МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «РАЗДОЛЬНЕНСКИЙ ДЕТСКИЙ САД №1 «ЗВЁЗДОЧКА» РАЗДОЛЬНЕНСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ «Раздольненский детский сад №1 «Звёздочка»
_____ Е.В. Острянская
№ от 28.08.26 №105-О 2026 г.

Основное (организованное) 2-х недельное меню (1 – 2 неделя) МБДОУ «Раздольненский детский сад № 1 «Звёздочка» летне-осенний период для детей от 1,5 до 7 лет

пгт Раздольное
2026 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ПРОСТОЙ ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП
Документ отправлен на официальный сайт: zvezdochka.edu.ru
Уполномоченное лицо – руководитель образовательного учреждения:
Острянская Елена Владимировна
Действителен с: с 08.09.2025, 07:29
Действителен до: до 02.12.2026, 07:29
Ключ подписи: 6B8C4E525C6F03D5BCB837E1D77B8F7D

№	Наименование блюд	1-3 лет / 3-7 лет	Выход, г	Пищевые вещества	Минер. вещества, мг	Витамины, мг						
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. цен-ность, ккал	Ca	Fe	B_1	B_2	C
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1ДЕНЬ												
Завтрак												
1	Суп молочный пшеничный		150	4,39	4,36	14,99	116,25	141	0,27	0,06	0,11	0,75
			200	5,85	5,81	19,99	155	188	0,36	0,08	0,14	1
2	Чай с сахаром		150	3,86	4,09	13,87	105	-	-	-	-	1,56
			180	5,08	5,42	17,80	137	-	-	-	-	2,08
3	Хлеб пшеничный		15	1,07	0,17	6,96	34,35	3,00	0,26	0,015	0,015	-
			20	1,41	0,22	9,08	45,77	4,00	0,34	0,02	0,01	-
4	Хлеб ржаной		10	0,52	0,12	4,43	21,4	2,9	0,2	0,01	0,007	-
			15	1,0	0,23	8,3	40	5,44	0,4	0,02	0,02	-
5	Масло сливочное (порциями)		6	0,06	4,98	0,06	45	0,6	-	-	-	-
			8	0,08	6,64	0,08	60	0,8	-	-	-	-
	Сыр		8	2,55	3,25	-	39,6	96,8	0,11	0,006	0,033	0,077
			12	3,94	5	-	61,2	149,6	0,17	0,009	0,051	0,12
	ИТОГО:			**12,45**	**19,56**	**74,82**	**361,6**	**26**	**1,96**	**0,07**	**0,02**	**1,56**
				17,33	**26,11**	**101,26**	**498,97**	**36,24**	**2,74**	**0,1**	**0,03**	**2,08**
2 завтрак												
1	Сок абрикосовый		100	0,40	-	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	0,02	10,00
			100	0,40	-	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	0,02	10,00
Обед												
1	Суп картофельный с гречневой крупой		150	5,16	5,04	8,6	100	27,18	0,76	0,06	0,09	5,47
			200	8,6	8,4	14,33	167	45,3	1,26	1	0,14	9,11
2	Капуста тушеная с мясом		150	1,93	3,13	15,7	98,7	14	0,8	0,1	-	14
			200	2,9	4,7	23,5	148	21	1,2	0,15	-	21

3	Компот из свежих яблок		150	0,18	0,09	26,82	108,81	6,2	0,21	-	-	60
			180	0,22	0,11	32,18	130,57	7,4	0,25	-	-	72
6	Хлеб пшеничный		30	2,13	0,33	14,6	68,7	6	0,51	0,03	0,02	-
			40	2,83	0,43	18,16	91,5	8	0,67	0,04	0,026	-
7	Хлеб ржаной		20	1,04	0,24	8,86	42,8	5,8	0,4	0,03	0,025	-
			25	1,56	0,36	13,28	63,99	8,7	0,6	0,039	0,038	-
	ИТОГО:			**19,75**	**18,02**	**84,78**	**622,47**	**80,48**	**3,87**	**0,37**	**0,22**	**87,07**
				29,6	**26,48**	**114,93**	**816,9**	**120,46**	**6,23**	**1,3**	**0,31**	**113,51**
Полдник												
1	Какао с молоком		150	4,35	3,75	6,0	75	180	0,15	0,06	0,26	1,05
			180	5,22	4,5	7,2	90	216	0,18	0,07	0,31	1,26
2	Творожная запеканка со сгущенным молоком		120/15	15,73	16,46	88,9	269	144	2,69	0,29	0,27	0,84
			150/15	15,73	16,46	88,9	296	144	2,69	0,29	0,27	0,84
	ИТОГО:			**8,95**	**11,25**	**32,2**	**344**	**180**	**0,15**	**0,06**	**0,26**	**1,65**
				9,82	**12**	**33,4**	**386**	**216**	**0,18**	**0,07**	**0,31**	**1,86**
	ВСЕГО за 1 день:			***37,91***	***48,83***	***201,6***	***1327***	***302,48***	***8,18***	***0,53***	***0,52***	***128***
				51,79	***64,59***	***259,21***	***1701***	***424,94***	***11,35***	***1,5***	***0,67***	***127,45***
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	I младшая		**1327 КК**	**94 %**								
	сад		**1701 КК**	**94,5 %**								

№	Наименование блюд	1-3 лет / 3-7 лет	Выход, г	Пищевые вещества	Минер. вещества, мг	Витамины, мг						
				Белки, г	Жиры,г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B_1	B_2	C
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
2 ДЕНЬ												
Завтрак												
1	Каша жидкая (геркулес)		150	5,2	7,5	26,9	189	-	-	-	-	0,7
			200	6,9	10	35,8	252	-	-	-	-	0,9
2	Кофейный напиток		150	0,04	0,01	6,99	28,0	8,0	0,19	0,00	0,00	0,02
			180	0,06	0,02	9,99	40,00	10,00	0,28	0,00	0,00	0,03
3	Хлеб пшеничный		15	1,07	0,17	6,96	34,35	3,00	0,26	0,015	0,015	-
			20	1,41	0,22	9,08	45,77	4,00	0,34	0,02	0,01	-
4	Хлеб ржаной		10	0,52	0,12	4,43	21,4	2,9	0,2	0,01	0,007	-
			15	1,0	0,23	8,3	40	5,44	0,4	0,02	0,02	-
5	Масло сливочное (порциями)		6	0,06	4,98	0,06	45	0,6	-	-	-	-
			8	0,08	6,64	0,08	60	0,8	-	-	-	-
	ИТОГО			**6,89**	**12,78**	**45,34**	**317,75**	**14,5**	**0,65**	**0,03**	**0,02**	**0,72**
				9,45	**17,11**	**63,25**	**437,77**	**20,25**	**1,02**	**0,04**	**0,03**	**0,93**
2 завтрак												
1	Фрукты(яблоки,груши,банан)		100	0,5	-	12,7	52,66	20	0,24	0,02	0,01	4
			100	0,5	-	12,7	52,66	20	0,24	0,02	0,01	4
Обед												
1	Свекольник		150	6,28	6,09	24,36	175,79	-	-	-	-	-
			200	8,35	8,13	32,5	234,41	-	-	-	-	-
2	Салат из капусты		40	0,38	2,45	1,23	5,4	16,06	0,45	-	-	7,6
			60	0,57	3,68	1,84	8,1	42,84	16,06	-	-	11,4
3	Каша гречневая		110	1,99	3,71	7,19	60	42,5	0,61	0,025	0,03	11,5

