Индивидуальный предприниматель

Яксун Вероника Валерьевна

«Разработано»:
ИП Яксун В.В.

_____/В.В. Яксун/
«01» Марта 2021 г.

«Утверждаю»:
Заведующий МАДОУ
«Детский сад «Компас» г.Перми

_____/ И.Н. Петерс /
«01» Марта 2021 г.

Примерное десятидневное меню

для организации питания детей от 1-3 лет на весенне-летний период в дошкольных образовательных организациях

Использована литература:

- «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений.

Издательство: ЗАО «Уральский региональный центр питания» ГОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия им. акад. Е. А. Вагнера» 6-е издание, переработанное и дополненное, Пермь 2012 г.

- «Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях» / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.

Издательство: Москва, ООО «Дели плюс», 2016 г; разработан и подготовлен ФГБОУ ВО «Московский государственный университет технологий и управления имени К.Г. Разумовского (ПКУ)»; ФГБНУ «НИИ питания».

СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций», от 29 мая 2013 г.

ИП Яксун В.В.
Ведомость контроля за рационом питания за 10 дней
Подразделение: Примерное Меню (1-3 года)

Наименование группы продуктов	Фактически выдано продуктов в НЕТТО по дням на одного питающегося, г(мл)											В среднем в день, г(мл)	Норма в день, г(мл)	Отклонение от нормы, %
	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день				
Дрожжи хлебопекарные			0,80	0,80	0,86			0,80		0,89		0,42	0,40	3,7
Какао-порошек				2,30					2,70			0,50	0,50	0,0
Картофель	62,60	54,00	229,50	131,40	32,40	173,20	147,60	196,00	31,00	142,80		120,05	120,00	0,0
Кондитерские изделия		34,00			33,00		10,00	11,20	28,00			11,62	12,00	-3,2
Кофейный напиток	1,50		1,50		1,50		1,80	2,00		1,50		0,98	1,00	-2,0
Крупы (злаки),бобовые	52,70	27,80	30,00	23,10		33,30	23,10	42,30	45,30	33,60		31,12	30,00	3,7
Макаронные изделия		7,20			12,00	31,40				31,40		8,20	8,00	2,5
Масло коровье сладкосливочное	20,81	15,50	16,60	20,10	15,25	18,55	21,10	20,85	16,10	23,06		18,79	18,00	4,4
Масло растительное	14,60	1,80	14,50	11,10	7,82	18,20	1,80	10,80	9,20	3,25		9,31	9,00	3,4
Молоко и кисломолочные с м.д.ж.не ниже 2,5%	366,50	368,10	315,80	390,00	415,80	424,10	366,00	390,00	358,40	328,20		372,29	390,00	-4,5
Мука картофельная (крахмал)	6,70	6,70						6,70				2,01	2,00	0,5
Мука пшеничная хлебопекарная	12,66	1,30	49,20	47,90	29,65	5,65	17,30	39,55	1,50	32,80		23,75	25,00	-5,0
Мясо говядина 1кат.(бескостное/на кости)	147,90				49,70	60,20	43,40	84,00	89,90			47,51	50,00	-5,0
Овощи,зелень	239,09	244,20	179,66	145,70	307,90	88,90	132,00	117,30	279,70	160,00		189,45	180,00	5,2
Печень (Субпродукты)			103,00			88,30						19,13	20,00	-4,3
Птица (куры 1 кат.потр/цыплята-бр.индейка)		44,50	61,70		37,20					59,70		20,31	20,00	1,6
Рыба(филе)в т.ч.филе слабо- или малосоленое	45,50		85,95	87,00				45,50		64,80		32,88	32,00	2,7
Сахар	28,44	24,30	23,70	27,00	23,03	20,20	32,40	28,30	23,40	26,43		25,72	25,00	2,9
Сметана с м.д.ж.не более 15%		4,50	6,00	18,10	7,20	11,00	7,20	22,20	12,40	3,30		9,19	9,00	2,1
Соки фруктовые (овощные)	200,00		200,00		200,00			200,00		200,00		100,00	100,00	0,0
Соль пищевая поваренная	2,24	2,60	2,50	1,90	4,53	2,00	2,50	2,50	5,20	4,14		3,01	3,00	0,4
Сыр неострых сортов (твердый,мягкий,плавленный)	10,00		10,00			10,00		10,00				4,00	4,00	0,0
Творог,творожн.изд.с м.д.ж.не менее 5%		80,90		74,80			87,00		70,20			31,29	30,00	4,3
Фрукты (плоды) свежие	22,00	145,00	30,00	252,30	58,00	136,40	167,00	15,00	137,00	30,00		99,27	95,00	4,5
Фрукты (плоды) сухие		15,00	15,00	15,00		15,00		15,00	15,00			9,00	9,00	0,0
Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	69,00	55,60	70,00	54,40	47,80	95,75	49,10	42,30	54,30	49,60		58,79	60,00	-2,0
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	20,00	20,00	40,00	20,00	40,00	40,00	40,00	60,00	60,00	60,00		40,00	40,00	0,0
Чай,включая фиточай	0,75	0,50		0,75	0,50	0,75	0,75		0,50	0,75		0,53	0,50	5,0
Яйцо куриное диетическое	18,70	63,90	24,88	45,30	77,32		33,90	27,40	75,20	17,72		38,43	40,00	-3,9

Итого в среднем на одного питающегося:

Пищевые веществав	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калории, ккал		
	62,04	56,85	230,75	1689,42		
Минеральные вещества	Натрий, мг	Калий, мг	Кальций, мг	Магний, мг	Фосфор, мг	Железо, мг
	3058,37	2796,61	780,51	251,90	1061,91	14,07
Витамины	А, мкг	В1, мг	В2, мг	РР, мг	С, мг	
	954,54	0,82	1,36	9,92	121,76	

"Согласовано"

_____ //

ИП Яксун В.В.

