



Составлено: *Виредисер*  
Заведующий *Молодежно-педагогическим центром*  
*В.И.У. Ригоревич*



Директор ООО  
*Жоринджо Е.Ю.*

10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 1-3 года

Меню составлено на основании:

- Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при образовательных учреждениях / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.: Хлебпродинформ, 2004. - 640с.
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся организаций образовательных учреждений / Под ред. В.Т. Лапшиной. - М.: Россия, НИИ ГИОЗ/ВНП / под редакцией член-корр. РАН, д.м.н., профессора В.Р. Кучмы - М.: Издательский центр «Детство», 2016. - 360 с.
- Сборник рецептур на производство для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2011. - 544с.
- Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276с. Скурехин И.М., Тутельян В.А.









Согласовано:  
Заведующий МЛОН  
*Венямина*



«Бизнес Консалтинг»  
Учредитель ООО  
Директор ООО  
И.А. Сердюченко Е.Ю.

10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 1-3 года

№ рец. по сбору	Наименование блюда	вес блюда 1-3 лет	Пищевые вещества/г			Энергет. ценность ккал 1-3 лет	Витамины (мг) с 1-3 лет
			Б 1-3 лет	Ж 1-3 лет	У 1-3 лет		
1	2						

День 2

Сборник рецептов М.П. Могильного и В.А. Тутельяна 2011, сборник рецептов под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г

Завтрак

№ рец.	наименование	вес блюда 1-3 лет	Пищевые вещества/г			Энергет. ценность ккал 1-3 лет	Витамины (мг) с 1-3 лет
			Б 1-3 лет	Ж 1-3 лет	У 1-3 лет		
54-19н/2022н	Суп молочный с макаронными изделиями	130	4,20	4,10	12,84	73,32	0,00
1/2017н	бутерброд с маслом	35	2,42	3,13	9,802	119	0
54-3н/2022н	чай с лимонком	180	0,20	0,10	13,90	55,80	1,12
	Итого	345	6,82	7,33	36,54	248,12	1,12
389/2017н	сорт овощей, фруктовые и ягоды	100	0,50	0,00	10,10	42,40	40,00
	Итого	100,0	0,5	0,0	10,1	42,4	40,0
	2-ой завтрак						
	Обед						
101/2004н	консервы закусовые овощные (пюре кабачковая)	30	0,24	1,4	1,48	19,4	1,05
54-1с/2022н	пир из сладкой капусты с картофелем и сметаной	150/5	1,35	3,58	6,15	63,30	5,34
295/2017н	котлеты рубленые из птицы	50	10,10	12,45	6,40	177,00	0,50
305/2017н	рис припущенный	110	2,64	6,60	26,18	146,63	0,60
330/2017н	соус сметанный	20	0,28	0,99	1,17	14,82	0,01
54-1нн/2022н	Компот из смеси сухофруктов с витаминами С	150	0,50	0,07	24,00	99,60	0,55
702	хлеб ржаной	20	1,27	0,20	8,20	39,60	0,00
701	хлеб пшеничный	20	1,20	0,50	4,90	30,94	0,00
	Итого	555	17,58	25,79	78,48	591,29	7,45
	Полдник						
430/2017н	булочка "Росийская"	60	4,22	4,81	29,22	177,00	0,00
54-4нн/2022н	чай с молоком	150	2,22	2,17	11,93	60,75	0
	Итого	210	6,44	6,98	41,15	237,75	0
	Всего за день	1210,0	31,3	40,1	166,3	1119,6	48,6
	Соль йодированная	3,0					
	Норма по СанПиН 75н-89		28,0-33,0	32,9-37,6	142,1-162,4	980-1120	





Согласовано  
Заведующий МКУО *Веня*



«Бизнес Консалтинг»  
Утверждено  
Директор ООО  
Журналист В.А. Тутельяна

10-ти дневное меню для воспитанников детского дошкольного учреждения возрастной группы 1-3 года

