменю:			0,50	0,10	10,10	43,30	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40		

ОБЕД

№ 1/2021	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ(30)	30	0,46	1,85	2,81	29,79	0,01	0,01	10,80		12,15	8,87	4,82	0,17		
139/2013	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ(180)	180	5,70	10,58	12,20	166,84	0,08	0,10	15,36	10,8	24,15	110,85	31,00	1,10		
386/13	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ(60)	60	9,03	17,41	6,32	218,12	0,02	0,03	0,18	18,1	5,22	8,68	3,53	2,89		
307/2011	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ(110)	110	3,83	4,41	24,61	153,48	0,07	0,04	8,97	22,0	24,30	46,19	15,60	0,80		
500/2018	НАПИТОК МОРКОВНО-ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,61	0,29	15,04	65,18	0,03	0,03	5,31		15,69	23,90	17,00	1,05		
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)	10	0,76	0,08	4,92	23,44	0,01				2,00	6,50	1,40	0,11		
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62		

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe
Итого по подменю:			21,51	34,84	75,78	702,83	0,24	0,22	40,62	50,9	88,11	226,19	78,35	6,74

ПОЛДНИК

609/13	ПЕЧЕНЬЕ(50)	50	3,75	4,90	37,20	207,90	0,04	0,03		5,0	14,50	45,00	10,00	1,05					
535/13	КЕФИР	150	4,35	3,75	6,00	75,15	0,06	0,26	1,05	30,0	180,00	135,00	21,00	0,15					
Итого по подменю:			8,10	8,65	43,20	283,05	0,10	0,29	1,05	35,0	194,50	180,00	31,00	1,20					

УЖИН

405/13	ПЕЧЕНЬ ТЕРТАЯ (60)	60	9,00	15,36	3,29	187,40	0,14	1,02	15,43	3727,8	14,03	160,86	9,80	3,31					
182/2016	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ.(120)	120	1,67	2,29	17,40	96,88	0,02	0,01		11,3	2,56	36,03	11,73	0,24					
ТТК №22	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (1-ый ВАРИАНТ).	180	0,06	0,01	9,25	37,28			2,48		2,80	1,40	0,77	0,07					
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22					
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62					
Итого по подменю:			13,37	18,04	49,66	414,42	0,20	1,05	17,91	3739,1	27,99	232,49	30,10	4,46					

Итого за день: 0,00 руб. 51,73 71,99 228,32 1768,04 0,71 1,81 63,15 3872,3 352,73 739,76 180,86 39,42

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20 %	19,64	22,04	24,42	23,17
2-ой завтрак: 5 %	1,19	0,21	4,98	3,09
Обед: 35 %	51,21	74,13	37,33	50,20
Полдник: 15 %	19,29	18,40	21,28	20,22
Ужин: 25 %	31,83	38,38	24,46	29,60
Итого за день: 100 %	123,17	153,17	112,47	126,29

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,4 : 4,4

Заг. производством

Калькулятор

"Согласовано"



"Утверждено"

ООО "СЕМЬЯ ВКУСОВ"

День 9

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (от 1 года до 3 лет)

N рецеп.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн., ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мг	Fe		

ЗАВТРАК

226/13	КАША "ДРУЖБА"(150)	150	3,90	5,05	20,98	144,95	0,07	0,13	0,99	22,8	14,84	36,97	23,07	15,65		
514/13	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-ой ВАРИАНТ)(170)	170	2,79	2,38	12,67	83,27	0,04	0,13	1,11	8,5	14,33	11,22	19,13	17,40		
117/13	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПОРЦ. (30)	30	2,25	0,87	15,42	78,51	0,03	0,01			5,70	19,50	3,90	0,36		
106/13	СЫР ПОРЦ.	10	2,37	3,04		36,84		0,04	0,07	21,0	98,00	58,00	5,00	0,07		
Итого по подменю:			11,31	11,34	49,07	343,57	0,14	0,31	2,17	52,3	132,87	125,69	51,10	33,48		

2-ой ЗАВТРАК

537/13	СОК ПОРЦ.	100	0,50	0,10	10,10	43,30	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40		
Итого по подменю:			0,50	0,10	10,10	43,30	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40		

ОБЕД

51/13	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (30)	30	0,43	1,53	2,51	25,49	0,01	0,01	2,85		10,55	12,29	6,27	0,40		
82/2011	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (180)	180	1,56	4,89	6,74	77,17	0,05	0,04	25,53	7,2	36,32	38,76	17,33	0,58		
277/2016	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ (60/30)	60/30	10,24	3,50	9,81	111,66	0,07	0,08	0,64	6,6	22,41	112,92	28,20	4,00		
431/13	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (110)	110	2,18	5,43	17,53	127,72	0,13	0,08	21,78		10,89	63,26	25,05	0,98		
526/13	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,12	0,12	10,44	43,32	0,01	0,01	3,00		5,03	3,30	2,70	0,68		
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)	10	0,76	0,08	4,92	23,44	0,01				2,00	6,50	1,40	0,11		
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62		