День 1

Примерное Меню (1-3 года)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
105 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/Б	20/10	4,22	2,89	10,48	84,73	0,03	0,04	0,07	23,0	93,80	72,00	7,60	0,33
277 СБ 2012Г	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ (ЖИДКАЯ)	150	4,70	5,27	23,85	162,20	0,07	0,13	1,03	30,7	103,23	92,75	15,42	0,35
514 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)	150	2,18	1,88	14,78	85,32	0,03	0,11	0,98	15,0	90,34	67,50	10,50	0,11
	Итого по подменю:		11,10	10,04	49,11	332,25	0,13	0,28	2,08	68,7	287,37	232,25	33,52	0,79
	2-ОЙ ЗАВТРАК													
532 СБ 2012Г	СОК ПОРЦ..*	200			23,00	92,00	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
	Итого по подменю:				23,00	92,00	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
	ОБЕД													
58 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ,	40	0,64	4,04	1,31	44,09	0,01	0,01	15,18		25,19	18,67	8,62	0,34
176 СБ 2012Г	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С ГРЕНКАМИ*	180/10	2,22	3,81	9,41	81,31	0,06	0,08	13,49	19,8	55,55	60,18	20,38	0,57
378 СБ 2012Г	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ*	50/50	15,59	18,13	4,62	243,67	0,07	0,14	3,38	26,0	14,58	165,33	22,20	2,41
424 СБ 2012Г	РИС ОТВАРНОЙ,	110	4,90	6,53	24,51	176,48	0,18	0,05		19,8	27,45	132,53	51,42	1,48
479 СБ 2018	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ.(2018)	150	0,08	0,03	16,97	68,45			2,25		5,12	6,81	2,25	0,12
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
	Итого по подменю:		26,59	32,86	75,26	705,44	0,37	0,30	34,30	65,6	137,18	420,90	113,42	5,85
	ПОЛДНИК													
531 СБ 2012Г	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ.,	150	6,00	2,25	21,45	130,05	0,05	0,23	0,90	15,0	186,00	142,50	22,50	0,15
274 СБ 2004	СУШКА ГОРЧИЧНАЯ	ШТ	0,96	0,11	6,41	30,51	0,01				2,16	8,19	1,62	0,14
	Итого по подменю:		6,96	2,36	27,86	160,56	0,06	0,23	0,90	15,0	188,16	150,69	24,12	0,29
	УЖИН													

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	Mg	Fe
133 СБ 2012Г	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	1,16	4,86	6,91	76,04	0,03	0,03	8,70		21,73	30,70	14,98	0,89
346 СБ 2012Г	СУФЛЕ РЫБНОЕ,,	50	9,75	5,96	4,16	109,47	0,08	0,15	0,68	52,8	66,53	161,54	31,51	0,67
148 СБ 2016г	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	150	2,42	12,37	14,38	178,98	0,10	0,08	28,23	30,4	39,57	66,19	29,23	1,05
506 СБ 2012Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7	0,06	0,01	11,44	47,29			2,80		3,18	1,57	0,86	0,08
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
	Итого по подменю:		14,97	23,40	46,41	458,98	0,23	0,27	40,41	83,2	135,01	273,00	79,38	2,91
	Итого за день: 0,00 руб.		59,62	68,66	221,64	1749,23	0,80	1,09	79,69	232,5	754,72	1083,84	254,44	11,24

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

СанПиН Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	26,43	21,36	24,19	23,73
Второй завтрак (5 %)			11,33	6,57
Обед (35 %)	63,31	69,91	37,07	50,39
Полдник (15 %)	16,57	5,02	13,72	11,47
Ужин (20 %)	35,64	49,79	22,86	32,78
Итого за день (85 - 105 %)	141,95	146,09	109,18	124,95

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:1,2:3,7

Директор _____ ***/Яксун В.В./*** ***Зав. производ.*** _____ / / ***Калькулятор*** _____ ***/ Амаева В.Р.***

"Согласовано"

_____ //

ИП Яксун В.В.

День 2

Примерное Меню (1-3 года)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
109 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ НА БАТОНЕ*	20/10	1,70	0,28	16,98	77,16	0,02	0,01	0,05		5,20	13,90	3,30	0,37
275 СБ 2012Г	КАША "ДРУЖБА"	150	3,98	7,25	21,15	166,26	0,08	0,13	0,99	39,3	98,67	107,01	23,25	0,45
507 СБ 2012Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ).	180	1,31	1,13	15,69	78,44	0,02	0,07	0,59	9,0	54,46	40,54	6,33	0,09
	Итого по подменю:		6,99	8,66	53,82	321,86	0,12	0,21	1,63	48,3	158,33	161,45	32,88	0,91
	2-ОЙ ЗАВТРАК													
126 СБ 2012Г	ЯБЛОКИ,.	ШТ	0,52	0,52	12,74	57,72	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20
	Итого по подменю:		0,52	0,52	12,74	57,72	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20
	ОБЕД													
310 СБ 2012Г	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	шт	0,31	0,28	0,02	3,78		0,01		6,0	8,68	6,12	0,74	0,12
121 СБ 2012Г	ОГУРЧИК СОЛЕНЫЙ*	40	0,32	0,04	0,68	4,36	0,01	0,01	1,50		6,90	7,20	4,20	0,18
161 СБ 2012Г	СУП КАРТОФ.С М/ИЗД,МЯСН.ФРИКАД.	20/180	2,07	2,13	14,97	87,49	0,09	0,05	11,88		13,15	46,21	17,45	0,73
422 СБ 2012Г	БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ*,	60	9,65	7,66	6,02	132,28	0,06	0,09	1,09	20,8	35,76	94,08	12,69	0,79
435 СБ 2012Г	КАПУСТА ТУШЕНАЯ,.*	110	2,65	4,25	11,36	94,29	0,05	0,06	57,74	19,8	66,29	49,16	24,92	0,94
526 СБ 2012Г	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ..	150	0,78	0,04	18,87	79,71	0,02	0,04	0,80		32,45	29,20	21,00	0,69
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
	Итого по подменю:		17,36	14,52	60,84	446,15	0,26	0,27	73,01	46,6	168,52	256,35	86,75	4,16
	ПОЛДНИК													
529 СБ 2012Г	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ.	180	5,22	4,50	8,64	97,20	0,07	0,27	2,34	36,0	216,00	162,00	25,20	0,18
604 СБ 2012Г	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ..	2ШТ	2,04	2,71	16,73	99,48	0,03	0,01		15,6	10,80	20,88	37,92	0,24
	Итого по подменю:		7,26	7,21	25,37	196,68	0,10	0,28	2,34	51,6	226,80	182,88	63,12	0,42
	УЖИН													

