



Утверждаю: заведующий МДОУ ЦРМО

«Детский детский сад» имени Мухоморова М.Н.

Основное (организованное) десятидневное меню четырехразового питания
(завтрак, второй завтрак, обед, полдник)

Для учащихся дошкольных образовательных организаций

Иркутского районного муниципального образования в возрасте от 1 до 3 лет для пищеблоков работающих на полуфабрикатах с режимом работы 10,5 ч.

(сезон осень-зима).

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений Пермь - 2001 г.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций от 1 до 7 лет
Новосибирск 2021

Основное (организованное) десятидневное меню для дошкольных образовательных учреждений
образовательных организаций Иркутского районного муниципального образования
(дошкольные учреждения с длительностью пребывания 10,5 часов) Возраст 1-3 лет (осень-зима)
Для пищеблоков работающих на полуфабрикатах

День 1

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Вес блюда (выход)	энергетическая ценность (ккал)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
Сб. Новосибирск 2021 № 54-бт-2020	0	0	0	0	0	0
Сб. Пермь 2001 № 253	сырники	1/130	101,64	5,48	4,28	10,30
Сб. Новосибирск 2021 № 54-бт-2020	напиток кофейный с молоком	1/180	106,84	2,51	2,87	17,74
ПВ	яйцо вареное	1/40	56,40	4,80	4,00	0,30
	батон в/с	1/20	52,18	1,52	0,58	10,22
	ИТОГО ЗАВТРАК		317,06	14,31	11,73	38,56
сб. Пермь 2001 №251	ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
	Напиток кисломолочный	1/140	70,15	2,10	2,35	10,15
	ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК		70,15	2,10	2,35	10,15
	ИТОГО ОБА ЗАВТРАКА		387,21	16,41	14,08	48,71
Сб. Новосибирск 2021 № 54-2з-2020	ОБЕД					
Сб. Пермь 2001 № 39	Огулец в нарезке	1/30	4,00	0,20	0,00	0,80
ПВ	Суп картофельный с мясными фрикадельками	1/150/25	114,51	2,79	4,55	15,60
Сб. Новосибирск 2021 № 54-1г-2020	Котлета рыбная из белой рыбы ПФ	1/60	76,48	3,33	1,24	13,00
ПВ	макаронь отварные	1/110	144,01	3,94	3,58	24,02
ПВ	сок фруктовый в ассортименте	1/150	64,95	0,75	0,15	15,15
ПВ	хлеб ржаной	1/10	20,60	0,68	0,12	4,20
	хлеб пшеничный	1/25	58,45	1,98	0,25	12,08
	ИТОГО ОБЕД		483,00	13,67	9,89	84,84
Сб. Новосибирск 2021 № 54-27м-2020	ПОЛДНИК					
сб. Новосибирск 2021 № 54-5гн-2020	рагу из курицы	1/120	153,20	12,02	10,08	3,60
	Чай с облепихой и сахаром	1/150	25,60	0,20	0,40	5,30
	ИТОГО ПОЛДНИК		178,80	12,22	10,48	8,90
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1049,01	42,30	34,45	142,45

День 2

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Вес блюда (выход)	энергетическая ценность (ккал)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
ЗАВТРАК						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-9к-2020	каша вязкая молочная овсянная	1/150	147,44	1,38	4,38	25,63
Сб. Новосибирск 2021 № 54-21гн-2020	какао с молоком	1/150	45,90	1,88	1,50	6,23
Сб. Новосибирск 2021 № 54-19з-2020	масло сливочное порциями	1/5	32,80	0,05	3,60	0,05
ПВ	батон в/с	1/25	65,23	1,90	0,73	12,78
ПВ	хлеб ржаной	1/20	41,20	1,36	0,24	8,40
	ИТОГО ЗАВТРАК		332,57	6,57	10,45	53,08
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
сб. Пермь 2001 №251	Напиток кисломолочный	1/140	70,15	2,10	2,35	10,15
	ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК		70,15	2,10	2,35	10,15
	ИТОГО ОБА ЗАВТРАКА		402,72	8,67	12,80	63,23
ОБЕД						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-3з-2020	Помидор в нарезке	1/30	6,50	0,30	0,10	1,10
Сб. Новосибирск 2021 № 54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/180	99,20	4,23	5,09	9,11
Сб. Новосибирск 2021 № 54-25м-2020	курица отварная	1/50	46,30	9,65	0,70	0,35
Сб. Новосибирск 2021 №54-11г-2020	картофельное пюре	1/110	102,12	2,38	3,85	14,48
Сб. Новосибирск 2021 № 54-1хн-2020	компот из смеси сухофруктов	1/150	61,20	0,40	0,00	14,90
ПВ	хлеб ржаной	1/10	20,60	0,68	0,12	4,20
ПВ	хлеб пшеничный	1/15	35,07	1,19	0,15	7,25
	ИТОГО ОБЕД		370,98	18,83	10,01	51,39
ПОЛДНИК						
ПВ	Баранка	1/40	103,96	5,40	4,00	11,59
Сб. Новосибирск 2021 №	кисель из брусники	1/150	45,70	0,10	0,10	11,10
ПВ	Фрукт свежий (яблоко)	1/95	45,80	0,25	0,16	10,84
	ИТОГО ПОЛДНИК		195,46	5,75	4,26	33,53
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		969,16	33,24	27,07	148,14

