

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 1» г. ВСЕВОЛОЖСКА
(МДОБУ «ДСКВ № 1» г. ВСЕВОЛОЖСКА)

П Р И К А З

28.05.2025

№ 40

**Об утверждении меню
на период с 01.07.2025 по 30.06.2026**

В соответствии с Федеральным Законом Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года №273-ФЗ, на основании Распоряжения Комитета по образованию администрации муниципального образования «Всеволожский муниципальный район» Ленинградской области от 29.11.2024 года № 375/01-09 «Об утверждении меню в образовательных учреждениях, реализующих основную общеобразовательную программу дошкольного образования, заключающих контракты на поставку продуктов питания на период с 01 июля 2025 года по 30 июня 2026 года» при к а з ы в а ю :

1. Утвердить в МДОБУ «ДСКВ № 1» г. Всеволожска на период с 01.07.2025 года по 30.06.2026 года:
 - 1.1. Примерное 10-дневное меню с учетом физиологических потребностей для обучающихся от 2 до 7 лет (Приложение 1);
 - 1.2. Меню-раскладку на 10 дней с учетом физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей от 2 до 7 лет (Приложение № 2).
2. Назначить кладовщика Р.А. Бережную ответственным лицом за организацию питания в учреждении на период с 01.07.2025 года по 30.06.2026 года, в ее отсутствие – заведующего хозяйством Н.Н. Вшевцову.

3. Ответственному лицу за организацию питания в Учреждении:

- 3.1. с 01.07.2025 года обеспечить в Учреждении организацию питания в соответствии с утвержденным 10-дневным меню, учитывая Технологические карты приготовления пищи (Приложение 5 к СанПиНу 2.3/2.4.3590-20);
- 3.2. производить расчет объемов пищевых продуктов, необходимых для организации питания обучающихся в Учреждении в соответствии с утвержденным 10-дневным меню.

4. Общий контроль за организацией питания оставляю за собой.

Заведующий



К.Е. Алексеева

Приложение 1

к приказу МДЮБУ

«ДСКБ № 1» г. Всеволожска

OT 28.05.2025 № 40

Примерное двухнедельное меню для организации питания

обучающихся возрастной категории от 1 года до 3 лет образовательных учреждений Всеволожского района,

реализующих основную общеобразовательную программу дошкольного образования

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептов)	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Витамины				Минеральные вещества			
				Всего	Всего	Всего		(мг)				(мг)			
								В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1 день															
I Завтрак															
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	155	2008	189	5,6	6,4	24,8	179	0,11	1,29	0,04	0,6	114	146	29	2
Бутерброд с маслом	30(25/5)	2008	1	2,11	0,98	12,26	66,3	0,05	0,02	0,005	0,28	11,5	24,85	8,7	0,5
Какао с молоком	180	2016	416	3,67	3,19	15,82	107	0,05	1,43	0,022	0,88	137	112,1	19,2	0,43
Итого завтрак:	365			11,38	10,57	52,88	352,30	0,21	2,74	0,07	1,76	262,50	282,95	56,90	2,93
II Завтрак															

Сок фруктовый*	100	2008	442	0,5	0,1	9,9	43	0,01	2		0,1	3	7	4	1,4
Итого 2-ой завтрак:	100			0,50	0,10	9,90	43,00	0,00	2,00	0,00	0,10	3,00	7,00	4,00	1,40
				г	г	г									
2 день															
I Завтрак															
Каша молочная пшеница с тыквой и маслом сливочным	155	2008	185	5,4	6,2	28,8	192	0,1	5	0,17	1	71	40	124	2
Бутерброд с сыром	30(20/10)	2008	3	3,9	3,15	9,7	83	0,03	0,07	0,003	0,87	92,6	67,4	10,1	0,5
Кофейный напиток с молоком	180	2016	414	2,85	2,41	14,36	90,5	0,04	1,17	0,018		113,2	81	12,6	0,12
Итого:	365			12,15	11,76	52,86	365,50	0,17	6,24	0,19	1,87	276,80	188,40	146,70	2,62
II Завтрак															
Яблоко*	100	2016	386	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	0,005	0,2	16	11	9	2,2
Итого:	100			0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,01	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
3 день															
I Завтрак															
Каша гречневая молочная с маслом сливочным	155	2008	184	6,7	7,1	26,9	199	0,14	1	0,04	0,4	97	177,05	85,02	3
Бутерброд с повидлом	40	2008	2	1,74	0,24	23,2	97,2	0,04	1,76	0,03	0,23	7,4	19,2	8	0,7
Чай с сахаром и лимоном	200/5	2008	431	0,05	0,1	10,1	41,6	0	2	0,1	0,01	2,3	1,1	0,6	0,06
Итого:	400			8,49	7,44	60,20	337,80	0,18	4,76	0,17	0,64	106,70	197,35	93,62	3,76