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	В1	В2	С	А, мкг	Ca	P	Mg	Fe
42 СБ 2016Г.	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ.(Т)	60	0,75	0,06	6,97	32,13	0,04	0,04	2,88		15,64	31,68	21,89	0,41
323 СБ 2012Г	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛ.СГУЩ.	130/20	30,78	8,16	33,44	330,57	0,09	0,41	0,86	57,8	254,95	310,18	42,52	0,66
479 СБ 2018	КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ,(2018)	150	0,16	0,06	17,51	72,26	0,01	0,01	30,00		8,42	10,11	4,65	0,23
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
	Итого по подменю:		33,27	8,48	67,44	482,16	0,16	0,47	33,74	57,8	283,01	364,97	71,86	1,52
	Итого за день: 0,00 руб.		65,40	39,39	220,21	1504,57	0,67	1,25	120,72	204,4	852,66	976,65	263,61	9,21

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

СанПиН Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	16,64	18,43	26,51	22,99
Второй завтрак (5 %)	1,24	1,11	6,28	4,12
Обед (35 %)	41,33	30,89	29,97	31,87
Полдник (15 %)	17,29	15,34	12,50	14,05
Ужин (20 %)	79,21	18,04	33,22	34,44
Итого за день (85 - 105 %)	155,71	83,81	108,48	107,47

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,6:3,4

Директор _____ ***/Яксун В.В./*** ***Зав. производ.*** _____ ***/ /*** ***Калькулятор*** _____ ***/ Амаева В.Р.***

"Согласовано"

_____ //

ИП Яксун В.В.

День 3

Примерное Меню (1-3 года)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
104 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ НА БАТОНЕ (2-Й ВАР)	30/10	5,05	3,03	15,72	110,23	0,04	0,05	0,07	23,0	95,70	78,50	8,90	0,45
284 СБ 2012Г	КАША "ЯНТАРНАЯ" (ПШЕНО С ЯБЛОКАМИ)	150	6,31	9,15	29,60	226,59	0,17	0,16	2,69	51,0	125,21	157,95	39,33	1,27
515 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-Й ВАРИАНТ)..	150	1,09	0,95	13,03	65,27	0,02	0,08	0,65	10,0	60,45	45,00	7,00	0,10
	Итого по подменю:		12,45	13,13	58,35	402,09	0,23	0,29	3,41	84,0	281,36	281,45	55,23	1,82
	2-ОЙ ЗАВТРАК													
532 СБ 2012Г	СОК ПОРЦ..*	200			23,00	92,00	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
	Итого по подменю:				23,00	92,00	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
	ОБЕД													
79 СБ 2012Г	САЛАТ КАРТОФ.С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ	40	0,66	2,11	4,65	40,38	0,04	0,03	6,83		9,45	19,68	9,17	0,34
165 СБ 2012Г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ(ГОРБУША)*.	180	10,36	6,28	14,89	157,61	0,19	0,15	18,56	35,4	25,11	144,69	35,44	1,22
408 СБ 2012Г	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ,	70/30	19,48	14,81	8,26	244,43	0,32	2,30	34,38	8458,0	53,27	353,84	23,42	7,22
442 СБ 2012Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ,	110	2,15	5,03	13,49	108,68	0,11	0,10	14,02	23,6	33,00	73,93	36,67	0,93
495 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (2018)	150	0,33	0,02	16,34	66,79		0,01	0,30		16,88	11,55	4,50	0,92
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
	Итого по подменю:		36,14	28,57	76,07	709,33	0,71	2,61	74,09	8517,1	147,00	641,07	117,75	11,56
	ПОЛДНИК													
530 СБ 2012Г	РЯЖЕНКА	150	4,35	6,00	6,00	95,40	0,03	0,20	0,45	45,0	186,00	138,00	21,00	0,15
572 СБ 2012Г	БУЛОЧКА "АЛТАЙСКАЯ"	60	5,39	0,77	33,13	161,08	0,09	0,03	0,23	2,7	12,41	49,67	10,04	0,67
	Итого по подменю:		9,74	6,77	39,13	256,48	0,12	0,23	0,68	47,7	198,41	187,67	31,04	0,82
	УЖИН													

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
69 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	60	0,83	6,05	4,84	77,13	0,01	0,02	5,43		20,52	23,64	11,97	0,76
417 СБ 2012Г	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ.	150	13,42	15,35	13,92	247,81	0,16	0,16	17,49	24,6	22,69	153,83	35,45	1,65
534 СБ 2012Г	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	150	0,08	0,03	11,53	46,70			2,25		2,43	1,65	2,25	0,12
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
	Итого по подменю:		17,49	21,75	48,73	463,08	0,22	0,20	25,17	24,6	54,93	216,50	58,22	3,46
	Итого за день: 0,00 руб.		75,82	70,22	245,28	1922,98	1,29	3,34	105,35	8673,5	688,70	1333,69	266,24	19,06

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

СанПиН Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	29,64	27,94	28,74	28,72
Второй завтрак (5 %)			11,33	6,57
Обед (35 %)	86,05	60,79	37,47	50,67
Полдник (15 %)	23,19	14,40	19,28	18,32
Ужин (20 %)	41,64	46,28	24,00	33,08
Итого за день (85 - 105 %)	180,52	149,40	120,83	137,36

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,9:3,2

Директор _____ ***/Яксун В.В./*** ***Зав. производ.*** _____ ***/ /*** ***Калькулятор*** _____ ***/ Амаева В.Р.***

"Согласовано"

ИП Яксун В.В.