			150	3,13	5,56	14,38	120	85	1,22	0,05	0,06	24,99
4	Гуляш из курицы		120	3,84	4,18	6,53	79	25,1	1,22	0,06	0,34	2,8
			150	5,11	5,57	8,7	105,3	33,47	1,62	0,07	0,45	3,73
5	Компот из сухофруктов		150	0,07	-	7,24	29,16	-	-	-	-	0,27
			180	0,09	-	8,69	35	-	-	-	-	0,32
6	Хлеб пшеничный		30	2,13	0,33	14,6	68,7	6	0,51	0,03	0,02	-
			40	2,83	0,43	18,16	91,5	8	0,67	0,04	0,026	-
7	Хлеб ржаной		20	1,04	0,24	8,86	42,8	5,8	0,4	0,03	0,025	-
			25	1,56	0,36	13,28	63,99	8,7	0,6	0,039	0,038	-
	ИТОГО:			**15,35**	**14,55**	**68,78**	**460,85**	**121,9**	**2,74**	**0,14**	**0,41**	**14,57**
				21,07	**20,05**	**95,7**	**658,3**	**135,17**	**4,11**	**0,2**	**0,57**	**29,04**
Полдник												
1	Ряженка		150	4,58	4,08	7,58	76	189,6	0,16	0,06	0,24	2,05
			180	5,48	4,88	9,07	92	226,8	0,19	0,08	0,28	2,46
2	Булочка		60	18,5	202	19,7	132	158	0,8	0,06	-	-
			60	18,5	202	19,7	211	158	0,8	0,06	-	-
	ИТОГО:			**23,08**	**206,08**	**27,28**	**208**	**347,6**	**0,96**	**0,12**	**0,24**	**2,05**
				23,98	**206,88**	**28,77**	**303**	**384,8**	**0,99**	**0,14**	**0,28**	**2,48**
	ВСЕГО за 2 день:			***45,82***	***233,41***	***154,1***	***987***	***461,5***	***4,75***	***0,31***	***0,68***	***21,34***
				55	***270,57***	***242***	***1399***	***560,22***	***6,12***	***0,4***	***0,89***	***36,45***
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	I младшая		**987 КК**	**70,5 %**								
	сад		**1399 КК**	**77%**								

№	Наименование блюд	1-3 лет / 3-7 лет	Выход, г	Пищевые вещества	Минер. вещества, мг	Витамины, мг						
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B_1	B_2	C
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
3 ДЕНЬ												
Завтрак												
1	Макароны отварные		100	3,67	3,01	17,63	112	3,24	0,73	0,034	0,04	2,98
			100	3,67	3,01	17,63	112	3,24	0,73	0,034	0,04	2,98
2	Кукуруза консервированная		40	0,8	3,6	3,1	33	-	-	-	-	-
			60	1,2	5,4	4,65	50	-	-	-	-	-
3	Яйцо варенное		1	5,08	4,6	0,28	63	22	1	0,03	0,18	-
			1	5,08	4,6	0,28	63	22	1	0,03	0,18	-
4	Чай с сахаром		150	2,65	2,33	11,31	77	112	0,28	0,04	0,14	1,19
			180	3,18	2,8	13,57	92	134,4	0,34	0,05	0,17	1,4
5	Хлеб пшеничный		15	1,07	0,17	6,96	34,35	3,00	0,26	0,015	0,015	-
			20	1,41	0,22	9,08	45,77	4,00	0,34	0,02	0,02	-
6	Хлеб ржаной		10	0,52	0,12	4,43	21,3	2,9	0,2	0,01	0,01	-
			15	0,78	0,18	6,65	31,95	4,35	0,3	0,015	0,15	-
7	Масло сливочное (порциями)		6	0,06	4,98	0,06	45	0,6	-	-	-	-
			8	0,08	6,64	0,08	60	0,8	-	-	-	-
	ИТОГО:			**13,85**	**18,81**	**43,77**	**385,65**	**143,74**	**2,47**	**0,13**	**0,385**	**3,27**
				15,4	**22,85**	**51,94**	**454,72**	**168,79**	**271**	**0,15**	**0,43**	**4,38**
2 завтрак												
1	Сок фруктовый		100	0,5	-	12,7	52,66	20	0,24	0,02	0,01	4
			100	0,5	-	12,7	52,66	20	0,24	0,02	0,01	4
Обед												
1	Салат из огурцов		40	0,4	-	1	5,4	-	-	-	-	-
			60	0,6	-	1,5	8,1	-	-	-	-	-