II Завтрак															
Сок фруктовый*	100	2008	442	0,5	0,1	9,9	43	0,01	2		0,1	3	7	4	1,4
Итого:	100			0,50	0,10	9,90	43,00	0,01	2,00	0,00	0,10	3,00	7,00	4,00	1,40
				г	г	г									
4 день															
I Завтрак															
Каша манная молочная с маслом сливочным	155	2008	189	4,6	6,2	20,7	157	0,06	1	0,05	0,4	106	88	14,91	0,34
Бутерброд с сыром	30(20/10)	2008	3	3,9	3,15	9,7	83	0,03	0,07	0,003	0,87	92,6	67,4	10,1	0,5
Какао с молоком	180	2016	416	3,67	3,19	15,82	107	0,05	1,43	0,022	0,88	137	112,1	19,2	0,43
Итого:	365			12,17	12,54	46,22	347,00	0,14	2,50	0,08	2,15	335,60	267,50	44,21	1,27
II Завтрак															
Мандарин*	90	к/к	к/к	0,72	0,18	6,8	34,2	0,05	34,2	0,01	0,18	31,5	15,3	9,9	0,09
Итого:	90			0,72	0,18	6,80	34,20	0,05	34,20	0,01	0,18	31,50	15,30	9,90	0,09
5 день															
I Завтрак															
Макароны запеченные с сыром	180	2008	211	10,47	8,7	41,6	295	0,09	0,1	0,07	9,62	165,2	166	17,31	1,2
Бутерброд с повидлом	40	2008	2	1,74	0,24	23,2	97,2	0,04	1,76	0,03	0,23	7,4	19,2	8	0,7

Кофейный напиток с молоком	180	2016	414	2,85	2,41	14,36	90,5	0,04	1,17	0,018	113,2	81	12,6	0,12	
Итого:	400			15,06	11,35	79,16	482,70	0,17	3,03	0,12	9,85	285,80	266,20	37,91	2,02
II Завтрак															
Сок фруктовый*	100	2008	442	0,5	0,1	9,9	43	0,01	2		0,1	3	7	4	1,4
Итого:	100			0,50	0,10	9,90	43,00	0,01	2,00	0,00	0,10	3,00	7,00	4,00	1,40
				г	г	г									
6 день															
I Завтрак															
Каша "Дружба" молочная жидкая с маслом сливочным	155	2008	190	4,81	7,7	20,77	171	0,1	2	0,08	0,2	136,5	129	34	
Бутерброд с сыром	30(20/10)	2008	3	3,9	3,15	9,7	83	0,03	0,07	0,003	0,87	92,6	67,4	10,1	0,5
Чай с сахаром и лимоном	200/5	2008	431	0,05	0,1	10,1	41,6	0	2	0,1	0,01	2,3	1,1	0,6	0,06
Итого:	390			8,76	10,95	40,57	295,60	0,13	4,07	0,18	1,08	231,40	197,50	44,70	0,56
II Завтрак															
Яблоко*	100	2016	386	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	0,005	0,2	16	11	9	2,2
Итого:	100			0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,01	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
				г	г	г									
7 день															
I Завтрак															
Каша гречневая молочная с маслом сливочным	155	2008	184	6,8	7,1	26,9	199	0,14	1	0,04	0,4	97	177	85	3