№ реч.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe
Итого по подменю:			16,41	15,77	61,83	454,78	0,30	0,23	53,80	13,8	91,80	258,23	85,95	7,37

ПОЛДНИК

559/2013	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ(50)	50	3,17	1,55	36,00	170,64	0,05	0,03	0,13	10,1	9,94	32,16	6,54	0,72		
534/13	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,20	3,75	7,05	78,75	0,06	0,23	1,95	15,0	21,00	0,15	21,00	30,00		
118/13	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(95)	95	0,38	0,38	9,31	42,18	0,03	0,02	9,50		15,20	10,45	8,55	2,09		
Итого по подменю:			7,75	5,68	52,36	291,57	0,14	0,28	11,58	25,1	46,14	42,76	36,09	32,81		

УЖИН

124/13	ИКРА МОРКОВНАЯ(40)	40	0,65	3,33	3,88	48,09	0,03	0,03	3,71		11,01	22,98	14,06	0,35		
307/13	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (140)	140	12,55	18,42	3,28	229,09	0,08	0,47	0,70	263,0	57,45	168,55	17,88	12,95		
ТТК №20	ЧАЙ С САХАРОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)(180)	180			9,06	36,26					0,32	0,04	0,03	0,03		
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	25	1,90	0,20	12,30	58,60	0,03	0,01			5,00	16,25	3,50	0,28		
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ	25	1,40	0,28	12,35	57,48	0,03	0,01			5,75	26,50	6,25	0,78		
Итого по подменю:			16,50	22,23	40,87	429,52	0,17	0,52	4,41	263,0	79,53	234,32	41,72	14,39		

Итого за день: 0,00 руб. 52,47 55,12 214,23 1562,74 0,76 1,35 73,96 354,3 357,34 668,00 218,86 89,45

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20 %	26,93	24,13	24,17	24,54
2-ой завтрак: 5 %	1,19	0,21	4,98	3,09
Обед: 35 %	39,07	33,55	30,46	32,48
Полдник: 15 %	18,45	12,09	25,79	20,83
Ужин: 25 %	39,29	47,30	20,13	30,68
Итого за день: 100 %	124,93	117,28	105,53	111,62

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,1 : 4,1

Зав. производством

С.С.С.

Калькулятор

С.С.С.

"Согласовано"

Зав. "СЭМБ" В.Н.СОВ" /Иммукова И.И./

РОС. ЧИР. Г. ПЕРМЬ
ОПРП 119595803065744111
5904378660

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (от 1 года до 3 лет)

ЗАВТРАК

Итого по подменю:

11,69	9,12	64,09	385,15	0,19	0,34	2,70	33,5	61,20	126,56	48,36	41,13
-------	------	-------	--------	------	------	------	------	-------	--------	-------	-------

СОК ПОР.Д.

Итого по подмёну:

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С

10

№ реч.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe
Итого по подменю:			28,22	20,01	75,91	596,58	0,27	0,25	19,84	49,5	49,51	132,91	52,71	18,34

ПОЛДНИК

609/13	ПЕЧЕНЬЕ(20)	20	1,50	1,96	14,88	83,16	0,02	0,01		2,0	5,80	18,00	4,00	0,42				
534/13	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ(180)	180	5,04	4,50	8,46	94,50	0,07	0,27	2,34	18,0	25,20	0,18	25,20	36,00				

Итого по подменю:

6,54 6,46 23,34 177,66 0,09 0,28 2,34 20,0 31,00 18,18 29,20 36,42

УЖИН

319/13	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА(150)	150	31,97	12,96	22,75	335,50	0,09	0,44	0,77	53,5	182,70	271,79	41,21	7,87				
516/13	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО(35)	35	0,01		5,60	22,45					0,05			0,01				
ТТК №23	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (2-ой ВАРИАНТ)(180)	180	0,06	0,01	9,22	37,15			2,48		2,78	1,38	0,76	0,07				
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22				
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62				

Итого по подменю:

34,68 13,35 57,29 487,96 0,13 0,46 3,25 53,5 194,13 307,37 49,77 8,79

Итого за день: 0,00 руб. 81,63 49,04 230,73 1690,65 0,69 1,34 30,13 156,6 342,84 592,02 184,04 106,70

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 1-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20 %	27,83	19,40	31,57	27,51
2-ой завтрак: 5 %	1,19	0,21	4,98	3,09
Обед: 35 %	78,88	48,06	37,39	45,67
Полдник: 15 %	15,57	13,74	11,50	12,69
Ужин: 25 %	82,57	28,40	28,22	34,85
Итого за день: 100 %	206,05	109,83	113,66	123,82

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,6 : 2,7

Зав. производством



Калькулятор



Ведомость контроля за рационам питания за период Весна -Лето 2025г.

Подразделение: ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (от 1 года до 3 лет)

[illegible]

Ведомость контроля за рационом питания за период Весна -Лето 2025г.