День 4

Примерное Меню (1-3 года)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
107 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ	20/5	1,69	4,41	10,52	88,39	0,02	0,01		20,0	5,00	14,50	2,60	0,25
283 СБ 2012Г	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ЖИДКАЯ)	150	4,20	5,50	25,06	167,15	0,05	0,15	1,15	32,5	111,26	115,86	24,07	0,36
508 СБ 2012Г	КАКАО С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ).	150	2,72	2,21	15,06	91,55	0,04	0,16	1,30	20,0	124,29	109,65	26,75	0,81
	Итого по подменю:		8,61	12,12	50,64	347,09	0,11	0,32	2,45	72,5	240,55	240,01	53,42	1,42
2-ОЙ ЗАВТРАК														
126 СБ 2012Г	АПЕЛЬСИНЫ	ШТ	1,98	0,44	17,82	83,16	0,09	0,07	132,00		74,80	50,60	28,60	0,66
	Итого по подменю:		1,98	0,44	17,82	83,16	0,09	0,07	132,00		74,80	50,60	28,60	0,66
ОБЕД														
58 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	60	0,96	6,05	1,95	66,13	0,01	0,01	15,18		25,19	18,67	8,62	0,34
157 СБ 2012Г	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	1,80	19,34	9,05	217,69	0,07	0,06	19,68	23,0	29,89	47,42	18,69	0,65
301 СБ 2018Г	РЫБА,ЗАПЕЧЕННАЯ С ЯЙЦОМ.(2018)	100	16,76	4,95	8,16	144,20	0,13	0,16	1,75	41,5	50,65	250,83	53,03	1,27
441 СБ 2012Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ.,	110	2,35	4,86	15,90	117,07	0,12	0,10	18,70	23,1	30,23	69,93	23,56	0,86
533 СБ 2012Г	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,51	0,21	18,42	77,62	0,01	0,05	150,00		9,34	2,55	2,55	0,48
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
	Итого по подменю:		23,96	35,53	62,40	666,95	0,37	0,39	205,31	87,6	150,59	413,78	112,20	4,31
ПОЛДНИК														
530 СБ 2012Г	КЕФИР.	180	5,22	4,50	7,20	90,18	0,07	0,31	1,26	36,0	216,00	162,00	25,20	0,18
566 СБ 2012Г	ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ С ЯЙЦОМ	60	5,75	2,37	29,39	161,87	0,08	0,08	0,01	33,5	18,38	61,09	8,38	0,80
	Итого по подменю:		10,97	6,87	36,59	252,05	0,15	0,39	1,27	69,5	234,38	223,09	33,58	0,98
УЖИН														
42 СБ 2016Г.	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ.,(Т)	40	0,50	0,04	4,65	21,42	0,02	0,03	1,92		10,43	21,12	14,59	0,28

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
254 СБ 2016 Г	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ,*	110/30	20,58	8,69	32,97	292,40	0,07	0,30	2,99	66,6	200,06	231,20	32,10	1,16
459 СБ 2018Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ.(2018)	180/7	0,06	0,01	9,25	37,33			2,80		3,12	1,58	0,87	0,07
125 СБ 2012Г	БАТОН	30	2,49	0,42	15,72	76,50	0,03	0,01			5,70	19,50	3,90	0,36
	Итого по подменю:		23,63	9,16	62,59	427,65	0,12	0,34	7,71	66,6	219,31	273,40	51,46	1,87
	Итого за день: 0,00 руб.		69,15	64,12	230,04	1776,90	0,84	1,51	348,74	296,3	919,63	1200,88	279,26	9,24

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

СанПиН Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	20,50	25,79	24,95	24,79
Второй завтрак (5 %)	4,71	0,94	8,78	5,94
Обед (35 %)	57,05	75,60	30,74	47,64
Полдник (15 %)	26,12	14,62	18,02	18,00
Ужин (20 %)	56,26	19,49	30,83	30,55
Итого за день (85 - 105 %)	164,64	136,43	113,32	126,92

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,9:3,3

Директор _____ ***/Яксун В.В./*** ***Зав. производ.*** _____ ***/ /*** ***Калькулятор*** _____ ***/ Амаева В.Р.***

"Согласовано"