II Завтрак

8 день

II Завтрак

II Завтрак

II Завтрак

9 день															
I Завтрак															
Каша из хлопьев овсяных "Теркулес" со сливочным маслом	155	2008	184	5,1	7,5	18,9	163	0,12	1	0,04	0,2	109	174	41	2
Бутерброд с маслом	30(25/5)	2008	1	2,11	0,98	12,26	66,3	0,05	0,02	0,005	0,28	11,5	24,85	8,7	0,5
Чай с сахаром и лимоном	200/5	2008	431	0,05	0,1	10,1	41,6	0	2	0,1	0,01	2,3	1,1	0,6	0,06
Итого:	390			7,26	8,58	41,26	270,90	0,17	3,02	0,15	0,49	122,80	199,95	50,30	2,56
II Завтрак															
Сок фруктовый*	100	2008	442	0,5	0,1	9,9	43	0,01	2		0,1	3	7	4	1,4
Итого:	100			0,50	0,10	9,90	43,00	0,01	2,00	0,00	0,10	3,00	7,00	4,00	1,40
				г	г	г									
10 день															
I Завтрак															
Каша манная молочная с маслом сливочным	155	2008	189	4,6	6,2	20,7	157	0,06	1	0,05	0,4	106	88	14,91	0,34
Бутерброд с повидлом	40	2008	2	1,74	0,24	23,2	97,2	0,04	1,76	0,03	0,23	7,4	19,2	8	0,7
Кофейный напиток с молоком	180	2016	414	2,85	2,41	14,36	90,5	0,04	1,17	0,018		113,2	81	12,6	0,12
Итого:	375			9,19	8,85	58,26	344,70	0,14	3,93	0,10	0,63	226,60	188,20	35,51	1,16
II Завтрак															
Яблоко*	100	2016	386	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	0,005	0,2	16	11	9	2,2

Итого:	100		0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,01	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
--------	-----	--	------	------	------	-------	------	-------	------	------	-------	-------	------	------

* Возможна замена продуктов на сезонные овощи и фрукты.

- Сборник рецептов на продукцию для дошкольных образовательных учреждений. Москва, Деги принт, 2016. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакции Могильного М.П., Тутельяна В.А.

- Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, СПб, 2008, под редакцией Куткиной М.Н.

- Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочник.- Москва, Деги принт, 2007.- 276с. Редакция Скурихина И.М.; Тутельяна В.А.

- Выход порций готовых блюд соответствует СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Приложение 2
к приказу МДОБУ

«ДСКВ № 1» г. Всеволожска
от 28.05.2025 № 40

Меню-раскладка на 10 дней с учетом физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах
для детей от 3 до 7 лет в МДОБУ «ДСКВ № 1» г. Всеволожска

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептов)	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)			
				Всего	Всего	Всего		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
1 день																		
I Завтрак																		
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	205	2008	189	7,23	8,26	32	230	0,14	1,29	0,05	0,77	147,1	188	37,4	2,58			
Бутерброд с маслом	30(25/5)	2008	1	2,11	0,98	12,26	66,3	0,05	0,02	0,005	0,28	11,5	24,85	8,7	0,5			
Какао с молоком	180	2016	416	3,67	3,19	15,82	107	0,05	1,43	0,022	0,88	137	112,1	19,2	0,43			
Итого завтрак:	415			13,01	12,43	60,08	403,30	0,24	2,74	0,08	1,93	295,60	324,95	65,30	3,51			