День 3

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Вес блюда (выход) 1-3л.	энергетическая ценность (ккал)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
ЗАВТРАК						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-10-2020	омлет натуральный	1/130	72,35	3,05	5,47	2,73
Сб. Новосибирск 2021 № 54-2гн-2020	Чай с сахаром		23,52	0,12	0,00	5,76
Сб. Новосибирск 2021 № 54-13-2020	Сыр твердых сортов в нарезке		36,20	2,30	3,00	0,00
ПВ	батон в/с		52,18	1,52	0,58	10,22
ПВ	хлеб ржаной		20,60	0,68	0,12	4,20
	ИТОГО ЗАВТРАК		204,85	7,67	9,17	22,91
сб. Пермь 2001 №251	ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
	Напиток кисломолочный	1/140	70,15	2,10	2,35	10,15
	ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК		70,15	2,10	2,35	10,15
	ИТОГО ОБА ЗАВТРАКА		275,00	9,77	11,52	33,06
ОБЕД						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-8з-2020	салат из белокачанной капусты с морковью	1/30	40,60	0,50	3,00	2,90
Сб. Новосибирск 2021 № 54-54-3с-2020	рассольник Ленинградский	1/150	94,23	3,56	4,35	10,22
ПВ	Котлета рыбная из красной рыбы ПВ	1/60	87,84	5,80	3,48	8,33
Сб. Пермь 2001 №204	картофель отварной	1/110	135,44	2,30	5,16	19,95
ПВ	сок фруктовый в ассортименте	1/140	64,95	0,75	0,15	15,15
ПВ	хлеб ржаной		41,20	1,36	0,24	8,40
ПВ	хлеб пшеничный		58,45	1,98	0,25	12,08
	ИТОГО ОБЕД		522,71	16,24	16,63	77,02
ПОЛДНИК						
Сб. Новосибирск 2001 № 255	молоко кипяченое	1/150	87,98	4,19	4,79	7,04
ПВ	кекс с изюмом	1/50	159,20	3,20	8,80	16,80
ПВ	фрукт свежий группа	1/95	0,00	0,00	0,00	0,00
	ИТОГО ПОЛДНИК		247,18	7,39	13,59	23,84
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1044,89	33,40	41,73	133,92