2	Суп картофельный с рыбными консервами		150	1,2	3,06	10,15	73	14,97	0,16	0,057	0,036	4,52
			200	1,59	4,02	13,54	97,6	19,96	0,21	0,076	0,05	6,02
3	Котлета		60	7,61	2,45	5,33	74	15,3	0,44	0,05	0,04	0,18
			75	10,09	3,26	6,79	91	19,9	0,57	0,06	0,05	0,24
4	Картофель отварной		110	18,35	4,7	16,32	180	21,17	2,69	0,15	0,22	6,4
			150	22,02	6,79	19,95	259	28,27	3,66	0,19	0,30	8,15
5	Кисель из джема		150	0,12	0,12	17,91	73,2	10,86	0,7	0,007	0,006	1,29
			180	0,14	0,14	21,49	87,84	13,03	0,84	0,08	0,007	1,55
6	Хлеб пшеничный		30	2,13	0,33	14,6	68,7	6	0,51	0,03	0,02	-
			40	2,83	0,43	18,16	91,5	8	0,67	0,04	0,026	-
7	Хлеб ржаной		20	1,04	0,24	8,86	42,8	5,8	0,4	0,03	0,025	-
			25	1,56	0,36	13,28	63,99	8,7	0,6	0,039	0,038	-
	ИТОГО:			**23,24**	**10,64**	**68,84**	**443,1**	**58,8**	**4,46**	**0,34**	**0,31**	**12,21**
				28,74	**11,74**	**87,92**	**608,03**	**77,96**	**5,98**	**0,43**	**0,42**	**15,72**
Полдник												
1	Печенье		30	17,83	15,08	21,45	166,8	184,25	0,88	0,08	0,33	0,3
			50	21,04	18,09	25,74	189,6	221,1	1,05	0,09	0,39	0,36
2	Кофейный напиток с молоком		150	3,15	2,72	12,96	89	114,7	0,41	0,04	0,14	1,20
			180	3,67	3,19	15,82	107	137	0,43	0,05	0,17	1,43
	ИТОГО:			**20,98**	**17,8**	**34,41**	**255,8**	**298,95**	**1,29**	**0,12**	**0,47**	**1,5**
				24,71	**21,28**	**41,56**	**296,6**	**358,1**	**1,48**	**0,14**	**0,56**	**1,79**
	ВСЕГО за 3 день:			***58,57***	***47,28***	***159,72***	***1084,55***	***521,49***	***8,46***	***0,61***	***1,17***	***17,98***
				69,35	***55,87***	***194,12***	***1359,35***	***624,85***	***10,41***	***0,74***	***1,42***	***23,29***
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	I младшая		**1085 КК**	**77 %**								
	сад		**1359 КК**	**75,5 %**								

№	Наименование блюд	1-3 лет / 3-7 лет	Выход, г	Пищевые вещества	Минер. вещества, мг	Витамины, мг						
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B_1	B_2	C
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
4 ДЕНЬ												
Завтрак												
1	Каша манная		150	4,76	6,38	16,4	140,25	141,71	0,62	0,1	0,03	1,46
			200	6,35	8,51	21,86	187	188,95	0,82	0,13	0,04	1,95
2	Кофейный напиток		150	1,69	1,47	25,2	120,37	68,62	1,12	0,03	0,00	1,12
			180	2,03	1,76	30,24	144,45	82,35	1,35	0,03	0,00	1,35
3	Хлеб пшеничный		15	1,07	0,17	6,96	34,35	3,00	0,26	0,015	0,015	-
			20	1,41	0,22	9,08	45,77	4,00	0,34	0,02	0,01	-
4	Хлеб ржаной		10	0,52	0,12	4,43	21,4	2,9	0,2	0,01	0,007	-
			15	1,0	0,23	8,3	40	5,44	0,4	0,02	0,02	-
5	Масло сливочное (порциями)		6	0,06	4,98	0,06	45	0,6	-	-	-	-
			8	0,08	6,64	0,08	60	0,8	-	-	-	-
6	Сыр твёрдый		7,5	2,55	3,25	-	39,6	96,8	0,11	0,006	0,033	0,077
			12	3,94	5	-	61,2	149,6	0,17	0,009	0,051	0,12
	ИТОГО:			**8,1**	**16,37**	**53,05**	**400,97**	**313,63**	**2,31**	**0,16**	**0,09**	**2,66**
				14,81	**22,36**	**69,56**	**538,42**	**421,70**	**3,08**	**0,21**	**0,11**	**3,42**
2 завтрак												
1	Фрукты (яблоки, груши, банан)		100	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	0,02	10,00
			100	0,40	0,40	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	0,02	10,00
Обед												
1	Суп картофельный с бобовыми (горох)		150	3,29	3,07	9,79	81	22,84	1,21	0,13	0,04	3,48
			200	4,75	4,22	13,06	108	30,46	1,62	0,18	0,06	4,65

2	Плов из птицы,мяса		150	10,61	6,81	15,09	164	45,2	1,23	0,06	0,12	15,03
			200	14,12	9,04	20,26	219	60	1,63	0,08	0,19	20,03
3	Салат из свеклы		40	0,56	2,43	3,6	19,5	14,94	0,2	0,01	0,01	12,98
			60	0,84	3,64	5,41	32,5	22,44	0,3	0,02	0,02	19,47
4	Компот из сухофруктов		150	0,06	-	16,69	67,05	7,87	0,21	0,0015	0,003	0,05
			180	0,07	-	20,02	80,46	9,44	0,25	0,0018	0,004	0,06
5	Хлеб пшеничный		30	2,13	0,33	14,6	68,7	6	0,51	0,03	0,02	-
			40	2,83	0,43	18,16	91,5	8	0,67	0,04	0,026	-
6	Хлеб ржаной		20	1,04	0,24	8,86	42,8	5,8	0,4	0,03	0,025	-
			25	1,56	0,36	13,28	63,99	8,7	0,6	0,039	0,038	-
	ИТОГО:			**17,13**	**10,45**	**64,94**	**423,55**	**87,71**	**3,54**	**0,25**	**0,21**	**18,56**
				23,33	**14,05**	**84,78**	**562,95**	**89,19**	**4,77**	**0,34**	**0,32**	**24,74**
Полдник												
1	Молоко кипяченое		150	2,65	2,33	11,31	77	112,0	0,28	0,04	0,14	1,19
			180	3,18	2,8	13,57	92	134,4	0,34	0,05	0,17	1,4
2	Ватрушка с творогом		60	21,04	14,46	20,58	261	177,6	0,96	0,07	0,31	0,28
			80	21,04	14,46	20,58	285	177,6	0,96	0,07	0,31	0,28
	ИТОГО:			**23,69**	**16,79**	**31,89**	**338**	**289,6**	**1,24**	**0,11**	**0,45**	**1,47**
				24,22	**17,26**	**34,15**	**377**	**312**	**1,3**	**0,12**	**0,48**	**1,84**
	ВСЕГО за 4 день:			***49,32***	***43,61***	***159,68***	***1162,5***	***616,94***	***9,29***	***0,55***	***0,85***	***32,69***
				62,76	***53,67***	***198,29***	***1478***	***861,89***	***11,32***	***0,69***	***0,93***	***40***
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	I младшая		**1163 КК**	**83 %**								
	сад		**1507 КК**	**82 %**								