II Завтрак															
Сок фруктовый*	100	2008	442	0,5	0,1	9,9	43	0,01	2		0,1	3	7	4	1,4
Итого 2-ой завтрак:	100			0,50	0,10	9,90	43,00	0,00	2,00	0,00	0,10	3,00	7,00	4,00	1,40
Обед															
Салат из свеклы отварной с маслом растительным*	50	2016	34	0,75	5	4,5	66	0	0,06	0,07	0,05	17,5	115,8	25	1,75
Суп картофельный с вермишелью	200	2008	100	3,12	2,24	16	96,8	0,09	6,4	0,16	0,24	18,4	51,2	20	0,8
Котлета рубленая из птицы	70	2016	322	11	9,8	9,2	180	0,07	0,51	0,04	2,34	14,6	63,8	16,6	1,15
Каша гречневая рассыпчатая	130	2008	323	3,13	4	32,9	179	0,04		0,03	0,3	9,56	67,8	22,6	0,6
Компот из сухофруктов	180	2008	402	0,54	0,09	28,6	118	0,02	0	0,01	0,5	18,9	20,7	14,4	0,63
Хлеб ржанопшеничный, обогащенный микронутриентами	40	к/к	к/к	2,72	0,32	17	90	0,1		0	0,96	7,2	34,8	7,6	1,6
Итого:	670			21,26	21,45	108,20	729,80	0,32	6,97	0,31	4,39	86,16	354,10	106,20	6,53
Полдник															
Сырники творожные со сгущенным молоком	120 (100/20)	2008	219	19,1	15,2	13,5	267	0,06	0	0,1	2,7	174	237	25	0,9
Кефир	200	2008	435	6	0,2	8	62	0,08	2	0	0	252	196	30	0

Блок*о	100	2016	386	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	0,005	0,2	16	11	9	2,2
Итого:	100			0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,01	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
Обед															
Огурец соленый кусочком*	50	к/к	к/к	0,16	0	3,6	6,5	0,013	7,4	0,09	1,13	20	97,65	7,7	0,5
Борщ с картофелем и сметаной	205	2008	77	2,78	4,86	12,6	105	0,06	8	0,18	0,16	36	55,2	23,2	1,04
Рис отварной	130	2008	325	7,4	2,4	5,2	71,9	0,05	0,17	0	2,8	14,9	95,08	15,8	0,42
Котлеты(биточк и) рыбные	70	2016	271	11,1	6,68	2,14	113	0,07	2,32	0,001	3,07	55,94	164,5	24,84	0,54
Напиток апельсиновый	180	2008	436	0,18	0	23,13	94,5	0,01	12	0	0,09	7,2	4,5	2,7	0
Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микроэлементами	40	к/к	к/к	2,72	0,32	17	90	0,1		0	0,96	7,2	34,8	7,6	1,6
Итого:	675			24,34	14,26	63,67	480,90	0,30	29,89	0,27	8,21	141,24	451,73	81,84	4,10
Полдник															
Макаронны запеченные с сыром	150	2008	211	8,73	7,25	34,7	246	0,07	0,08	0,06	8,02	137,7	138,9	14,43	1
Пряники	30	к/к	к/к	1,7	1,5	22,5	108,6	0,08			0,2	3,3	15	4,5	0,24
Молоко кипяченое	200	2008	434	6,1	5,2	10,09	113	0,08	3	0,02		252	188,7	28,9	2
Итого:	380			16,53	13,95	67,29	467,60	0,23	3,08	0,08	8,22	393,00	342,60	47,83	3,24

Итого за день:	1570		55,02	42,17	201,82	1417,00	0,80	50,66	0,60	19,56	840,04	1078 73	200, 07	11,4 5
----------------	------	--	-------	-------	--------	---------	------	-------	------	-------	--------	------------	------------	-----------

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур)	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Витамины					Минеральные вещества			
				Всего	Всего	Всего		(мг)	B ₁	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
г	г	г														

3 День

I Завтрак

Каша гречневая Молочная с маслом сливочным	205	2008	184	7,4	7,9	30	221	0,15	1,11	0,04	0,44	108	196, 5	94,4	3,33
Бутерброд с повидлом	40	2008	2	1,74	0,24	23,2	97,2	0,04	1,76	0,03	0,23	7,4	19,2	8	0,7
Чай с сахаром и лимоном	200/5	2008	431	0,05	0,1	10,1	41,6	0	2	0,1	0,01	2,3	1,1	0,6	0,06
Итого:	450			9,19	8,24	63,30	359,80	0,19	4,87	0,17	0,68	117,70	216, 80	103, 00	4,09

II Завтрак

Сок фруктовый*	100	2008	442	0,5	0,1	9,9	43	0,01	2		0,1	3	7	4	1,4
Итого:	100			0,50	0,10	9,90	43,00	0,01	2,00	0,00	0,10	3,00	7,00	4,00	1,40