ИП Яксун В.В. _____ //

День 5

Примерное Меню (1-3 года)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
109 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ НА БАТОНЕ.*	20/8	1,69	0,28	15,68	71,93	0,02	0,01	0,04		4,92	13,72	3,16	0,34
180 СБ 2012Г	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ*	150	4,37	3,40	14,70	107,63	0,08	0,22	1,82	32,0	171,33	140,22	22,16	0,40
514 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)	150	2,18	1,88	14,78	85,32	0,03	0,11	0,98	15,0	90,34	67,50	10,50	0,11
	Итого по подменю:		8,24	5,56	45,16	264,88	0,13	0,34	2,84	47,0	266,59	221,44	35,82	0,85
	2-ОЙ ЗАВТРАК													
532 СБ 2012Г	СОК ПОРЦ..*	200			23,00	92,00	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
	Итого по подменю:				23,00	92,00	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
	ОБЕД													
121 СБ 2012Г	ОГУРЧИК СОЛЕНЫЙ*	40	0,32	0,04	0,68	4,36	0,01	0,01	1,50		6,90	7,20	4,20	0,18
142 СБ 2012Г	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ.	180	1,49	3,00	9,24	70,10	0,04	0,05	14,42	10,8	32,93	40,70	18,21	0,83
374 СБ 2012Г	МЯСО ТУШЕНОЕ,*	30/30	9,49	11,37	1,34	145,50	0,04	0,08	1,16		6,48	98,37	13,28	1,43
212 СБ 2012Г	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ*	120	3,16	9,10	11,25	140,34	0,08	0,13	17,75	46,8	80,83	87,75	29,02	0,70
488 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ И ЯБЛОК,(2018)	150	0,38	0,17	12,66	53,71	0,02	0,02	20,80		14,91	9,98	6,42	0,73
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
	Итого по подменю:		16,42	23,80	44,09	458,25	0,22	0,30	55,63	57,6	147,34	268,38	76,88	4,58
	ПОЛДНИК													
529 СБ 2012Г	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ.	180	5,22	4,50	8,64	97,20	0,07	0,27	2,34	36,0	216,00	162,00	25,20	0,18
556 СБ 2012Г	ПИРОЖКИ,ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ	60	3,31	2,42	36,53	181,12	0,05	0,03	0,13	7,5	11,59	33,51	6,68	0,75
	Итого по подменю:		8,53	6,92	45,17	278,32	0,12	0,30	2,47	43,5	227,59	195,51	31,88	0,93
	УЖИН													
310 СБ 2012Г	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	шт	0,31	0,28	0,02	3,78		0,01		6,0	8,68	6,12	0,74	0,12

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	Mg	Fe
420 СБ 2012Г	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР,	50	8,43	6,83	4,26	112,72	0,05	0,09	0,88	27,7	27,25	83,62	10,50	0,73
435 СБ 2012Г	КАПУСТА ТУШЕНАЯ,.*	110	2,65	4,25	11,36	94,29	0,05	0,06	57,74	19,8	66,29	49,16	24,92	0,94
457 СБ 2018Г	ЧАЙ С САХАРОМ	200			15,04	60,15					0,51	0,04	0,03	0,05
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
	Итого по подменю:		14,55	11,68	49,12	362,38	0,15	0,18	58,62	53,5	112,02	176,32	44,74	2,77
	Итого за день: 0,00 руб.		47,74	47,96	206,54	1455,83	0,63	1,13	121,56	201,7	760,54	868,65	193,32	10,53

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

СанПиН Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	19,62	11,83	22,25	18,92
Второй завтрак (5 %)			11,33	6,57
Обед (35 %)	39,10	50,64	21,72	32,73
Полдник (15 %)	20,31	14,72	22,25	19,88
Ужин (20 %)	34,64	24,85	24,20	25,88
Итого за день (85 - 105 %)	113,67	102,04	101,74	103,99

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:1,0:4,3

Директор _____ ***/Яксун В.В./*** ***Зав. производ.*** _____ ***/ /*** ***Калькулятор*** _____ ***/ Амаева В.Р.***

"Согласовано"

_____ //

ИП Яксун В.В.

День 6

Примерное Меню (1-3 года)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
104 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ НА БАТОНЕ (2-Й ВАР)	30/10	5,05	3,03	15,72	110,23	0,04	0,05	0,07	23,0	95,70	78,50	8,90	0,45
270 СБ 2012Г	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,74	4,97	27,16	176,90	0,12	0,15	1,07	28,5	131,55	190,42	28,51	0,73
507 СБ 2012Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ).	180	1,31	1,13	15,69	78,44	0,02	0,07	0,59	9,0	54,46	40,54	6,33	0,09
	Итого по подменю:		12,10	9,13	58,57	365,57	0,18	0,27	1,73	60,5	281,71	309,46	43,74	1,27
	2-ОЙ ЗАВТРАК													
126 СБ 2012Г	ЯБЛОКИ,.	ШТ	0,52	0,52	12,74	57,72	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20
	Итого по подменю:		0,52	0,52	12,74	57,72	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20
	ОБЕД													
59 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ КВ.КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ,	40	0,43	4,08	2,21	47,27	0,01	0,01	7,64		12,22	8,08	4,68	0,48
174 СБ 2012Г	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ..	180/10	4,96	5,04	25,05	166,85	0,14	0,16	15,40	27,0	88,43	114,85	29,53	0,96
391 СБ 2012Г	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	13,32	14,27	10,93	226,00	0,06	0,12	0,21	22,8	31,15	138,31	17,51	1,82
432 СБ 2012Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ,	110	4,14	4,57	26,41	163,31	0,06	0,02		19,8	15,18	35,43	6,40	0,66
495 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (2018)	150	0,33	0,02	16,34	66,79		0,01	0,30		16,88	11,55	4,50	0,92
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
	Итого по подменю:		24,76	28,10	89,86	714,46	0,30	0,33	23,55	69,6	169,15	332,60	68,37	5,55
	ПОЛДНИК													
530 СБ 2012Г	РЯЖЕНКА	150	4,35	6,00	6,00	95,40	0,03	0,20	0,45	45,0	186,00	138,00	21,00	0,15
274 СБ 2004	СУШКА ГОРЧИЧНАЯ	ШТ	0,96	0,11	6,41	30,51	0,01				2,16	8,19	1,62	0,14
	Итого по подменю:		5,31	6,11	12,41	125,91	0,04	0,20	0,45	45,0	188,16	146,19	22,62	0,29
	УЖИН													
69 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	60	0,83	6,05	4,84	77,13	0,01	0,02	5,43		20,52	23,64	11,97	0,76

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
408 СБ 2012Г	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60/30	16,85	12,97	7,48	214,21	0,28	1,98	29,53	7252,6	51,95	307,66	20,77	6,20
144 СБ 2016Г	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ,.	110	2,52	8,03	18,11	155,05	0,13	0,09	21,10	18,7	23,00	72,26	27,10	1,02
460 СБ 2018Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ (2018)	150	1,09	0,94	9,34	50,39	0,02	0,06	0,49	7,5	45,27	33,78	5,27	0,06
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
	Итого по подменю:		24,45	28,31	58,21	588,22	0,49	2,17	56,55	7278,8	150,03	474,72	73,66	8,97
	Итого за день: 0,00 руб.		67,14	72,17	231,79	1851,88	1,04	2,99	92,28	7453,9	805,05	1273,97	217,39	18,28