№ рецеп- по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 1-3 лет	Пищевые вещества/			Энергет. ценность ккал			Витамины (мг)		
			Б 1-3 лет	Ж 1-3 лет	У 1-3 лет	1-3 лет	1-3 лет	1-3 лет	1-3 лет	1-3 лет	

День 3

Завтрак

Сборник рецептов М.П. Могильного и В.А. Тутельяна 2011, сборник рецептов под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г

54-288/2022н	каша жидкая молочная из манной крупы	130	3,90	5,31	19,05	155,40	0,36
1/2017м	бутерброд с маслом	35	2,42	3,13	9,802	119	0
54-21м/2022н	какао с медом	150	3,45	3,75	24,15	88,95	0,72
	<b>Итого</b>	<b>315,0</b>	<b>9,8</b>	<b>12,2</b>	<b>53,0</b>	<b>363,4</b>	<b>1,1</b>
<b>2-ой завтрак</b>							
389/2017м	сок овощной, фруктовый и ягодный	100	0,50	0,00	10,10	42,40	40,00
	<b>Итого</b>	<b>100,0</b>	<b>0,5</b>	<b>0,0</b>	<b>10,1</b>	<b>42,4</b>	<b>40,0</b>

Обед

70/2017м	овощи по сезону	30	0,24	0,03	0,51	3,9	1,68
54-25с/2022н	суп картофельный с борщами (горюх)	150	3,29	3,16	9,92	88,95	4,27
292/2017м	пюре, тушеная в соусе с овоща	150	13,05	11,55	9,45	198	6,30
369/2017м	кисель из черники	150	0,05	0,03	17,28	83,70	1,35
702	хлеб ржаной	20	1,27	0,20	8,20	39,60	0,00
701	хлеб пшеничный	20	1,20	0,50	4,90	30,94	0,00
	<b>Итого</b>	<b>520</b>	<b>19,108</b>	<b>15,472</b>	<b>50,26</b>	<b>445,09</b>	<b>13,6</b>
<b>Полдник</b>							
406/2017м	пирожок с саргфелем и луком	60	3,60	1,84	21,32	128,00	0,03
54-3тм/2022н	чай с лимоном	180	0,20	0,10	13,90	55,80	1,12
	<b>Итого</b>	<b>240</b>	<b>3,80</b>	<b>1,94</b>	<b>35,22</b>	<b>183,80</b>	<b>1,15</b>
	<b>Всего на день</b>	<b>1175,0</b>	<b>33,2</b>	<b>29,6</b>	<b>148,6</b>	<b>1034,6</b>	<b>55,8</b>
	<b>Соль йодированная</b>	<b>3,0</b>					

Итого по СанПиН 755г.- 55г

29,4-33,6 32,9-37,6 1,42-1,65,4 980-1120





Сотласавана  
Заведучыня МДОУ  
*Веня*



Утверждено:  
Директор ООО  
«Бизнес Консалтинг»  
*А. Кортолюк*

10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 1-3 года

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 1-3 лет	Пищевые вещества/g			Энергет. ценность			Витамины (мг)		
			Б 1-3 лет	Ж 1-3 лет	У 1-3 лет	ккал 1-3 лет	с 1-3 лет	с 1-3 лет	с 1-3 лет		

День 4

**Завтрак**

Сборник рецептов М.И. Могильного и В.А. Тутельяна 2011, сборник рецептов под редакцией М.И. Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г

54-22ж/2022ж	Каша жидкая молочная овсяная «Геркулес»	130	4,68	6,98	20,88	176,45		0,36
3/2017ж	булгурброд с сахаром	42	4,9	18,2	12,46	131,88		0,04
54-2ж/2022ж	чай с сахаром	180	0,06	0,01	13,5	54		0,3
	<b>Итого</b>	<b>352</b>	<b>9,64</b>	<b>25,19</b>	<b>46,84</b>	<b>362,93</b>		<b>0,70</b>
389/2017ж	сок овощные, фруктовые и ягодные	160	0,50	0,00	10,10	42,40		40,00
	<b>Итого</b>	<b>100,0</b>	<b>0,5</b>	<b>0,0</b>	<b>10,1</b>	<b>42,4</b>		<b>40,0</b>