Обед

Икра свекольная*	50	2008	56	2,1	4,05	6,06	65	0,015	4,5	0,01	1,85	22,5	28	13,5	0,9
Рассольник ленинградский со сметаной	205	2008	91	2,29	4,19	13,62	101,7	0,07	6,4	0,16	0,2	24,4	61,4 5	21,3	0,8
Жаркое по-домашнему (кур филе)	200	2008	258	22,50	21,50	17,90	354,7	0,13	6,70	0,013	2,90	28,00	253,30	48,00	4,00
Компот из сухофруктов	180	2008	402	0,54	0,09	28,6	118	0,02	0	0,01	0,5	18,9	20,7	14,4	0,63
Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микронутриентами	40	к/к	к/к	2,72	0,32	17	90	0,1		0	0,96	7,2	34,8	7,6	1,6
Итого:	675			30,15	30,15	83,18	729,40	0,34	17,60	0,19	6,41	101,00	398,25	104,80	7,93
Подник															
Запеканка из творога с морковью и ступенным молоком	130/30	2017	224	16,7	15,8	52,3	418,32	0,105	1,28	70	2,5	274,4	281,28	43,1	1,07
Молоко кипяченое	200	2008	434	6,1	5,2	10,09	113	0,08	3	0,02		252	188,7	28,9	2
Батон нарезной из пшеничной муки в/с	25	к/к	к/к	1,98	0,23	12,08	59	0,05			0,25	5,75	21,8	8,25	0,5
Итого:	415			24,78	21,23	74,47	590,32	0,24	4,28	70,02	2,75	532,15	491,78	80,25	3,57
Итого за день:	1640			64,62	59,72	230,85	1722,52	0,77	28,75	70,38	9,94	753,85	1113,83	292,05	16,99

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептов)	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)				
				Всего	Всего	Всего		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
																г	г	г
4 день																		
I Завтрак																		
Каша манная молочная с маслом сливочным	205	2008	189	6,2	6,56	27,67	194,5	0,08	1,3	0,07	0,5	141	117	19,8	0,45			
Бутерброд с сыром	30(20/10)	2008	3	3,9	3,15	9,7	83	0,03	0,07	0,003	0,87	92,6	67,4	10,1	0,5			
Какао с молоком	180	2016	416	3,67	3,19	15,82	107	0,05	1,43	0,022	0,88	137	112,1	19,2	0,43			
Итого:	415			13,77	12,90	53,19	384,50	0,16	2,80	0,10	2,25	370,60	296,50	49,10	1,38			
II Завтрак																		
Мандарин*	90	к/к	к/к	0,72	0,18	6,8	34,2	0,05	34,2	0,01	0,18	31,5	15,3	9,9	0,09			
Итого:	90			0,72	0,18	6,80	34,20	0,05	34,20	0,01	0,18	31,50	15,30	9,90	0,09			
Обед																		
Икра морковная*	50	2008	56	0,8	3,8	3,4	53,3	0,03	2	0,08	1,9	14,9	27,3	16,5	0,4			
Щи из свежей капусты с	205	2008	84	2,48	4,48	6,4	82	0,05	17,6	0,2	0,16	35,2	42,4	17,6	0,6			

Голубцы ленивые	180	2008	306	15,8	19,23	9,15	285	0,08	24,5	3,51	4,44	72,69	196	41,7 7	2,82
Батон нарезной из пшеничной муки в/с	25	к/к	к/к	1,98	0,23	12,08	59	0,05			0,25	5,75	21,8	8,25	0,5
Булочка "Домашняя" молочная	50	2016	452	3,64	6,26	22	159	0,06		0,002	2,33	9,9	35	42,9	0,65
Кефир	200	2008	435	6	0,2	8	62	0,08	2	0	0	252	196	30	0
Итого:	635			27,42	25,92	51,23	565,00	0,27	26,50	3,51	7,02	340,34	448, 80	122, 92	3,97
Итого за день:	1825			64,99	66,04	187,14	1638,70	1,01	118,2 5	10,34	17,28	860,08	1192 20	268, 42	16,3 0