День 4

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Вес блюда (выход) 1-3л.	энергетическая ценность (ккал)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
ЗАВТРАК						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-20к-2020	каша жидкая молочная гречневая	1/130	108,87	1,46	3,79	17,23
Сб. Пермь 2001 № 253	напиток кофейный с молоком	1/180	106,84	2,51	2,87	17,74
ПВ	ловидло фруктовое	1/10	16,16	0,04	0,00	4,00
ПВ	батон в/с	1/20	52,18	1,52	6,58	10,22
ПВ	хлеб ржаной	1/10	20,60	0,68	0,12	4,20
	ИТОГО ЗАВТРАК		304,64	6,21	7,36	53,38
сб. Пермь 2001 № 251	ВТОРОЙ ЗАВТРАК					
	Напиток кисломолочный	1/140	70,15	2,10	2,35	10,15
	ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК		70,15	2,10	2,35	10,15
	ИТОГО ОБА ЗАВТРАКА		374,79	8,31	9,71	63,53
ОБЕД						
ПВ	икра кабачковая	1/30	27,81	0,48	1,89	2,22
Сб. Новосибирск 2021 № 54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	1/150	99,93	5,01	3,45	12,21
ПВ	Коллеты из говядины Пф	1/60	79,60	3,54	3,36	8,80
Сб. Новосибирск 2021 № 54-19г-2020	капуста белокочанная тушеная	1/130	260,61	3,14	23,66	8,78
Сб. Новосибирск 2021 № 54-13хн-2020	напиток из шиповника	1/180	59,28	0,60	0,24	13,68
ПВ	хлеб ржаной	1/20	41,20	1,36	0,24	8,40
ПВ	хлеб пшеничный	1/25	58,45	1,98	0,25	12,08
	ИТОГО ОБЕД		626,88	16,11	33,09	66,16
ПОЛДНИК						
ПВ	Булочка	1/40	124,02	2,28	7,3	12,3
Сб. Новосибирск 2021 № 54-43-2020	Чай без сахара	1/150	0,4	0,1	0	0
ПВ	зефир ванильный	1/20	64,66	0,16	0,02	15,96
ПВ	фрукты свежие (апелсин)	1/95	35,91	0,855	0,19	7,695
	ИТОГО ПОЛДНИК		224,99	3,395	7,51	35,955
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1226,66	27,81	50,31	165,65

День 5

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Вес блюда (выход)	энергетическая ценность (ккал)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
ЗАВТРАК						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-16к-2020	каша "Дружба"	1/130	109,53	3,25	3,79	15,60
Сб. Новосибирск 2021 № 54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	1/180	18,00	0,09	0,00	4,41
Сб. Новосибирск 2021 № 54-6б-2020	яйцо варёное	1/40	56,40	4,80	4,00	0,30
ПВ	батон в/с	1/20	52,18	1,52	0,58	10,22
ПВ	хлеб ржаной	1/10	20,60	0,68	0,12	4,20
ИТОГО ЗАВТРАК						
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
сб. Пермь 2001 №251	Напиток кисломолочный	1/140	70,15	2,10	2,35	10,15
ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
ИТОГО ОБА ЗАВТРАКА						
ОБЕД						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-2з-2020	Огурец в нарезке	1/30	4,00	0,20	0,00	0,80
Сб. Пермь 2001 № 39	Суп картофельный с мясными фрикадельками	1/150/25	114,51	2,79	4,55	15,60
ПВ	Котлета рыбная из белой рыбы ПФ	1/60	76,48	3,33	1,24	13,00
Сб. Новосибирск 2021 №54-9г-2020	рагу из овощей	1/130	114,29	2,38	6,39	11,81
ПВ	сок фруктовый в асортименте	1/150	64,95	0,75	0,15	15,15
ПВ	хлеб ржаной	1/20	41,20	1,36	0,24	8,40
ПВ	хлеб пшеничный	1/25	58,45	1,98	0,25	12,08
ИТОГО ОБЕД						
ПОЛДНИК						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-6гн-2020	Чай со смородиной и сахаром	1/180	26,88	0,24	0,00	6,48
Сб. Пермь 2001 № 265	Блинички с повидлом	1/100	106,93	5,33	3,73	13,00
ПВ	Фрукты свежие (банан)	1/95	89,78	1,43	0,48	19,95
ИТОГО ПОЛДНИК						
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						
1024,33 32,23 27,87 161,14						