		Обед			Полдник		
54-13ж/2017ж	свекла отварная с растительным маслом	30	0,43	1,82	2,50	28,17	2,85
54-1ж/2022ж	Пиц из свежей капусты с картофелем и сметаной	155	1,35	3,58	6,15	63,30	5,34
171/2017ж	каши рассыпчатые гречневая	110	6,08	4,62	26,40	171,35	0,00
240/2017ж	фрикадельки рыбные	50	4,17	1,50	4,60	46,25	0,70
54-3сж/2022ж	сок томатный острый	20	0,66	0,48	1,78	14,16	0,20
54-5жж/2022ж	компот из свежих плодов с витамином С	150	0,12	0,12	20,91	85,95	0,675
702	клуб рапсов	20	1,27	0,20	8,20	39,60	0,00
701	хлеб пшеничный	20	1,20	0,50	4,90	30,94	0,00
	<b>Итого</b>	<b>555</b>	<b>15,28</b>	<b>12,82</b>	<b>75,44</b>	<b>479,72</b>	<b>10,07</b>

401/2017ж	опылья с повидлом	60	4,12	4,17	25,92	158,19	0,00
54-2ж/2022ж	чай с сахаром	180	0,06	0,01	13,5	54	0,3
	<b>Итого</b>	<b>240</b>	<b>4,18</b>	<b>4,18</b>	<b>39,42</b>	<b>212,19</b>	<b>0,30</b>
	<b>Всего на день</b>	<b>1247,0</b>	<b>29,6</b>	<b>42,2</b>	<b>171,8</b>	<b>1096,6</b>	<b>51,1</b>
	Соль йодированная	3,0					

Норма по СанПиН 75%+-5%

29,4-33,6	35,9-37,6	142,1-152,4	980-1120
-----------	-----------	-------------	----------





Сотрудники:  
Заведующий МЛР

*В.А. Тутельяна*  
Национальная  
СОДП



Утвержден  
Директор(ОСХ)

*Е.Ю. Коргоножко*  
БИЗНЕС КОНСАЛТИНГ  
№1  
ИПРА (ОСХУМ) КОМ  
АДРЕС: ПЕТРОВСКИЙ ПР. Д.15  
125080, МОСКВА

10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 1-3 года

№ реч. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда 1-3 лет	Пищевые вещества/г			Энергет. ценность ккал			Витамины (мг)		
			Б 1-3 лет	Ж 1-3 лет	У 1-3 лет	ккал 1-3 лет	с 1-3 лет	с 1-3 лет			

День 5

**Завтрак**

Сборник рецептов М.П. Могильного и В.А. Тутельяна 2011, сборник рецептов под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г

182/2017м	квашеная молочная пшенная	130	3,65	4,32	11,18	176,45	0,34
1/2017м	бутерброд с маслом	35	2,42	3,13	9,802	119	0
54-3лг/2022н	чай с лимоном	150	0,16	0,08	11,58	46,50	1,12
	<b>Итого</b>	<b>315,0</b>	<b>6,2</b>	<b>7,5</b>	<b>32,6</b>	<b>342,0</b>	<b>1,5</b>
<b>2-ой завтрак</b>							
389/2017м	соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50	0,09	10,10	42,40	40,00
	<b>Итого</b>	<b>100,0</b>	<b>0,5</b>	<b>0,0</b>	<b>10,1</b>	<b>42,4</b>	<b>40,0</b>