№	Наименование блюд	1-3 лет / 3-7 лет	Выход, г	Пищевые вещества	Минер. вещества, мг	Витамины, мг						
				Белки, г	Жиры г	Угле-воды, г	Энерг. цен-ность, ккал	Ca	Fe	B_1	B_2	C
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
5 ДЕНЬ												
Завтрак												
1	Каша жидкая рисовая		150	4,32	4,97	13,11	117	149,81	0,17	0,05	0,07	0,88
			200	5,76	6,63	18,28	156	199,75	0,22	0,07	0,09	1,17
2	Чай с сахаром		150	0,04	0,01	6,99	28	8	0,19	-	-	0,02
			180	0,06	0,02	9,99	40	10	0,28	-	-	0,03
3	Хлеб пшеничный		15	1,07	0,17	6,96	34,35	3,00	0,26	0,015	0,015	-
			20	1,41	0,22	9,08	45,77	4,00	0,34	0,02	0,01	-
4	Хлеб ржаной		10	0,52	0,12	4,43	21,4	2,9	0,2	0,01	0,007	-
			15	1,0	0,23	8,3	40	5,44	0,4	0,02	0,02	-
5	Масло сливочное (порциями)		6	0,06	4,98	0,06	45	0,6	-	-	-	-
			8	0,08	6,64	0,08	60	0,8	-	-	-	-
	ИТОГО:			**6,01**	**10,25**	**31,55**	**365,75**	**156,31**	**0,82**	**0,08**	**0,09**	**0,9**
				8,31	**13,74**	**45,73**	**421,77**	**219,99**	**2,06**	**0,11**	**0,12**	**1,2**
2 завтрак												
1	Сок яблочный		100	0,5	-	12,7	52,66	20	0,24	0,02	0,01	4
			100	0,5	-	12,7	52,66	20	0,24	0,02	0,01	4
Обед												
1	Салат из капусты		40	0,56	2,43	3,6	5,4	14,94	0,2	0,01	0,01	12,98
			60	0,84	3,64	5,41	8,1	22,42	0,3	0,02	0,02	19,47
2	Суп овощной		150	1,04	2,93	5,09	35	25,99	0,47	0,034	0,027	11,07
			200	1,39	3,9	7,37	68	34,66	0,63	0,046	0,036	14,76
3	Котлета рыбная		60	7,61	2,45	5,33	74	15,3	0,44	0,05	0,04	0,18
			80	10,09	3,26	6,79	91	19,9	0,57	0,06	0,05	0,24

4	Пюре картофельное		110	2,04	3,2	13,62	92	24,65	0,67	0,09	0,07	12,1
			150	3,06	4,8	20,43	138	36,97	1,00	0,13	0,10	18,15
5	Компот из свежих яблок		150	0,07	-	7,24	29,16	-	-	-	-	0,27
			180	0,09	-	8,69	35	-	-	-	-	0,32
6	Хлеб пшеничный		30	2,13	0,33	14,6	68,7	6	0,51	0,03	0,02	-
			40	2,83	0,43	18,16	91,5	8	0,67	0,04	0,026	-
7	Хлеб ржаной		20	1,04	0,24	8,86	42,8	5,8	0,4	0,03	0,025	-
			25	1,56	0,36	13,28	63,99	8,7	0,6	0,039	0,038	-
	ИТОГО:			**14,49**	**11,34**	**58,84**	**399,72**	**92,68**	**2,69**	**0,2**	**0,19**	**36,6**
				19,86	**13,39**	**8,13**	**548,25**	**130,65**	**3,77**	**0,34**	**0,27**	**52,94**
Полдник												
1	Снежок		150	5,22	4,5	7,2	75	216	0,18	0,07	0,31	1,26
			180	5,22	4,5	7,2	90	216	0,18	0,07	0,31	1,26
2	Печенье		50	3,64	6,26	26,96	166,8	13,7	0,65	0,06	0,03	-
			80	3,64	6,26	26,96	189,6	13,7	0,65	0,06	0,03	-
	ИТОГО:			**8,86**	**10,76**	**34,16**	**241,8**	**229,7**	**0,83**	**0,13**	**0,34**	-
				8,86	**10,76**	**34,16**	**279,6**	**229,7**	**0,83**	**0,13**	**0,34**	-
	ВСЕГО за 5 день:			***29,86***	***24,4***	***137,25***	***1007***	***478,69***	***4,58***	***0,43***	***0,63***	***42,76***
				37,53	***37,89***	***172,72***	***1265***	***634***	***6,9***	***0,88***	***0,74***	***59,4***
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	I младшая		**1007 КК**	**72 %**								
	сад		**1265 КК**	**71 %**								

№	Наименование блюд	1-3 лет / 3-7 лет	Выход, г	Пищевые вещества	Минер. вещества, мг	Витамины, мг						
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B_1	B_2	C
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
6 ДЕНЬ												
Завтрак												
1	Салат из зеленого горошка консервированного (салат из кукурузы консерв.)		40	1,19	2,07	1,27	33	8,58	0,27	0,04	0,019	4,4
			60	1,78	3,11	1,91	50	12,87	0,41	0,06	0,028	6,6
2	Омлет натуральный		60	5,64	10,1	1,18	118	47,1	1,16	0,04	0,23	0,11
			80	7,5	13,4	1,57	157	62,8	1,54	0,05	0,31	0,15
3	Чай с сахаром		150	1,69	1,47	25,2	120,37	68,62	1,12	0,03	0,00	1,12
			180	2,03	1,76	30,24	144,45	82,35	1,35	0,03	0,00	1,35
4	Хлеб пшеничный		15	1,07	0,17	6,96	34,35	3,00	0,26	0,015	0,015	-
			20	1,41	0,22	9,08	45,77	4,00	0,34	0,02	0,01	-
5	Хлеб ржаной		10	0,52	0,12	4,43	21,4	2,9	0,2	0,01	0,007	-
			15	1,0	0,23	8,3	40	5,44	0,4	0,02	0,02	-
6	Масло сливочное (порциями)		6	0,06	4,98	0,06	45	0,6	-	-	-	-
			8	0,08	6,64	0,08	60	0,8	-	-	-	-
7	Сыр твёрдый		7,5	2,55	3,25	-	39,6	96,8	0,11	0,006	0,033	0,077
			12	3,94	5	-	61,2	149,6	0,17	0,009	0,051	0,12
	ИТОГО:			**12,72**	**22,16**	**39,1**	**411,72**	**236,18**	**3,52**	**0,14**	**0,3**	**5,71**
				13,8	**30,36**	**51,18**	**558,42**	**317,86**	**4,21**	**0,19**	**0,42**	**8,22**
2 завтрак												
1	Фрукты (яблоки, груши, банан)		100	0,40	-	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	0,02	10,00
			100	0,40	-	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	0,02	10,00
Обед												
1	Борщ		150	1,04	2,94	7,32	60	25,18	0,7	0,02	0,03	4,82
			200	1,73	4,9	12,2	100	41,97	1,16	0,045	0,04	8,04