День 6

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Вес блюда (выход)	энергетическая ценность (ккал)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
ЗАВТРАК						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-4т-2020	пудинг из творога с яблоками	1/130	104,50	3,66	5,10	10,99
Сб. Новосибирск 2021 № 54-4 тн-2020	чай с молоком и сахаром	1/180	0,36	0,09	0,00	0,00
Сб. Новосибирск 2021 № 54-13-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	1/10	36,20	2,30	3,00	0,00
ПВ	батон в/с	1/20	52,18	1,52	0,58	10,22
ПВ	хлеб ржаной	1/10	20,60	0,68	0,12	4,20
	ИТОГО ЗАВТРАК		213,84	8,25	8,80	25,41
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
сб. Пермь 2001 №251	Напиток кисломолочный	1/140	70,15	2,10	2,35	10,15
	ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК		70,15	2,10	2,35	10,15
	ИТОГО ОБА ЗАВТРАКА		283,99	10,35	11,15	35,56
ОБЕД						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-3з-2020	Помидор в нарезке	1/30	6,50	0,30	0,10	1,10
Сб. Новосибирск 2021 № 54-1с-2020	Ци из свежей капусты со сметаной	1/180	82,75	4,16	5,06	5,15
Сб. Новосибирск 2021 № 54-2г-2020	макаронны отварные с овощами	1/110	144,01	3,94	3,58	24,02
ПВ	Биточки из говядины ПФ	1/60	79,60	3,54	3,36	8,80
Сб. Новосибирск 2021 № 54-2хн-2020	комлот из кураги	1/150	50,00	0,70	0,00	11,80
ПВ	хлеб ржаной	1/20	41,20	1,36	0,24	8,40
ПВ	хлеб пшеничный	1/25	58,45	1,98	0,25	12,08
	ИТОГО ОБЕД		462,50	15,97	12,58	71,34
ПОЛДНИК						
ПВ	Баранка	1/40	103,96	5,40	4,00	11,59
Сб. Новосибирск 2021 № 54-20хн-2020	кисель из апельсенов	1/150	67,95	0,45	0,15	16,20
ПВ	фрукты свежие (мандарины)	1/95	49,58	0,77	0,29	10,96
	ИТОГО ПОЛДНИК		221,49	6,62	4,44	38,75
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		967,98	32,94	28,18	145,65

День 7

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Вес блюда (выход)	энергетическая ценность (ккал)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
ЗАВТРАК						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-21к-2020	каша жидкая молочная рисовая	1/140	128,92	3,62	3,85	19,95
Сб. Пермь 2001 № 253	напиток кофейный с молоком	1/180	106,84	2,51	2,87	17,74
Сб. Новосибирск 2021 № 54-19з-2020	масло сливочное порциями	1/5	32,80	0,05	3,60	0,05
ПВ	бапон в/с	1/20	52,18	1,52	0,58	10,22
ПВ	хлеб ржаной	1/10	20,60	0,68	0,12	4,20
ИТОГО ЗАВТРАК						
Сб. Пермь 2001 №251	Напиток кисломолочный		341,34	8,38	11,02	52,16
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
	Напиток кисломолочный	1/140	70,15	2,10	2,35	10,15
ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
	ИТОГО ОБА ЗАВТРАКА		70,15	2,10	2,35	10,15
ОБЕД						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-63-2020	салат из капусты с помидорами и огурцами	1/30	36,50	0,70	3,30	1,00
Сб. Новосибирск 2021 № 54-18с-2020	свекольник	1/150	66,27	1,35	3,21	8,00
ПВ	Котлета рыбная из красной рыбы ПВ	1/60	87,84	5,80	3,48	8,33
Сб. Новосибирск 2021 № 54-11г-2020	картофельное пюре	1/110	127,23	2,93	4,77	18,15
ПВ	сок фруктовый в ассортименте	1/150	10,95	0,75	0,15	1,65
ПВ	хлеб ржаной	1/20	41,20	1,36	0,24	8,40
ПВ	хлеб пшеничный	1/25	58,45	1,98	0,25	12,08
ИТОГО ОБЕД						
	ИТОГО ПОЛДНИК		428,44	14,87	15,40	57,60
ПОЛДНИК						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-43-2020	Чай с сахаром	1/180	0,48	0,12	0,00	0,00
ПВ	Булочка	1/40	124,02	2,28	7,30	12,30
ПВ	мармелад	1/20	63,60	0,02	0,00	15,88
ПВ	фрукты свежие (яблоко)	1/95	45,80	0,25	0,16	10,84
ИТОГО ПОЛДНИК						
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		233,90	2,67	7,46	39,02
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						
			1073,83	28,01	36,23	158,93