**Обед**

101/2004л	консервы закусочные овощные (икра кабачковая)	30	0,24	1,4	1,48	19,4	1,05
101/2017м	суп картофельный с крупой	150	1,50	1,80	10,98	67,80	5,88
54-1г/2022н	макаронные отварные с маслом	105	3,82	4,05	21,32	137,00	
297/2017м	фрикадельки из кур	50	7,45	5,70	6,45	107,50	3,37
330/2017м	соус сметанный	20	0,41	1,05	1,42	16,76	0,07
54-1хл/2022н	компот из смеси сухофруктов с витамином С	150	0,50	0,07	24,00	99,60	0,55
702	хлеб ржаной	20	1,27	0,20	8,20	39,60	0,90
701	хлеб пшеничный	20	1,20	0,50	4,90	30,94	0,90
	<b>Итого</b>	<b>545</b>	<b>16,39</b>	<b>14,77</b>	<b>78,75</b>	<b>518,6</b>	<b>10,915</b>

**Полдник**

218/2017м	вареники ленивые с мяском тушеным	120	16,27	8,74	24,86	243,00	0,39
54-2лг/2022н	чай с сахаром	180	0,06	0,01	13,5	54	0,3
	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>16,33</b>	<b>8,75</b>	<b>38,36</b>	<b>297,00</b>	<b>0,69</b>
	<b>Всего за день</b>	<b>1260,0</b>	<b>39,5</b>	<b>31,1</b>	<b>159,8</b>	<b>1200,0</b>	<b>53,1</b>
	<b>Соль водородная</b>	<b>3,0</b>					

Итого по СанПиН 75%+3%

29,4+33,6 32,9+37,6 142,1+162,4 980+1120





Согласовано:  
Заведующий ИЛЮ

*Веня*  
И.И. Веня



Утверждено в Бизнес-Консалтинг  
Директор ООО  
Д.Коробовский Е.Ю.

10-я дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 1-3 года

№ п/п по сбору	Наименование блюда	вес блюда 1-3 лет	Пищевые вещества/г			Энергет. ценность ккал		Витамины (мг)	
			Б 1-3 лет	Ж 1-3 лет	У 1-3 лет	1-3 лет	1-3 лет	с	1-3 лет

День 6

Завтрак

Сборник рецептов М.П. Могильного в В.А. Тутельяна 2011, сборник рецептов под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г

54-19м/2022г	Суп молочный с макаронными изделиями	130	4,20	4,10	12,84	73,32		0,00
1/2017м	Бульбурд с маслом	35	2,42	3,13	9,802	119		0
54-2гн/2022г	чай с сахаром	180	0,06	0,01	13,5	54		0,3
	<b>Итого</b>	<b>345,00</b>	<b>6,68</b>	<b>7,24</b>	<b>36,14</b>	<b>246,32</b>		<b>0,30</b>
338/2017м	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,10	9,80	47,00		40,00
	<b>Итого</b>	<b>100,0</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47,0</b>		<b>40,0</b>
70/2017м	овсин по сезону	30	0,24	0,03	0,51	3,9		1,68
54-6с/2022г	Суп картофельный с клецками	150	1,38	2,10	10,80	69,75		2,33
54-12м/2022г	плов из птицы	150	13,90	7,85	18,90	202,20		1,77
360/2017м	кнесь из говядины с витаминком С	150	0,05	0,03	17,28	83,70		1,35
702	хлеб ржаной	20	1,27	0,20	8,20	39,60		0,00
701	хлеб пшеничный	20	1,20	0,50	4,90	30,94		0,00
	<b>Итого</b>	<b>520</b>	<b>18,24</b>	<b>10,71</b>	<b>60,59</b>	<b>430,09</b>		<b>7,125</b>
430/2017м	булочка "Росси́йская"	60	4,22	4,81	29,22	177,00		0,00
54-4гн/2022г	чай с медом	150	2,22	2,17	11,93	60,75		0
	<b>Итого</b>	<b>210</b>	<b>6,44</b>	<b>6,98</b>	<b>41,15</b>	<b>237,75</b>		<b>0,00</b>
	<b>Всего на день</b>	<b>1175</b>	<b>32</b>	<b>25</b>	<b>148</b>	<b>961</b>		<b>47</b>
	<b>Соль, йодированная</b>	<b>3,0</b>						
	<b>Итого по СанПиН 75% к 5%</b>							
			294,33,6	93,937,6	142,110,4	980,120		