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептов)	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
				Всего	Всего	Всего		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
																г	г	г	
5 день																			
I Завтрак																			
Макароны запеченные с сыром	180	2008	211	10,47	8,7	41,6	295	0,09	0,1	0,07	9,62	165,2	166	17,3 ₁	1,2				
Бутерброд с повидлом	40	2008	2	1,74	0,24	23,2	97,2	0,04	1,76	0,03	0,23	7,4	19,2	8	0,7				
Кофейный напиток с молоком	180	2016	414	2,85	2,41	14,36	90,5	0,04	1,17	0,018		113,2	81	12,6	0,12				
Итого:	400			15,06	11,35	79,16	482,70	0,17	3,03	0,12	9,85	285,80	266,20	37,9 ₁	2,02				
II Завтрак																			
Сок фруктовый*	100	2008	442	0,5	0,1	9,9	43	0,01	2		0,1	3	7	4	1,4				
Итого:	100			0,50	0,10	9,90	43,00	0,01	2,00	0,00	0,10	3,00	7,00	4,00	1,40				
Обед																			
Салат из моркови и яблок*	50	2016	41	0,43	0,05	3,94	41,3	0,02	3,47	3,19	0	10,6	16,9	12	0,7				
Суп овощной со сметаной	205	2008	95	1,62	4,26	6,4	80	0,06	12,4	0,2	0,17	27,4	43,3	16,2	0,64				

Плов из филе птицы	180	2008	311	18,6	20,9	33,2	389	0,09	13,2	0,27	5,4	39,6	194,4	42,03	2,4
Компот из сухофруктов	180	2008	402	0,54	0,09	28,6	118	0,02	0	0,01	0,5	18,9	20,7	14,4	0,63
Хлеб ржанопшеничный, обогащенный микронутриентами	40	к/к	к/к	2,72	0,32	17	90	0,1		0	0,96	7,2	34,8	7,6	1,6
Итого:	655			23,91	25,62	89,14	718,30	0,29	29,07	3,67	7,03	103,70	310,10	92,23	5,97

Подник

Тфетели (1-й вариант)	70	2008	283	10,4	12,2	7,7	182,5	0,05	1,2	0	3,5	9,4	90,1	11,7	1,2
Пюре картофельное	130	2008	335	2,7	4,7	17,7	122,7	0,12	4,35	0,04	0,14	40,9	73,9	25,2	0,96
Кефир	200	2008	435	6	0,2	8	62	0,08	2	0	0	252	196	30	0
Батон нарезной из пшеничной муки в/с	25	к/к	к/к	1,98	0,23	12,08	59	0,05			0,25	5,75	21,8	8,25	0,5
Итого:	425			21,08	17,33	45,48	426,20	0,30	7,55	0,04	3,89	308,05	381,80	75,15	2,66
Итого за день:	1580			60,55	54,40	223,68	1670,20	0,77	41,65	3,83	20,87	700,55	965,10	209,29	12,05

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная	№ рецептур или	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
--------------	----------	-------------------------------	----------------	-------	------	----------	--------------------------------	---------------	--	--	--	---------------------------	--	--	--

		Докумен- тация (сборник рецептур)	техн олог и- ческ ой карт ы	Всего	Всего	Всего		B ₁	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
6 день															
I Завтрак															
Каша "Дружба" молочная жидкая с маслом сливочным	205	2008	190	6,41	10,3	27,7	228	0,13	2,7	0,107	0,27	182	172	45,3	
Бутерброд с сыром	30(20/10)	2008	3	3,9	3,15	9,7	83	0,03	0,07	0,003	0,87	92,6	67,4	10,1	0,5
Чай с сахаром и лимоном	200/5	2008	431	0,05	0,1	10,1	41,6	0	2	0,1	0,01	2,3	1,1	0,6	0,06
Итого:	440			10,36	13,55	47,50	352,60	0,16	4,77	0,21	1,15	276,90	240,50	56,00	0,56
II Завтрак															
Яблоко*	100	2016	386	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	0,005	0,2	16	11	9	2,2
Итого:	100			0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,01	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
Обед															
Салат из зеленого горошка с луком*	50	2016	10	1,45	3,1	3,2	46	0,05	4,9	0,02	1,41	10,2	30,2	10	0,35
Рассольник ленинградский со сметаной	205	2008	91	2,29	4,19	13,62	101,7	0,07	6,4	0,16	0,2	24,4	61,45	21,3	0,8
Котлета рубленая из птицы	70	2016	322	11	9,8	9,2	180	0,07	0,51	0,04	2,34	14,6	63,8	16,6	1,15