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

СанПиН Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	28,81	19,43	28,85	26,11
Второй завтрак (5 %)	1,24	1,11	6,28	4,12
Обед (35 %)	58,95	59,79	44,27	51,03
Полдник (15 %)	12,64	13,00	6,11	8,99
Ужин (20 %)	58,21	60,23	28,67	42,02
Итого за день (85 - 105 %)	159,86	153,55	114,18	132,28

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:1,1:3,5

Директор _____ ***/Яксун В.В./*** ***Зав. производ.*** _____ ***/ /*** ***Калькулятор*** _____ ***/ Амаева В.Р.***

"Согласовано"

ИП Яксун В.В.

День 7

Примерное Меню (1-3 года)

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	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
107 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ	20/5	1,69	4,41	10,52	88,39	0,02	0,01		20,0	5,00	14,50	2,60	0,25
283 СБ 2012Г	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (ЖИДКАЯ)	150	4,20	5,50	25,06	167,15	0,05	0,15	1,15	32,5	111,26	115,86	24,07	0,36
515 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-Й ВАРИАНТ).	180	1,31	1,13	15,63	78,32	0,02	0,08	0,65	10,0	60,45	45,00	7,00	0,10
	Итого по подменю:		7,20	11,04	51,21	333,86	0,09	0,24	1,80	62,5	176,71	175,36	33,67	0,71
	2-ОЙ ЗАВТРАК													
126 СБ 2012Г	МАНДАРИН..	ШТ	1,04	0,26	9,75	45,50	0,05	0,02	30,40		28,00	13,60	8,80	0,08
	Итого по подменю:		1,04	0,26	9,75	45,50	0,05	0,02	30,40		28,00	13,60	8,80	0,08
	ОБЕД													
121 СБ 2012Г	ОГУРЧИК СОЛЕНЫЙ*	40	0,32	0,04	0,68	4,36	0,01	0,01	1,50		6,90	7,20	4,20	0,18
156 сб 2012г	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ.	180	1,54	3,03	6,86	60,99	0,05	0,05	22,73	10,8	34,20	38,75	16,70	0,59
396 СБ 2012	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЯЙЦОМ(ПАРОВОЙ).*	70	11,89	7,76	4,48	135,74	0,07	0,22		81,8	23,82	179,15	18,82	2,52
441 СБ 2012Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,21	6,59	21,67	159,27	0,16	0,13	25,49	31,3	45,99	96,32	32,42	1,21
521 СБ 2012Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,12	0,12	14,12	58,03	0,01	0,01	3,00		5,14	3,30	2,70	0,69
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
	Итого по подменю:		20,24	17,78	65,65	506,87	0,33	0,43	52,72	123,9	121,34	349,10	80,59	5,90
	ПОЛДНИК													
530 СБ 2012Г	КЕФИР.	180	5,22	4,50	7,20	90,18	0,07	0,31	1,26	36,0	216,00	162,00	25,20	0,18
604 СБ 2012Г	ПЕЧЕНЬЕ СУХОЕ..	ШТ	0,85	1,13	6,97	41,45	0,01	0,01		6,5	4,10	8,70	1,50	0,10
	Итого по подменю:		6,07	5,63	14,17	131,63	0,08	0,32	1,26	42,5	220,10	170,70	26,70	0,28
	УЖИН													
42 СБ 2016Г.	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ.,(Т)	40	0,50	0,04	4,65	21,42	0,02	0,03	1,92		10,43	21,12	14,59	0,28

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
330 СБ 2012Г	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГ.МОЛОКОМ,,	130/30	30,34	7,52	45,79	372,18	0,10	0,37	0,53	47,1	242,40	303,72	41,56	0,77
459 СБ 2018Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ.(2018)	180/7	0,06	0,01	9,25	37,33			2,80		3,12	1,58	0,87	0,07
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
	Итого по подменю:		32,48	7,77	69,21	478,13	0,14	0,41	5,25	47,1	259,95	339,42	59,82	1,34
	Итого за день: 0,00 руб.		67,03	42,48	209,99	1495,99	0,69	1,42	91,43	276,0	806,10	1048,18	209,58	8,31

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

СанПиН Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	17,14	23,49	25,23	23,85
Второй завтрак (5 %)	2,48	0,55	4,80	3,25
Обед (35 %)	48,19	37,83	32,34	36,21
Полдник (15 %)	14,45	11,98	6,98	9,40
Ужин (20 %)	77,33	16,53	34,09	34,15
Итого за день (85 - 105 %)	159,60	90,38	103,44	106,86

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,6:3,1

Директор _____ ***/Яксун В.В./*** ***Зав. производ.*** _____ / / ***Калькулятор*** _____ ***/ Амаева В.Р.***

"Согласовано"

_____ //

ИП Яксун В.В.