2	Котлета из мяса птицы		60	14,17	11,96	25,08	189	31,59	1,47	0,03	0,08	0,38
			80	19,33	16,19	33,99	218	42,95	2,08	0,05	0,11	0,96
3	Каша пшеничная		110	3,67	3,01	17,63	169,67	3,24	0,73	0,034	0,04	2,98
			150	4,78	3,93	19,87	231,78	4,16	0,92	0,041	0,06	3,34
4	Кисель из джема		150	0,18	0,09	26,82	108,81	6,2	0,21	-	-	60
			180	0,22	0,11	32,18	130,57	7,4	0,25	-	-	72
5	Хлеб пшеничный		30	2,13	0,33	14,6	68,7	6	0,51	0,03	0,02	-
			40	2,83	0,43	18,16	91,5	8	0,67	0,04	0,026	-
6	Хлеб ржаной		20	1,04	0,24	8,86	42,8	5,8	0,4	0,03	0,025	-
			25	1,56	0,36	13,28	63,99	8,7	0,6	0,039	0,038	-
	ИТОГО:			**19,12**	**17,99**	**86,28**	**351,67**	**89,71**	**3,49**	**0,12**	**0,16**	**78,18**
				26,51	**25,63**	**115,22**	**534,4**	**131,46**	**5,06**	**0,2**	**0,24**	**100,47**
Полдник												
1	Какао с молоком		150	0,6	-	15,24	63,2	24	0,28	0,02	0,01	4,8
			180	0,75	-	19,05	79	30	0,35	0,025	0,03	6
2	Ватрушка из творога		50	3,64	6,26	26,96	261	13,7	0,65	0,06	0,03	-
			80	3,64	6,26	26,96	285	13,7	0,65	0,06	0,03	-
	ИТОГО:			**4,24**	**6,26**	**42,2**	**342,2**	**37,7**	**0,93**	**0,08**	**0,04**	**4,8**
				4,39	**6,26**	**46,01**	**364**	**43,7**	**1**	**0,09**	**0,043**	**6**
	ВСЕГО за 6 день:			***36,48***	***46,41***	***177,38***	***1105***	***379,59***	***10,14***	***0,37***	***0,52***	***98,69***
				45,1	***62,25***	***222,21***	***1456***	***509,02***	***12,47***	***0,51***	***0,72***	***124,69***
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	I младшая		**1105 КК**	**78 %**								
	сад		**1456 КК**	**80 %**								

№	Наименование блюд	1-3 лет / 3-7 лет	Выход, г	Пищевые вещества	Минер. вещества, мг	Витамины, мг						
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. цен-ность, ккал	Ca	Fe	B_1	B_2	C
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
7 ДЕНЬ												
Завтрак												
1	Суп молочный гречневый		150	4,39	4,36	14,99	116,25	141	0,27	0,06	0,11	0,75
			200	5,85	5,81	19,99	155	188	0,36	0,08	0,14	1
2	Кофейный напиток		150	0,04	0,01	6,99	28	8	0,19	-	-	0,02
			180	0,06	0,02	9,99	40	10	0,28	-	-	0,03
3	Хлеб пшеничный		15	1,07	0,17	6,96	34,35	3,00	0,26	0,015	0,015	-
			20	1,41	0,22	9,08	45,77	4,00	0,34	0,02	0,01	-
4	Хлеб ржаной		10	0,52	0,12	4,43	21,4	2,9	0,2	0,01	0,007	-
			15	1,0	0,23	8,3	40	5,44	0,4	0,02	0,02	-
5	Масло сливочное (порциями)		6	0,06	4,98	0,06	45	0,6	-	-	-	-
			8	0,08	6,64	0,08	60	0,8	-	-	-	-
	ИТОГО:			**6,08**	**9,64**	**33,43**	**245**	**155,5**	**0,92**	**0,09**	**0,13**	**0,77**
				8,4	**12,92**	**47,44**	**340,77**	**208,24**	**1,38**	**0,12**	**0,17**	**1,03**
2 завтрак												
1	Сок яблочный		100	0,5	-	12,7	52,66	20	0,24	0,02	0,01	4
			100	0,5	-	12,7	52,66	20	0,24	0,02	0,01	4
Обед												
1	Салат из свежей капусты		40	0,4	-	1	5,4	-	-	-	-	-
			60	0,8	-	2	8,1	-	-	-	-	-
2	Рассольник ленинградский		150	3,36	1,82	9,39	67,35	19,01	0,76	0,52	0,05	6,7
			200	4,48	2,42	12,52	89,8	25,36	1,02	1	0,07	8,94
3	Гуляш		120	15,42	12,41	3,96	189	29,2	1,15	0,04	0,11	0,6
			140	18,05	14,26	4,58	218	32,55	1,38	0,043	0,12	0,97

4	Макароны отварные		110	5,73	4,06	25,76	112	9,88	3,04	0,13	0,07	-
			150	8,59	6,09	38,64	123	14,82	4,56	0,142	0,1	-
5	Компот из сухофруктов		150	0,07	-	7,24	29,15	-	-	-	-	0,27
			180	0,09	-	8,69	34,99	-	-	-	-	0,32
6	Хлеб пшеничный		30	2,13	0,33	14,6	68,7	6	0,51	0,03	0,02	-
			40	2,83	0,43	18,16	91,5	8	0,67	0,04	0,026	-
7	Хлеб ржаной		20	1,04	0,24	8,86	42,8	5,8	0,4	0,03	0,025	-
			25	1,56	0,36	13,28	63,99	8,7	0,6	0,039	0,038	-
	ИТОГО:			**28,77**	**20,15**	**70,68**	**567,06**	**68,28**	**5,98**	**0,31**	**0,3**	**7,59**
				37,23	**25,28**	**97,7**	**682,04**	**84,07**	**8,39**	**0,36**	**0,4**	**10,25**
Полдник												
1	Вафли		30	7,9	4,69	25	112,8	43,5	0,77	0,06	0,1	0,03
			50	7,9	4,69	25	124	43,5	0,77	0,06	0,1	0,03
2	Молоко кипяченое		150	4,58	4,08	7,58	85	189,6	0,16	0,06	0,24	2,05
			180	5,48	4,88	9,07	102	226,8	0,19	0,08	0,28	2,46
	ИТОГО:			**12,48**	**8,77**	**32,58**	**197,8**	**233,1**	**0,93**	**0,12**	**0,34**	**2,08**
				13,38	**9,57**	**34,07**	**226**	**270,3**	**0,96**	**0,14**	**0,38**	**2,49**
	ВСЕГО за 7 день:			***47,83***	***38,56***	***149,39***	***1010***	***476,88***	***8,07***	***0,54***	***0,78***	***10,44***
				59,51	***47,77***	***191,91***	***1266***	***528,61***	***10,94***	***0,64***	***0,96***	***21,72***
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	I младшая		**1010 КК**	**72 %**								
	сад		**1266 КК**	**70 %**								