Подразделение: ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ)

Подразделение: ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (от 1 года до 3 лет)																			
Наименование группы пищевой продукции	Количество пищевой продукции в нетто по дням в г(мл) на одного человека																Среднее за период	Отклонение от нормы, % (ср-н)/N *100	
	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день									
																	42,89	-4,7	
	100,30		90,70	71,60		94,70		71,60									45,00		
13. МЯСО (БЕСКОСТНАЯ/НА КОСТИ)																	180,49	0,3	
	260,40	246,62	125,87	90,35	252,20	120,25	130,56	289,38	171,86	117,39							180,00		
14. ОВОЩИ,ЗЕЛЕНЬ																	22,04	0,6	
																	21,90		
15. ПТИЦА ПОТРОШЕН.1 КАТ.(КУРА/ЦЫПЛЯТА-БРОЙЛ./ИНДЕЙКА)		86,60			44,60		44,60			44,60							30,48	-4,7	
																	32,00		
16. РЫБА (ФИЛЕ) В Т.Ч. СЛАБО-ИЛИ МАЛОСОЛЕНАЯ	95,25		78,26					45,44	85,86								25,16	0,6	
																	25,00		
17. САХАР	19,20	22,10	23,73	31,48	21,96	20,53	30,80	29,40	19,20	33,20							9,08	0,9	
																	9,00		
18. СМЕТАНА С М.Д.Ж.НЕ БОЛЕЕ 15%		12,20	12,20	16,40	12,20	4,00	16,40		12,20	5,20							100,00	0,0	
																	100,00		
19. СОКИ ФРУКТОВЫЕ (ОВОЩНЫЕ)	100,00	100,00	100,00	100,00	100,00	100,00	100,00	100,00	100,00	100,00							3,00	0,0	
																	3,00		
20. СОЛЬ	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00							19,44	-2,8	
																	20,00		
21. СУБПРОДУКТЫ (ПЕЧЕНЬ, РЫБК, СЕРДЦЕ)		83,10						111,30									4,00	0,0	
																	4,00		
22. СЫР ТВЕРДЫЙ	10,00				10,00		10,00		10,00								33,70	4,6	
																	32,20		
23. ТВОРОГ,ТВОРОЖНЫЕ ИЗДЕЛИЯ С М.Д.Ж. НЕ МЕНЕЕ 5%		15,07		107,30			107,30			107,30							90,76	-4,5	
																	95,00		
24. ФРУКТЫ (ПЛОДЫ) СВЕЖИЕ	95,00	57,80	166,30	95,00	74,30	73,70	95,00	66,40	175,30	8,80									

ООО "СЕМЬЯ ВКУСОВ"

Ведомость контроля за рационом питания за период Весна -Лето 2025г.

Подразделение: ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ)

Наименование группы пищевой продукции	Количество пищевой продукции в нетто по дням в г(мл) на одного человека										Среднее за период	Отклонение от нормы, % (Ср-Н)/Н *100
	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	Норма	
25. ФРУКТЫ (ПЛОДЫ) СУХИЕ			18, 00	22, 80			22, 80			22, 80	8, 64	-4, 0
26. ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИЛИ ХЛЕБ ЗЕРНОВОЙ	62, 77	55, 56	60, 00	66, 11	66, 11	55, 56	65, 83	66, 11	60, 18	65, 83	62, 41	4, 0
27. ХЛЕБ РЖАНОЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	40, 00	40, 00	40, 00	40, 00	40, 00	40, 00	40, 00	40, 00	45, 00	40, 00	40, 50	1, 3
28. ЧАЙ,ВКЛЮЧАЯ ФИТОЧАЙ	0, 45	0, 45	0, 50	0, 50	0, 50	0, 45	0, 50	0, 50	0, 50	0, 50	0, 49	-3, 0
29. ЯЙЦО КУРИНОЕ СТОЛОВОЕ	13, 34	40, 30	100, 11	15, 23	175, 81		20, 90	15, 30	180, 60	20, 90	58, 25	-2, 9

Итого в среднем на одного человека:

Пищевые вещества	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калории, ккал	Фосфор, мг	Железо, мг
	65, 74	58, 59	220, 70	1673, 05		
Минеральные вещества	Натрий, мг 1073, 09	Кальций, мг 2268, 13	Кальций, мг 336, 85	Магний, мг 206, 45	636, 70	73, 36
Витамины	А, мкг 1495, 34	В1, мг 0, 77	В2, мг 1, 42	РР, мг 8, 56	С, мг 84, 77	

Рекомендации по корректировке меню:

Подписать медицинского работника и дата:

Подписать руководителя организации и дата ознакомления:

Подписать ответственного лица за организацию питания и дата ознакомления:

 24 " _____ 20 25 г.
 24 " _____ 20 25 г.
 "24" _____ 20 25 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 67744167063183145671718650923848673456886456352
Владелец Талантова Оксана Сергеевна
Действителен с 20.08.2024 по 20.08.2025