День 8

Примерное Меню (1-3 года)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
105 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С СЫРОМ Н/Б (1-Й ВАРИАНТ)	20/10	4,22	2,89	10,48	84,73	0,03	0,04	0,07	23,0	93,80	72,00	7,60	0,33
279 СБ 2012Г	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ (ЖИДКАЯ)	150	5,49	5,29	27,90	181,70	0,12	0,15	0,98	29,8	105,21	147,36	28,63	1,43
514 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)	200	2,90	2,51	19,77	114,02	0,04	0,15	1,30	20,0	120,45	90,00	14,00	0,15
	Итого по подменю:		12,61	10,69	58,15	380,45	0,19	0,34	2,35	72,8	319,46	309,36	50,23	1,91
	2-ОЙ ЗАВТРАК													
532 СБ 2012Г	СОК ПОРЦ..*	200			23,00	92,00	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
	Итого по подменю:				23,00	92,00	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
	ОБЕД													
82 СБ 2012Г	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	40	1,11	2,86	4,10	46,73	0,04	0,04	4,79	8,0	7,67	26,46	9,83	0,36
146 СБ 2012Г	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ,	180	1,82	3,14	11,05	80,01	0,08	0,06	19,62	10,8	26,73	51,52	21,05	0,77
346 СБ 2012Г	СУФЛЕ РЫБНОЕ,,	50	9,75	5,96	4,16	109,47	0,08	0,15	0,68	52,8	66,53	161,54	31,51	0,67
334 СБ 2016 Г	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ,.	110	4,30	5,76	21,68	155,89	0,16	0,05	1,65	18,0	36,42	122,33	48,17	1,43
526 СБ 2012Г	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ..	150	0,78	0,04	18,87	79,71	0,02	0,04	0,80		32,45	29,20	21,00	0,69
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
	Итого по подменю:		20,92	18,00	77,70	560,29	0,41	0,35	27,54	89,6	175,09	415,43	137,31	4,63
	ПОЛДНИК													
529 СБ 2012Г	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ.	180	5,22	4,50	8,64	97,20	0,07	0,27	2,34	36,0	216,00	162,00	25,20	0,18
587 СБ 2012Г	"ГРЕБЕШОК" ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	60	4,35	3,18	35,74	188,95	0,07	0,04	0,06	6,2	11,96	41,55	7,49	0,70
	Итого по подменю:		9,57	7,68	44,38	286,15	0,14	0,31	2,40	42,2	227,96	203,55	32,69	0,88
	УЖИН													
475 СБ 2012	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ,	40	0,79	4,02	4,65	57,97	0,03	0,02	7,10		6,68	15,50	7,84	0,37

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	В1	В2	С	А, мкг	Ca	P	Mg	Fe
387 СБ 2012Г	КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ	150	19,87	15,28	21,42	302,95	0,20	0,23	24,80	37,5	38,13	240,85	48,24	3,59
454 СБ 2012Г	СОУС СМЕТАННЫЙ ПОРЦ.	30	0,47	2,88	1,07	32,09	0,01	0,02	0,05	25,5	13,22	9,87	1,32	0,04
479 СБ 2018	КИСЕЛЬ ИЗ СМОРОДИНЫ,(2018)	150	0,16	0,06	17,51	72,26	0,01	0,01	30,00		8,42	10,11	4,65	0,23
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
	Итого по подменю:		24,45	22,56	63,09	556,71	0,30	0,30	61,95	63,0	75,74	313,71	70,60	5,16
	Итого за день: 0,00 руб.		67,55	58,93	266,32	1875,60	1,05	1,31	96,24	267,6	805,25	1249,05	294,83	13,98

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

СанПиН Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	30,02	22,74	28,65	27,18
Второй завтрак (5 %)			11,33	6,57
Обед (35 %)	49,81	38,30	38,28	40,02
Полдник (15 %)	22,79	16,34	21,86	20,44
Ужин (20 %)	58,21	48,00	31,08	39,77
Итого за день (85 - 105 %)	160,83	125,38	131,19	133,97

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,9:3,9

Директор _____ ***/Яксун В.В./*** ***Зав. производ.*** _____ ***/ /*** ***Калькулятор*** _____ ***/ Амаева В.Р.***

"Согласовано"

_____ //

ИП Яксун В.В.

День 9

Примерное Меню (1-3 года)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
109 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ НА БАТОНЕ.*	20/8	1,69	0,28	15,68	71,93	0,02	0,01	0,04		4,92	13,72	3,16	0,34
263 СБ 2012Г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ (ВЯЗКАЯ)	150	6,93	8,06	25,46	202,65	0,19	0,19	3,68	39,0	101,16	181,50	85,63	2,62
508 СБ 2012Г	КАКАО С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ).,	180	3,27	2,66	18,07	109,86	0,04	0,16	1,30	20,0	124,29	109,65	26,75	0,81
	Итого по подменю:		11,89	11,00	59,21	384,44	0,25	0,36	5,02	59,0	230,37	304,87	115,54	3,77
2-ОЙ ЗАВТРАК														
126 СБ 2012Г	ЯБЛОКИ,.	ШТ	0,52	0,52	12,74	57,72	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20
	Итого по подменю:		0,52	0,52	12,74	57,72	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20
ОБЕД														
71 СБ 2012Г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛЕН.ГОРОШКОМ	40	0,78	4,05	2,56	50,10	0,03	0,02	2,70		9,14	22,10	11,72	0,27
145 СБ 2012Г	СВЕКОЛЬНИК..	180	1,78	2,76	12,56	82,34	0,06	0,06	13,11	18,0	46,28	55,28	23,45	1,20
399 СБ 2012Г	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ.	70	10,86	7,66	6,25	137,86	0,05	0,08	2,31	15,4	25,08	114,54	15,95	11,01
435 СБ 2012Г	КАПУСТА ТУШЕНАЯ,.*	110	2,65	4,25	11,36	94,29	0,05	0,06	57,74	19,8	66,29	49,16	24,92	0,94
495 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (2018)	150	0,33	0,02	16,34	66,79		0,01	0,30		16,88	11,55	4,50	0,92
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
	Итого по подменю:		19,56	19,06	67,51	522,82	0,24	0,25	76,16	53,2	172,96	290,01	89,09	15,27
ПОЛДНИК														
530 СБ 2012Г	РЯЖЕНКА	150	4,35	6,00	6,00	95,40	0,03	0,20	0,45	45,0	186,00	138,00	21,00	0,15
602 СБ 2012Г	ВАФЛИ ,	ШТ	0,56	0,66	15,46	70,03	0,01	0,01		0,5	4,00	14,00	2,50	0,38
	Итого по подменю:		4,91	6,66	21,46	165,43	0,04	0,21	0,45	45,5	190,00	152,00	23,50	0,53
УЖИН														