№	Наименование блюд	1-3 лет 3-7 лет	Выход, г	Пищевые вещества	Минер. вещества, мг	Витамины, мг						
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B_1	B_2	C
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
8 ДЕНЬ												
Завтрак												
1	Овсяная каша		120	17,13	15,17	17,71	95	109,2	0,67	0,05	0,29	0,23
			150	17,13	15,17	17,71	115	109,2	0,67	0,05	0,29	0,23
2	Чай с сахаром		150	3,022	3,21	11,56	88,11	-	-	-	-	1,24
			180	3,63	3,85	13,87	105,73	-	-	-	-	1,48
3	Хлеб пшеничный		15	1,07	0,17	6,96	34,35	3,00	0,26	0,015	0,015	-
			20	1,41	0,22	9,08	45,77	4,00	0,34	0,02	0,01	-
4	Хлеб ржаной		10	0,52	0,12	4,43	21,4	2,9	0,2	0,01	0,007	-
			15	1,0	0,23	8,3	40	5,44	0,4	0,02	0,02	-
5	Масло сливочное (порциями)		6	0,06	4,98	0,06	45	0,6	-	-	-	-
			8	0,08	6,64	0,08	60	0,8	-	-	-	-
	ИТОГО:			**21,8**	**23,65**	**40,72**	**283,86**	**115,7**	**1,13**	**0,08**	**0,31**	**1,47**
				23,17	**26,11**	**49,05**	**365,88**	**119,44**	**1,41**	**0,09**	**0,32**	**1,71**
2 завтрак												
1	Фрукты(яблоки,груши, бананы)		100	0,5	-	12,7	52,66	20	0,24	0,02	0,01	4
			100	0,5	-	12,7	52,66	20	0,24	0,02	0,01	4
Обед												
2	Суп картофельный с клецками		150	1,15	3,8	7,47	62,49	36,12	0,78	0,07	0,06	7,41
			200	1,54	5,06	8,04	83,3	48,16	1,04	0,1	0,08	9,88
3	Голубцы с рисом и с мясом		150	3,84	4,18	6,53	79	25,1	1,22	0,06	0,34	2,8
			200	5,11	5,57	8,7	105,3	33,47	1,62	0,07	0,45	3,73

5	Кисель из джема(повидла)		150	0,12	0,12	17,91	73,2	10,86	0,7	0,007	0,006	1,29
			180	0,14	0,14	21,49	87,84	13,03	0,84	0,008	0,007	1,55
6	Хлеб пшеничный		30	2,13	0,33	14,6	68,7	6	0,51	0,03	0,02	-
			40	2,83	0,43	18,16	91,5	8	0,67	0,04	0,026	-
7	Хлеб ржаной		20	1,04	0,24	8,86	42,8	5,8	0,4	0,03	0,025	-
			25	1,56	0,36	13,28	63,99	8,7	0,6	0,039	0,038	-
	ИТОГО:			**12,3**	**11,68**	**81,35**	**452,19**	**87,12**	**4,34**	**0,23**	**0,47**	**11,5**
				17,38	**16,13**	**112,81**	**627,93**	**115,95**	**5,86**	**0,3**	**0,65**	**15,6**
Полдник												
1	Кофейный напиток с молоком		150	4,35	3,75	6,3	76	186	0,15	0,04	0,2	0,45
			180	5,22	4,5	7,56	92	232	0,18	0,05	0,23	0,54
2	Ватрушка из творога		50	2,6	3,4	26,1	261	102	0,7	-	-	-
			80	4,9	6,3	48,4	285	18,9	1,3	-	-	-
	ИТОГО:			**7**	**7,15**	**32,4**	**337**	**196,2**	**0,85**	**0,04**	**0,2**	**0,45**
				10,1	**10,8**	**56**	**377**	**251**	**1,48**	**0,05**	**0,23**	**0,54**
	ВСЕГО за 8 день:			***41,6***	***42,48***	***167,17***	***1073***	***319***	***6,56***	***0,37***	***1***	***17,42***
				42,16	***53,04***	***230,56***	***1371***	***564***	***8,99***	***0,46***	***1,21***	***21,41***
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	I младшая		**1073 КК**	**76 %**								
	сад		**1371 КК**	**76 %**								

№	Наименование блюд	1-3 лет / 3-7 лет	Выход, г	Пищевые вещества	Минер. вещества, мг	Витамины, мг						
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B_1	B_2	C
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
9 ДЕНЬ												
Завтрак												
1	Каша манная с маслом		150	4,66	5,6	18,82	144	136,97	0,23	0,06	0,05	1,46
			200	6,21	7,47	25,09	192	182,62	0,31	0,08	0,06	1,95
2	Кофейный напиток		150	1,69	1,47	25,2	120,37	68,62	1,12	0,03	0,00	1,12
			180	2,03	1,76	30,24	144,45	82,35	1,35	0,03	0,00	1,35
3	Хлеб пшеничный		15	1,07	0,17	6,96	34,35	3,00	0,26	0,015	0,015	-
			20	1,41	0,22	9,08	45,77	4,00	0,34	0,02	0,01	-
4	Хлеб ржаной		10	0,52	0,12	4,43	21,4	2,9	0,2	0,01	0,007	-
			15	1,0	0,23	8,3	40	5,44	0,4	0,02	0,02	-
5	Сыр		7	2,55	3,25	-	39,6	96,8	0,11	0,006	0,033	0,077
			14	3,94	5	-	61,2	149,6	0,17	0,009	0,051	0,12
6	Масло сливочное (порциями)		6	0,06	4,98	0,06	45	0,6	-	-	-	-
			8	0,08	6,64	0,08	60	0,8	-	-	-	-
	ИТОГО:			**8**	**12,34**	**55,47**	**365,12**	**150,09**	**2,13**	**0,14**	**0,04**	**2,58**
				10,73	**16,32**	**72,79**	**482,22**	**275,21**	**3,02**	**0,2**	**0,09**	**3,3**
2 завтрак												
1	Сок персиковый		100	0,40	-	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	0,02	10,00
			100	0,40	-	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	0,02	10,00
Обед												
1	Суп с мясными фрикадельками		150	1,68	1,71	13,05	74,45	-	-	-	-	-
			200	2,26	2,29	17,4	99,26	-	-	-	-	-