Согласовано  
 Директор МКОУ



Утверждено  
 Директор ООО



10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 1-3 года

№ рецептур по сбору	Наименование блюда	вес блюда 1-3 лет	Пищевые вещества/g		Энергет. ценности ккал		Витамины (мг)	
			Б 1-3 лет	Ж 1-3 лет	У 1-3 лет	с 1-3 лет		
2								

День 7

Сборник рецептур М.П. Могольдого и В.А. Тутельяна 2011, сборник рецептур под редакцией М.П. Могольдого и В.А. Тутельяна, - 2017г

**Завтрак**

54-21г/2022г	каши рисовая молочная жидкая с сахаром	130	3,15	6,63	20,683	155,39	0,34
1/2017г	бутерброд с маслом	35	2,42	3,13	9,803	119	0
54-21г/2022г	каша с молоком	150	3,45	3,75	24,15	83,95	0,72
	<b>Итого</b>	<b>315</b>	<b>9,02</b>	<b>13,51</b>	<b>54,635</b>	<b>363,34</b>	<b>1,06</b>
389/2017г	сок овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50	0,00	10,10	42,40	40,00
	<b>Итого</b>	<b>100,0</b>	<b>0,5</b>	<b>0,0</b>	<b>10,1</b>	<b>42,4</b>	<b>40,0</b>

**Обед**

54-139/2017г	свекла отварная с растительным маслом	30	0,43	1,82	2,50	28,17	2,85
54-25г/2022г	суп картофельный с бобовыми (горох)	150	3,29	3,16	9,92	83,95	4,27
268/2017г	котлеты рыбные, пшеница	50	7,92	11,27	6,61	161	0,05
54-1г/2022г	макаронные отварные с маслом	105	3,82	4,05	21,32	137,00	
54-5хв/2022г	компот из свежих плодов с витамином С	150	0,12	0,12	20,91	85,95	0,675
702	хлеб ржаной	20	1,27	0,20	8,20	39,60	0,00
701	хлеб пшеничный	20	1,20	0,50	4,90	30,94	0,00
	<b>Итого</b>	<b>525</b>	<b>18</b>	<b>21</b>	<b>74</b>	<b>572</b>	<b>7,8</b>

**Полдник**

406/2017г	пирожок с картофелем и луком	60	3,60	1,84	21,32	128,00	0,03
54-2г/2022г	чай с лимонком	180	0,20	0,10	16,00	55,80	1,12
	<b>Итого</b>	<b>240</b>	<b>3,80</b>	<b>1,94</b>	<b>37,32</b>	<b>183,80</b>	<b>1,15</b>
	<b>Всего за день</b>	<b>1180</b>	<b>31</b>	<b>37</b>	<b>176</b>	<b>1161</b>	<b>50</b>
	<b>Соль йодированная</b>	<b>3,0</b>					

Порция по СанПиН 75%+ 5%

29,4-33,6	32,9-37,6	142,1-163,4	980-1150
-----------	-----------	-------------	----------





Согласовано.  
Заведующий МЛОН



Утверждено  
Директор ООО «Бизнес Консалтинг»  
Корголюк Е.Ю.

10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 1-3 года

№ рецептур по сбору	Наименование блюда	вес блюда		Пищевые вещества		Энергет. ценность		Витамины (мг)	
		1-3 лет	1-3 лет	Б	Ж	У	ккал	1-3 лет	1-3 лет

День 8

Сборник рецептур М.П. Могильного и В.А. Тутельяна 2011, сборник рецептур под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г