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
310 СБ 2012Г	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	шт	0,31	0,28	0,02	3,78		0,01		6,0	8,68	6,12	0,74	0,12
252 СБ 2016Г	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ.,	130	18,42	7,72	31,51	269,65	0,07	0,26	1,63	32,5	128,08	180,13	31,46	0,67
493 СБ 2012 Г	МОЛОКО СГУЩЕНОЕ.	20	1,44	1,70	11,20	65,86	0,02	0,05	0,30	7,5	95,10	68,70	10,20	0,06
506 СБ 2012Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	15,25	62,53			2,80		3,31	1,58	0,87	0,09
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
	Итого по подменю:		23,39	9,95	75,82	490,30	0,12	0,33	4,73	46,0	240,46	280,91	49,02	1,65
	Итого за день: 0,00 руб.		60,27	47,19	236,74	1620,71	0,68	1,17	96,36	203,7	849,79	1038,79	286,15	23,42

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

СанПиН Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	28,31	23,40	29,17	27,46
Второй завтрак (5 %)	1,24	1,11	6,28	4,12
Обед (35 %)	46,57	40,55	33,26	37,34
Полдник (15 %)	11,69	14,17	10,57	11,82
Ужин (20 %)	55,69	21,17	37,35	35,02
Итого за день (85 - 105 %)	143,50	100,40	116,62	115,77

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:0,8:3,9

Директор _____ ***/Яксун В.В./*** ***Зав. производ.*** _____ ***/ /*** ***Калькулятор*** _____ ***/ Амаева В.Р.***

"Согласовано"

ИП Яксун В.В. _____ //

День 10

Примерное Меню (1-3 года)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
107 СБ 2012Г	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ НА БАТОНЕ	20/5	1,69	4,41	10,52	88,39	0,02	0,01		20,0	5,00	14,50	2,60	0,25
282 СБ 2012Г	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ (ЖИДКАЯ)	150	5,90	6,14	27,70	190,31	0,16	0,14	1,09	31,6	112,11	147,06	36,79	0,93
515 СБ 2012Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (2-Й ВАРИАНТ)..	150	1,09	0,95	13,03	65,27	0,02	0,08	0,65	10,0	60,45	45,00	7,00	0,10
	Итого по подменю:		8,68	11,50	51,25	343,97	0,20	0,23	1,74	61,6	177,56	206,56	46,39	1,28
	2-ОЙ ЗАВТРАК													
532 СБ 2012Г	СОК ПОРЦ..*	200			23,00	92,00	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
	Итого по подменю:				23,00	92,00	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
	ОБЕД													
121 СБ 2012Г	ОГУРЧИК СОЛЕНЫЙ	30	0,24	0,03	0,51	3,27	0,01	0,01	1,50		6,90	7,20	4,20	0,18
168 СБ 2012Г	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ.	180	8,01	6,75	19,48	172,16	0,14	0,19	18,31	10,8	55,80	184,87	73,60	1,65
415 СБ 2012Г	КУРИЦА(ФИЛЕ) В СОУСЕ С ТОМАТОМ,.	50/30	11,71	15,09	2,48	192,69	0,01	0,02	1,95	28,9	10,83	13,22	4,61	0,19
432 СБ 2012Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ,	110	4,14	4,57	26,41	163,31	0,06	0,02		19,8	15,18	35,43	6,40	0,66
521 СБ 2012Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,12	0,12	14,12	58,03	0,01	0,01	3,00		5,14	3,30	2,70	0,69
122 СБ 2012Г	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
	Итого по подменю:		27,38	26,88	81,44	680,90	0,28	0,27	24,76	59,5	103,14	281,40	100,06	4,30
	ПОЛДНИК													
530 СБ 2012Г	КЕФИР.	180	5,22	4,50	7,20	90,18	0,07	0,31	1,26	36,0	216,00	162,00	25,20	0,18
557 СБ 2012Г	ПИРОЖКИ,ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ..	75	4,96	5,44	27,43	178,46	0,06	0,05	14,13	19,1	25,07	45,29	10,44	0,67
	Итого по подменю:		10,18	9,94	34,63	268,64	0,13	0,36	15,39	55,1	241,07	207,29	35,64	0,85
	УЖИН													

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
42 СБ 2016Г.	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ.,(Т)	40	0,50	0,04	4,65	21,42	0,02	0,03	1,92		10,43	21,12	14,59	0,28
355 СБ 2012Г	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕНЫЕ.,	60	7,34	3,46	6,50	87,10	0,07	0,08	1,81	23,6	35,94	117,59	26,82	0,61
441 СБ 2012Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ.,	110	2,35	4,86	15,90	117,07	0,12	0,10	18,70	23,1	30,23	69,93	23,56	0,86
457 СБ 2018Г	ЧАЙ С САХАРОМ	200			15,04	60,15					0,51	0,04	0,03	0,05
123 СБ 2012Г	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,03	0,01			5,29	24,38	5,75	0,71
	Итого по подменю:		13,35	8,60	59,93	374,22	0,24	0,22	22,43	46,7	82,40	233,06	70,75	2,51
	Итого за день: 0,00 руб.		59,59	56,92	250,25	1759,73	0,86	1,09	66,32	223,0	611,17	935,31	256,84	10,34

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

СанПиН Таблица 6	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак (20 %)	20,67	24,47	25,25	24,57
Второй завтрак (5 %)			11,33	6,57
Обед (35 %)	65,19	57,19	40,12	48,64
Полдник (15 %)	24,24	21,15	17,06	19,19
Ужин (20 %)	31,79	18,30	29,52	26,73
Итого за день (85 - 105 %)	141,88	121,11	123,28	125,70

Реальное соотношение Б:Ж:У = 1:1,0:4,2

Директор _____ ***/Яксун В.В./*** ***Зав. производ.*** _____ ***/ /*** ***Калькулятор*** _____ ***/ Амаева В.Р.***