2	Рагу из овощей с мясом		150	14,17	11,96	25,08	267	31,59	1,47	0,03	0,08	0,38
			200	19,33	16,19	33,99	3,59	42,95	2,08	0,05	0,11	0,96
3	Компот из сушенных фруктов		150	0,75	-	19,05	79	30,0	0,36	0,03	0,02	6,00
			150	0,75	-	19,05	79	30,0	0,36	0,03	0,02	6,00
4	Хлеб пшеничный		30	2,13	0,33	14,6	68,7	6	0,51	0,03	0,02	-
			40	2,83	0,43	18,16	91,5	8	0,67	0,04	0,026	-
5	Хлеб ржаной		20	1,04	0,24	8,86	42,8	5,8	0,4	0,03	0,025	-
			25	1,56	0,36	13,28	63,99	8,7	0,6	0,039	0,038	-
	ИТОГО:			**20,54**	**16,67**	**83,98**	**569,51**	**87,85**	**3,27**	**0,19**	**0,16**	**10,18**
				27,58	**22,92**	**106,17**	**604,6**	**111,34**	**4,5**	**0,27**	**0,22**	**12,66**
Полдник												
1	Булочка		60	15,73	16,46	88,9	132	144	2,69	0,29	0,27	0,84
			80	17,73	18,46	90,9	211	163	33,21	0,38	0,31	0,97
2	Какао с молоком		150	4,58	4,08	7,58	85	189,6	0,16	0,06	0,24	2,05
			180	5,48	4,88	9,07	102	226,8	0,19	0,08	0,28	2,46
	ИТОГО:			**20,31**	**20,54**	**96,48**	**217**	**333,6**	**2,85**	**0,35**	**0,51**	**2,89**
				21,21	**21,34**	**97,97**	**313**	**370,08**	**2,88**	**0,37**	**0,55**	**3,3**
	ВСЕГО за 9 день:			***49,25***	***49,55***	***245,73***	***1151,63***	***587,54***	***10,45***	***0,71***	***0,73***	***23,07***
				59,92	***60,58***	***286,73***	***1399,8***	***772,63***	***12,6***	***0,87***	***0,93***	***33,96***
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	1 младшая		**1152 КК**	**82 %**								
	сад		**1400 КК**	**78 %**								

№	Наименование блюд	1-3 лет / 3-7 лет	Выход, г	Пищевые вещества	Минер. вещества, мг	Витамины, мг						
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность, ккал	Ca	Fe	B_1	B_2	C
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
10 ДЕНЬ												
Завтрак												
1	Суп молочный рисовый		150	3,40	3,96	22,94	141,0	8,4	0,34	0,03	0,02	-
			200	4,52	4,07	30,57	177,9	10,6	0,45	0,04	0,02	-
2	Кофейный напиток		150	1,69	1,47	25,2	120,37	68,62	1,12	0,03	0,00	1,12
			180	2,03	1,76	30,24	144,45	82,35	1,35	0,03	0,00	1,35
3	Хлеб пшеничный		15	1,07	0,17	6,96	34,35	3,00	0,26	0,015	0,015	-
			20	1,41	0,22	9,08	45,77	4,00	0,34	0,02	0,01	-
4	Хлеб ржаной		10	0,52	0,12	4,43	21,4	2,9	0,2	0,01	0,007	-
			15	1,0	0,23	8,3	40	5,44	0,4	0,02	0,02	-
5	Масло сливочное (порциями)		6	0,06	4,98	0,06	45	0,6	-	-	-	-
			8	0,08	6,64	0,08	60	0,8	-	-	-	-
	ИТОГО:			**9,76**	**14,54**	**59,59**	**408,92**	**197,92**	**2,05**	**0,09**	**0,07**	**1,21**
				13,44	**18,52**	**78,27**	**536,52**	**270,39**	**2,73**	**0,21**	**0,11**	**1,48**
Завтрак												
1	Фрукты (яблоки, груши, банан)		100	0,40	-	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	0,02	10,00
			100	0,40	-	9,80	44,00	16,00	2,20	0,03	0,02	10,00
Обед												
1	Салат из свеклы		40	0,35	-	8,35	19,5	-	-	-	-	-
			80	0,7	-	16,7	32,5	-	-	-	-	-
2	Щи из свежей капусты с картофелем		150	1,17	3,5	7,56	69,17	-	-	-	-	-
			200	1,9	5,86	12,6	11,52	-	-	-	-	-
3	Пюре картофельное		110	2,04	3,2	13,62	92	24,65	0,67	0,09	0,07	12,1
			150	3,06	4,8	20,43	138	36,97	1,00	0,13	0,10	18,15

4	Рыба тушенная с овощами		60	7,61	2,45	5,33	74	15,3	0,44	0,05	0,04	0,18
			80	10,09	3,26	6,79	97	19,9	0,57	0,06	0,05	0,24
5	Компот из свежих плодов		150	0,12	0,12	17,91	73,2	10,86	0,7	0,007	0,006	1,29
			180	0,14	0,14	21,5	87,84	13,03	0,84	0,008	0,007	1,55
6	Хлеб пшеничный		30	2,13	0,33	14,6	68,7	6	0,51	0,03	0,02	-
			40	2,83	0,43	18,16	91,5	8	0,67	0,04	0,026	-
7	Хлеб ржаной		20	1,04	0,24	8,86	42,8	5,8	0,4	0,03	0,025	-
			25	1,56	0,36	13,28	63,99	8,7	0,6	0,039	0,038	-
	ИТОГО:			**14,49**	**9,84**	**76,23**	**483,37**	**62,61**	**2,72**	**0,21**	**0,16**	**13,57**
				20,28	**14,85**	**109,46**	**576,35**	**86,6**	**3,68**	**0,28**	**0,22**	**19,4**
Полдник												
1	Пряник		30	2,1	1,6	26,3	106,2	3,9	0,23	-	-	-
			50	3,9	3	48,75	131,1	72	0,43	-	-	-
2	Снежок		150	3,022	3,21	11,56	88,11	-	-	-	-	1,23
			180	3,63	3,85	13,87	105,73	-	-	-	-	1,48
	ИТОГО:			**5,12**	**4,81**	**37,86**	**253,21**	**3,9**	**0,23**	**-**	**-**	**1,23**
				6,63	**6,85**	**62,62**	**265,84**	**7,2**	**0,43**	**-**	**-**	**1,48**
	ВСЕГО за 10 день:			***29,75***	***29,18***	***183,48***	***1158,13***	***280,43***	***6,2***	***0,33***	***0,25***	***26,01***
				40,75	***30,22***	***260,15***	***1378,08***	***380,19***	***9,04***	***0,79***	***0,35***	***32,9***
1	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	I младшая		**1158 КК**	**82 %**								
	сад		**1378 КК**	**77%**								