Завтрак

181/2017г	кошачий кисель из мякиной крупы	130	3,90	5,31	19,05	155,40	0,36
1/2017г	бутерброд с маслом	35	2,42	3,13	9,802	119	0
54-2гн/2022г	чай с сахаром	180	0,06	0,01	13,5	54	5,4
	<b>Итого</b>	<b>345</b>	<b>6,38</b>	<b>8,45</b>	<b>42,352</b>	<b>328,4</b>	<b>5,76</b>
2-ой завтрак							
389/2017г	соли овощные, фруктовые и ягодные	160	0,30	0,00	10,10	42,40	40,00
	<b>Итого</b>	<b>100,0</b>	<b>0,5</b>	<b>0,0</b>	<b>10,1</b>	<b>42,4</b>	<b>40,0</b>
Обед							
101/2004г	консервы овощные (картофель)	30	0,24	1,4	1,48	19,4	1,05
54-1г/2022г	шиш из свежей капусты с картофелем и сметаной	150/5	1,35	3,38	6,15	63,30	5,34
458/2002г	гречка по-купечески с мясом	150	9,90	13,35	22,50	249,75	0,00
54-1гн/2022г	компот из смеси сухофруктов с витамином С	150	0,50	0,07	24,00	99,60	0,55
702	хлеб ржаной	20	1,27	0,20	3,20	39,60	0,00
701	хлеб пшеничный	20	1,20	0,50	4,90	30,94	0,00
	<b>Итого</b>	<b>535</b>	<b>14,46</b>	<b>19,10</b>	<b>67,23</b>	<b>502,59</b>	<b>6,94</b>
Полдник							
54-2гн/2022г	чай с сахаром	180	0,06	0,01	13,5	54	0,3
192/2017г	бюфет или колбаса мясная с повидлом	50	1,67	2,63	22,75	120	0,097
	<b>Итого</b>	<b>230</b>	<b>1,73</b>	<b>2,64</b>	<b>36,25</b>	<b>174,00</b>	<b>0,397</b>
	<b>Всего за день</b>	<b>1210,0</b>	<b>23,1</b>	<b>30,2</b>	<b>155,9</b>	<b>1047,4</b>	<b>53,1</b>
	<b>Соль поваренная</b>	<b>3,0</b>					

Норма по СанПиН 254-5%

29,4-33,6 32,9-37,6 132,1-165,4 680-1136





Составлено:  
Заседующий МДОУ  
*Антон*  
18.07.2017



Утверждено  
Директор ООО  
Курганов Е.Ю.

10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 1-3 года

№ рецепта	Наименование блюда	вес блюда 1-3 лет	Пищевые вещества/g			Энергет. ценности			Витамины (мг)	
			Б 1-3 лет	Ж 1-3 лет	У 1-3 лет	ккал 1-3 лет	с 1-3 лет	с 1-3 лет		

День 9

Сборник рецептов М.П. Могильного и В.А. Тутельяна 2011, сборник рецептов под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г

Завтрак

182/2017м	Каша жидкая молочная овсяная «Гарбулес»	130	4,68	6,98	20,88	176,45			0,36
2/2017м	булгуровод с повидлом	45	2,5	3,94	28,9	127,6			0,48
54-2м/2022г	чай с сахаром	180	0,06	0,01	13,5	54			0,3
	<b>Итого</b>	<b>355</b>	<b>7,24</b>	<b>10,93</b>	<b>63,28</b>	<b>358,05</b>			<b>1,14</b>
338/2017м	Фрукты (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47,00			40,00
	<b>Итого</b>	<b>100,0</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47,0</b>			<b>40,0</b>
			<b>Обед</b>						
70/2017м	свиной по сезону	30	0,24	0,03	0,51	3,9			1,68
54-7с/2022г	суп картофельный с макаронными изделиями	150	2,03	1,95	14,18	83,25			4,95
54-13м/2017г	Запеканка картофельная с мясом	150	15,85	12,95	19,15	256,65			12,38
360/2017м	кисель из повидла с витаминиз. С	150	0,05	0,03	17,28	83,70			1,35
702	хлеб ржаной	20	1,27	0,20	8,20	39,66			0,00
701	хлеб пшеничный	20	1,20	0,50	4,90	30,94			0,00
	<b>Итого</b>	<b>520</b>	<b>20,639</b>	<b>15,66</b>	<b>64,22</b>	<b>498,04</b>			<b>20,56</b>
401/2017м	овсянка с повидлом	60	4,12	4,17	25,92	158,19			0,00
54-2м/2022г	чай с сахаром	180	0,06	0,01	13,5	54			0,3
	<b>Итого</b>	<b>240</b>	<b>4,18</b>	<b>4,18</b>	<b>39,42</b>	<b>212,19</b>			<b>0,3</b>
	<b>Всего на день</b>	<b>1 215,00</b>	<b>32,46</b>	<b>31,17</b>	<b>176,72</b>	<b>1 115,28</b>			<b>62,00</b>
	<b>Соль калиевая</b>	<b>3,0</b>							