Пюре картофельное	130	2008	335	2,7	4,7	17,7	122,7	0,12	4,35	0,04	0,14	40,9	73,9	25,2	0,96
Напиток апельсиновый	180	2008	436	0,18	0	23,13	94,5	0,01	12	0	0,09	7,2	4,5	2,7	0
Хлеб ржанопшеничный, обогащенный микронутриентами	40	к/к	к/к	2,72	0,32	17	90	0,1		0	0,96	7,2	34,8	7,6	1,6
Итого:	675			20,34	22,11	83,85	634,90	0,42	28,16	0,26	5,14	104,50	268,65	83,40	4,86

Подпись

Сырники творожные со сухим молоком	120 (100/20)	2008	219	19,1	15,2	13,5	267	0,06	0	0,1	2,7	174	237	25	0,9
Молоко кипяченое	200	2008	434	6,1	5,2	10,09	113	0,08	3	0,02		252	188,7	28,9	2
Печенье	30	к/к	к/к	2,25	2,94	22,32	125	0,01				8,7	27	6	0,6
Итого:	350			27,45	23,34	45,91	505,00	0,15	3,00	0,12	2,70	434,70	452,70	59,90	3,50
Итого за день:	1565			58,55	59,40	187,06	1539,50	0,76	45,93	0,60	9,19	832,10	972,85	208,30	11,12

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация	№ рецептуры или технолог	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Всего	Всего	Всего		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		

		(сборник рецептов)	и- ческ ой карт ы	г	г	г													
7 день																			
I Завтрак																			
Каша гречневая молочная с маслом сливочным	205	2008	184	7,4	7,9	30	221	0,15	1,11	0,04	0,44	108	196, 5	94,4	3,33				
Бутерброд с маслом	30(25/5)	2008	1	2,11	0,98	12,26	66,3	0,05	0,02	0,005	0,28	11,5	24,8 5	8,7	0,5				
Какао с молоком	180	2016	416	3,67	3,19	15,82	107	0,05	1,43	0,022	0,88	137	112, 1	19,2	0,43				
Итого:	415			13,18	12,07	58,08	394,30	0,25	2,56	0,07	1,60	256,50	333, 45	122, 30	4,26				
II Завтрак																			
Сок фруктовый*	100	2008	442	0,5	0,1	9,9	43	0,01	2		0,1	3	7	4	1,4				
Итого:	100			0,50	0,10	9,90	43,00	0,01	2,00	0,00	0,10	3,00	7,00	4,00	1,40				
Обед																			
Огурец соленый кусочком*	50	к/к	к/к	0,16	0	3,6	6,5	0,013	7,4	0,09	1,13	20	97,6 5	7,7	0,5				
Борщ с картофелем и сметаной	205	2008	77	2,78	4,86	12,6	105	0,06	8	0,18	0,16	36	55,2	23,2	1,04				
Запеканка картофельная с отварным мясом	180	2008	299	15,55	21,03	29,38	368,64	0,2	17,28	0,03	4,47	25,92	188, 64	50,4	2,88				
Компот из свежих яблок	180	2008	394	0,14	0,14	21,5	87,8	0,01	3,6	0	0,07	6,3	3,6	3,6	0,9				

Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микронутриентами	40	к/к	к/к	2,72	0,32	17	90	0,1		0	0,96	7,2	34,8	7,6	1,6
Итого:	655			21,35	26,35	84,08	657,94	0,38	36,28	0,30	6,79	95,42	379,89	92,50	6,92
Подпись															
Омлет натуральный	150	2008	214	14,5	21	2,9	286	0,08	0,27	0,03	3,7	115	249	19,13	2,82
Булочка "Домашняя" молочная	50	2016	452	3,64	6,26	22	159	0,06		0,002	2,33	9,9	35	42,9	0,65
Кефир	200	2008	435	6	0,2	8	62	0,08	2	0	0	252	196	30	0
Батон нарезной из пшеничной муки в/с	25	к/к	к/к	1,98	0,23	12,08	59	0,05			0,25	5,75	21,8	8,25	0,5
Итого:	605			26,12	27,69	44,98	566,00	0,27	2,27	0,03	6,28	382,65	501,80	100,28	3,97
Итого за день:	1775			61,15	66,21	197,04	1661,24	0,91	43,11	0,40	14,77	737,57	1222,14	319,08	16,55

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептов)	№ рецептур или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
				Всего	Всего	Всего		B ₁	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
				г	г	г										

8 день

I Завтрак

Каша рисовая молочная с маслом сливочным	205	2008	189	5,2	8,4	28,6	211	0,05	1,33	0,05	0,5	138	136, 7	29,6	1,33
Бутерброд с сыром	30(20/10)	2008	3	3,9	3,15	9,7	83	0,03	0,07	0,003	0,87	92,6	67,4	10,1	0,5
Кофейный напиток с молоком	180	2016	414	2,85	2,41	14,36	90,5	0,04	1,17	0,018		113,2	81	12,6	0,12
Итого:	415			11,95	13,96	52,66	384,50	0,12	2,57	0,07	1,37	343,80	285, 10	52,3 0	1,95

II Завтрак

Апельсин*	90	к/к	к/к	0,8	0,18	7,3	38,7	0,04	54	0,18	0,2	30,6	20,7 4	11,7 0	0,27
Итого:	90			0,80	0,18	7,30	38,70	0,04	54,00	0,18	0,20	30,60	20,7 4	11,7 0	0,27

Обед

Салат из свеклы отварной с маслом растительным*	50	2016	34	0,75	5	4,5	66	0	0,06	0,07	0,05	17,5	115, 8	25	1,75
Суп картофельный с горохом	200	2008	99	4,75	3,74	15,2	115,48	0,2	9,32	0,2	0,22	27,2	71,1 6	28,5	1,7
Гренки пшеничные	20	2008	73	2,2	0,2	15,8	74	0,04			0,6	6	20	4	0,4
Жаркое по- домашнему (кур филе)	200	2008	258	22,50	21,50	17,90	354,7	0,13	6,70	0,013	2,90	28,00	253, 30	48,0 0	4,00
Компот из сухофруктов	180	2008	402	0,54	0,09	28,6	118	0,02	0	0,01	0,5	18,9	20,7	14,4	0,63

Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микроэлементами	40	к/к	к/к	2,72	0,32	17	90	0,1		0	0,96	7,2	34,8	7,6	1,6
Итого:	690			33,46	30,85	99,00	818,18	0,49	16,08	0,29	5,23	104,80	515,76	127,50	10,08
Поддник															
Печень по строгановски	50/50	2008	256	13,6	8,6	6,3	163	0,19	13,2	5,6	0,83	25,5	237	16,3	5,2
Рис отварной	130	2008	325	7,4	2,4	5,2	71,9	0,05	0,17	0	2,8	14,9	95,08	15,8	0,42
Молоко кипяченое	200	2008	434	6,1	5,2	10,09	113	0,08	3	0,02		252	188,7	28,9	2
Вафли	30	к/к	к/к	2,25	1,54	22,47	113	0,024				6	20,7	3,9	0,3
Батон нарезной из пшеничной муки в/с	25	к/к	к/к	1,98	0,23	12,08	59	0,05		0,25		5,75	21,8	8,25	0,5
Итого:	490			31,33	17,97	56,14	519,90	0,39	16,37	5,62	3,88	304,15	563,28	73,15	8,42
Итого за день:	1685			77,54	62,96	215,10	1761,28	1,04	89,02	6,16	10,68	783,35	1384,88	264,65	20,72

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация	№ рецептур или технолог	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Витамины							Минеральные вещества (мг)				
				Всего	Всего	Всего		В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				