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «РАЗДОЛЬНЕНСКИЕ ДЕТСКИЙ САД №1 «ЗВЕЗДОЧКА» РАЗДОЛЬНЕНСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

Выполнение норм питания по перспективному меню в летне-осенний период

Наименование продуктов	Норм 100% ясли/ сад	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	Всего за 10 дней	%
Молоко и кисломолочные продукты	292/337	50/50	300/380	320/380	320/380	310/370	320/400	360/440	330/390	310/390	310/370	293/355	100/100
Творог, творожные изделия	22/30	110/141	-	-	37/53	-	37/53	-	37/53	-	-	-	100/100
Сметана	7/8	-	12/14	-	-	12/14	10/10	12/14	12/14	-	12/14	7/8	100/100
Сыр твердый	3/5	8/12	-	7,5/12	-	-	7,5/12	-	-	7/14	-	3/5	100/100
Мясо (бескостное/ на кости)	38/41	80/85	-	80/85	-	30/35	30/35	80/85	-	80/85	-	38/41	100/100
Птица	15/18	-	15/15	-	60/75	-	-	-	60/75	-	15/15	15/18	100/100
Рыба	24/28	-	-	25/40	-	100/110	-	-	-	-	115/130	2,5/4	24/28
Печень	15/19	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Яйцо куриное	0,75/0,75	0,7/0,7	0,6/0,6	1/1	0,5/0,5	0,7/0,7	1,5/1,5	-	1/1	0,6/0,6	0,7/0,7	0,75/0,75	100/100
Картофель	90/105	90/100	40/50	220/280	60/80	200/270	30/40	250/310	90/110	190/220	210/280	90/105	100/100
Овощи, зелень	135/165	175/235	100/138	130/146	82/111	92/124	159/211	75/91	142/167	76/103	104/138	135/165	100/100
Фрукты (плоды) свежие	71/75	65/80	100/100	35/45	100/100	35/45	135/140	-	100/100	-	140/145	71/75	100/100
Фрукты (плоды) сухие	7/8	20/25	16/19	-	-	-	-	17/18	-	17/18	-	7/8	100/100
Соки фруктовые (овощные)	75/75	100/100	-	100/100	150/180	100/100	-	100/100	-	100/100	-	75/75	100/100

Наименование продуктов	Норм 100% ясли/ сад	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	Всего за 10 дней	%
Напитки витаминизированные	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Хлеб ржаной	30/38	30/40	30/40	30/40	30/40	30/40	30/40	30/40	30/40	30/40	30/40	30/38	**100/100**
Хлеб пшеничный	45/60	45/60	45/60	45/60	45/60	45/60	45/60	45/60	45/60	45/60	45/60	45/60	**100/100**
Крупы (злаки), бобовые	22/32	35/50	45/65	3/4	59/90	15/20	8/12	18/27	6/12	18/20	15/20	22/32	**100/100**
Макаронные изделия	6/9	-	-	30/40	-	-	-	-	30/50	-	-	6/9	**100/100**
Мука пшеничная хлебопекарская	19/22	57/69	37/40	-	-	34/35	-	-	28/41	34/35	-	19/22	**100/100**
Масло коровье сладкосливочное	14/16	10/13	15/20	12/16	11/15	14/18	13/17	11/15	11/15	11/14	11/15	14/16	**100/100**
Масло растительное	7/8	11/13	7/7	7/8	6/8	8/9	7/8	6/7	5/6	7/8	6/6	7/8	**100/100**
Кондитерские изделия	9/15	-	-	20/25	-	35/50	-	20/25	-	-	25/50	9/15	**100/100**
Чай, включая фиточай	0,4/0,4	0,6/0,6	-	0,6/0,6	-	0,7/0,7	0,7/0,7	-	0,7/0,7	-	0,7/0,7	0,4/0,4	**100/100**
Какао-порошок	0,4/0,5	1,3/1,6	-	-	-	-	1,3/1,6	-	-	1,4/1,8	-	0,4/0,5	**100/100**
Кофейный напиток	0,7/0,9	-	1,2/1,5	1,1/1,5	1,1/1,5	-	-	1,1/1,5	1,2/1,5	1,3/1,5	-	0,7/0,9	**100/100**
Сахар	19/23	28/35	20/27	22/30	19/22	23/25	13/28	15/21	27/35	26/35	18/23	19/23	**100/100**
Дрожжи хлебопекарские	0,3/0,4	0,5/0,5	0,4/0,6	-	0,4/0,6	-	0,5/0,6	-	0,4/0,5	0,4/0,6	-	0,3/0,4	**100/100**
Мука картофельная (крахмал)	1,5/2	-	-	5/6	-	-	5/6	-	5/8	-	-	1,5/2	**100/100**
Соль пищевая поваренная	2/4	2/4	2/4	2/4	2/4	2/4	2/4	2/4	2/4	2/4	2/4	2/4	**100/100**
											1 младшая		**100 %**
											Сад		**100 %**

Медсестра **А.И.Воронкина**

Перечень литературы:

1. «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях» - под редакцией М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна – М.: Де Ли принт. 2011г.

2. «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений», в 2х частях – под ред. Доц. Коровка Л.С., доц. Добросердова И.И. и др., Уральский региональный центр питания 2004г.

3. «Сборник рецептур блюд для предприятий общественного питания на производственных предприятиях и в учебных заведениях» - 04.01.1973г. № 1.

4. «Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий» 1983г. 1,2,3 том.

5. «Организация рационального питания детей в ДОУ» - сост. Беленова Г.И., Павлова Т.А., - Воронеж 2008г.

6. «Продукты и блюда в детском питании», - К.С. Ладодо, Л.В. Дружинина.

7. «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах».

Всего в данном документе
пронумеровано, прошито,
скреплено печатью и подписью
24 (двадцать четыре)
листов
Заведующий МБДОУ Раздольненский
детский сад № 1 «Звездочка»
Е.В. Острянская