День 8

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Вес блюда (выход)	энергетическая ценность (ккал)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
ЗАВТРАК						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-10-2020	омлет натуральный	1/130	72,35	3,05	5,47	2,73
Сб. Новосибирск 2021 № 54-21гн-2020	какао с молоком	1/150	61,20	2,50	2,00	8,30
ПВ	повидло фруктовое	1/20	32,32	0,08	0,00	8,00
ПВ	батон в/с	1/20130	52,18	1,52	0,58	10,22
ПВ	хлеб ржаной		61,80	2,04	0,36	12,60
	ИТОГО ЗАВТРАК		279,85	9,19	8,41	41,85
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
сб. Пермь 2001 №251	Напиток кисломолочный	1/140	70,15	2,10	2,35	10,15
	ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК		70,15	2,10	2,35	10,15
	ИТОГО ОБА ЗАВТРАКА		350,00	11,29	10,76	52,00
ОБЕД						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-13з-2020	салат из свеклы отварной	1/30	22,50	0,40	1,30	2,30
Сб. Пермь 2001 № 38	Суп картофельный с макаронными изделиями	1/150	74,47	1,70	1,72	13,06
ПФ	Тертели из говядины ПФ	1/60	81,20	4,00	5,20	4,60
Сб. Новосибирск 2021 № 54-19г-2020	капуста белокачанная тушеная	1/130	260,61	3,14	23,66	8,78
Сб. Новосибирск 2021 № 54-3хн-2020	компот из чернослива	1/150	60,90	0,40	0,10	14,60
ПВ	хлеб ржаной	1/20	41,20	1,36	0,24	8,40
ПВ	хлеб пшеничный	1/25	58,45	1,98	0,25	12,08
	ИТОГО ОБЕД		599,32	12,97	32,47	63,81
ПОЛДНИК						
ПВ	Вареники с овощным фаршем пф со сметаной	1/120	98,04	5,04	3,48	11,64
Сб. Новосибирск 2021 №54-5гн-2020	чай	1/180	30,72	0,24	0,48	6,36
	ИТОГО ПОЛДНИК		128,76	5,28	3,96	18,00
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1078,08	29,54	47,19	133,81

День 9

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Вес блюда (выход)	энергетическая ценность (ккал)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
ЗАВТРАК						
Сб. Пермь 2001 №90	каша манная молочная жидкая	1/130	56,50	1,93	1,10	9,72
Сб. Новосибирск 2021 № 54-4з-2020	чай без сахара	1/180	0,36	0,09	0,00	0,00
Сб. Новосибирск 2021 № 54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	1/10	36,20	2,30	3,00	0,00
ПВ	батон в/с	1/20	52,18	1,52	0,58	10,22
ПВ	хлеб ржаной	1/10	20,60	0,68	0,12	4,20
	ИТОГО ЗАВТРАК		165,84	6,52	4,80	24,14
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
сб. Пермь 2001 №251	Напиток кисломолочный	1/140	70,15	2,10	2,35	10,15
	ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК		70,15	2,10	2,35	10,15
	ИТОГО ОБА ЗАВТРАКА		235,99	8,62	7,15	34,29
ОБЕД						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-2з-2020	Огурец в нарезке	1/30	4,00	0,20	0,00	0,80
Сб. Новосибирск 2021 № 51-17с-2020	Суп из овощей	1/180	64,33	1,28	3,35	7,27
Сб. Новосибирск 2021 № 54-6г-2020	рис отварной	1/130	176,58	3,25	4,12	31,63
ПВ	Котлета рыбная из белой рыбы ПФ	1/60	76,48	3,33	1,24	13,00
ПВ	сок фруктовый в ассортименте	1/150	64,95	0,75	0,15	15,15
ПВ	хлеб ржаной	1/20	41,20	1,36	0,24	8,40
ПВ	хлеб пшеничный	1/25	58,45	1,98	0,25	12,08
	ИТОГО ОБЕД		486,00	12,14	9,34	88,33
ПОЛДНИК						
Сб. Пермь 2001 № 265	Блинчики со ступенкой	1/100	142,40	8,00	5,60	15,00
ПВ	фрукты свежие (банан)	1/95	89,78	1,43	0,48	19,95
Сб. Новосибирск 2021 № 54-3хн-2020	Напиток из плодов шиповника	1/150	49,40	0,50	0,20	11,40
	ИТОГО ПОЛДНИК		281,58	9,93	6,28	46,35
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1003,56	30,69	22,77	168,97