Всего по СабПит. 25% - 2%

26,4-33,6 32,9-37,6 142,1-161,4 980-1 120



Согласовано  
Заведующий МДОУ



Утверждено  
Директор ООО  
/Коробейко Е.Ю./

«Бизнес Консалтинг»

10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 1-3 года

№ реп. по сбор.	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества/			Энергет. ценность ккал	Витамины (мг) с
			Б	Ж	У		
1	2	1-3 лет	1-3 лет	1-3 лет	1-3 лет	1-3 лет	1-3 лет

Сборник рецептов М.П. Могильного и В.А. Тутельяна 2011, сборник рецептов под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, - 2017г

Завтрак

54-19к/2022г	Суп молочный с макаронными изделиями	130	4,20	4,10	12,84	73,32	0,00	
1/2017г	бутерброд с маслом	35	2,42	3,13	9,802	119	0	
54-2гк/2022г	чай с лимоном	150	0,17	0,08	11,60	35,80	0,93	
	<b>Итого</b>	<b>315</b>	<b>6,79</b>	<b>7,31</b>	<b>34,241</b>	<b>238,12</b>	<b>0,93</b>	
389/2017г	сок овощной, фруктовый и ягодный	100	0,50	0,00	10,10	42,40	40,00	
	<b>Итого</b>	<b>100,0</b>	<b>0,5</b>	<b>0,0</b>	<b>10,1</b>	<b>42,4</b>	<b>40,0</b>	
			<b>Обед</b>					
54-13к/2017г	свекла отварная с растительным маслом	30	0,43	1,82	2,50	28,17	2,85	
101/2017г	Суп картофельный с крупой (пшено)	150	1,21	3,05	7,18	64,35	4,95	
199/2017г	пюре из гороха	110	9,09	4,57	23,35	170,00	0,00	
239/331/2017г	тефтели рыбные с рисом (минтай)	80	6,61	6,44	9,41	122,00	4,70	
54-5кк/2022г	компот из свежих плодов с витамином С	150	0,12	0,12	20,91	85,95	0,675	
702	хлеб ржаной	20	1,27	0,20	8,20	39,60	0,00	
701	хлеб пшеничный	20	1,20	0,50	4,90	30,94	0,00	
	<b>Итого</b>	<b>560</b>	<b>19,93</b>	<b>16,794</b>	<b>76,45</b>	<b>541,01</b>	<b>13,175</b>	
429/2017г	булочка вешушка	60	4,68	3,70	27,71	166,80	0,00	
54-4кк/2022г	чай с молоком	150	2,22	2,17	11,93	60,25	0	
	<b>Итого</b>	<b>210</b>	<b>6,90</b>	<b>5,87</b>	<b>39,64</b>	<b>227,55</b>	<b>0,00</b>	
	Соль, йодированная	1188,0	34,1	29,9	168,4	1049,1	54,1	
	Итого за 10 дней	11 990,00	318,23	330,51	1 612,64	10 864,59	522,73	
	Средний суточный рацион	1199	31,82	33,05	161,26	1086,46	52,27	
	Норма по СанПиН 75% - 9%							
		29,4-33,6	32,9-37,6	142,1-162,3	980-1120			