День 10

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Вес блюда (выход)	энергетическая ценность (ккал)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
ЗАВТРАК						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-13к-2020	каша вязкая молочная пшеничная	1/130	158,96	1,20	5,96	25,13
Сб. Пермь 2001 № 253	напиток кофейный с молоком	1/180	106,84	2,51	2,87	17,74
Сб. Новосибирск 2021 № 54-19з-2020	масло сливочное тортами	1/5	32,80	0,05	3,60	0,05
ПВ	батон в/с	1/25	65,23	1,90	0,73	12,78
ПВ	хлеб ржаной	1/10	20,60	0,68	0,12	4,20
ИТОГО ЗАВТРАК						
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
сб. Пермь 2001 №251	Напиток кисломолочный	1/140	70,15	2,10	2,35	10,15
ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
ИТОГО ОБА ЗАВТРАКА						
ОБЕД						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-3з-2020	Помидор в нарезке	1/30	6,50	0,30	0,10	1,10
Сб. Пермь 2001 № 39	Суп картофельный с мясными фрикадельками	1/150/25	118,51	2,79	4,55	16,60
ПВ	Шницель из говядины ПФ	1/60	79,60	3,54	3,36	8,80
ПВ	капустя тушённая с морковью в молоке	1/130	91,79	3,15	3,71	11,47
сб. новосибирск 2021 № 54-4хн-2020	компот из изюма	1/160	61,12	0,32	0,11	14,72
ПВ	хлеб ржаной	1/20	41,20	1,36	0,24	8,40
ПВ	хлеб пшеничный	1/25	58,45	1,98	0,25	12,08
ИТОГО ОБЕД						
ПОЛДНИК						
ПВ	Булочка	1/40	124,02	2,28	7,30	12,30
Сб. Новосибирск 2021 № 54-24-хн-2020	кисель из облепихи	1/150	44,50	0,20	0,90	8,90
ПВ	фрукты свежие (мандарин)	1/95	49,58	0,77	0,29	10,96
ИТОГО ПОЛДНИК						
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						
ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ:						
			10517,94	314,79	352,03	1522,63

распределение калорийности 1-3 лет						
норма	завтрак 20%	Ккал (ккал/сут)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)	
	факт	280,6	8,40	9,40	40,60	
норма	2 завтрак 5%	280,6	8,4	9,4	40,6	
	факт	70,15	2,10	2,35	10,15	
норма	обед 35%	70,15	2,1	2,35	10,15	
	факт	491,05	14,70	16,45	71,05	
норма	полдник 15%	491,05	14,70	16,45	71,05	
	факт	210,45	6,30	7,05	30,45	
	факт	210,45	6,30	7,05	30,45	
		Итого за 10 дней норма	1052,25	31,50	35,25	152,25
		Итого за 10 дней факт	1052,28	31,5	35,20	152,26

Рзучион

наименование продуктов	нормы, нетто 1-3 10,5 ч, (г)	факт, нетто (г)	отклонение от нормы +/- (г)
молоко, кисломолочные продукты	292,5	292,6219512	-0,12195122
творог	22,5	22,308	0,192
сметана	6,75	7,232	-0,482
сыр	3	3,00	-0,00144
мясо	37,5	28,36666667	9,133333333
птица	15	15,44928	-0,44928
рыба	24	25,2	-1,2
яйцо гр	30	31,59977778	-1,59977778
картофель	90	90,6818	-0,6818
овощи	135	116,224	18,776
фрукты свежие	71,25	76	-4,75
сухофрукты	6,75	6,75366	-0,00366
сок	75	75	0
витаминизированные напитки	0	0	0
хлеб ржаной	30	30	0
хлеб пшеничный	45	45	0
крупы, бобовые	22,5	22,42618699	0,073813008
макаронные изделия	6	7,035	-1,035
мука пшеничная	18,75	12,0635	6,6865
масло сливочное	13,5	14,9105	-1,4105
масло растительное	6,75	5,042166667	1,707833333
кондитерские изделия	9	9	0
чай	0,375	0,38	-0,005
какао-порошок	0,375	0,37	0,005
кофейный напиток	0,75	0,72	0,03
сахар	18,75	19,9584065	-1,208406504
дрожжи	0,3	0,3	0
крахмал	1,5	1,575	-0,075
соль	2,25	1,196866667	1,053133333

Без учёта муки в
МКИ и булках

