

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ "Новоивановская средняя школа им.Масько П.Н."

Зайцев Е.В.

" ____ " _____ 20 г.

**ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ПИТАНИЯ ВОСПИТАННИКОВ В
МУНИЦИПАЛЬНЫХ БЮДЖЕТНЫХ ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧЕРЕЖДЕНИЯХ И ДОШКОЛЬНЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ
ЧЕРНОМОРСКОГО РАЙОНА
МБОУ "Новоивановская средняя школа" ДО "Барвинок"
(Возрастная категория детей от 3 до 7 лет с 8-10 часовым пребыванием в учреждении)**

ЛЕТНЕ-ОСЕННИЙ ПЕРИОД

День:1. понедельник

Неделя: первая

Возрастная категория: 3 - 7 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		А	В ₁	С	Са	Р	Fe
Завтрак												
181	Каша вязкая молочная манная	200	6.00	3.94	43.34	233.00	14.80	0.10	0.96	131.28	153.72	0.82
376	Чай с сахаром	180	0.06	0.02	13.50	54.00	0.00	0.00	0.04	9.99	2.52	0.25
1\1	Хлеб белый	30	3.21	1.35	13.05	82.20	0.00	0.12	0.06	37.50	38.70	1.08
14	масло сливочное	8	0.06	5.80	0.10	52.80	32.00	0.00	0.00	1.92	2.40	0.02
15	Сыр	10	2.32	2.95	0.00	36.00	26.00	0.00	0.07	88.00	50.00	0.10

	итого	428	11.66	14.06	69.99	458.00	72.80	0.23	1.13	268.69	247.34	2.27
2-ой завтрак												
386	Кисломолочный напиток	150	5.22	4.50	7.20	90.00	36.00	0.07	1.26	216.00	162.00	0.18
	итого	150	5.22	4.50	7.20	90.00	36.00	0.07	1.26	216.00	162.00	0.18
Обед												
71	Огурец соленый	70	0.49	0.07	1.33	8.40	0.00	0.03	3.43	11.90	21.00	0.35
86	Свекольник (мясной бульон)	180	1.26	3.51	4.25	57.60	0.00	0.04	12.33	36.52	27.97	0.49
309	Макароны отварные с маслом	157	15.29	7.05	35.45	255.00	4419.55	0.25	5.60	26.03	242.17	5.15
295	Котлета рубленая (филе курицы)	80	12.24	23.52	12.35	310.40	73.12	0.08	0.83	44.43	74.83	1.13
349	Компот из сухофруктов	180	0.59	0.09	28.82	119.52	0.00	0.02	1.01	29.23	21.10	0.63
1\1	Хлеб белый	20	2.14	0.90	8.70	54.80	0.00	0.08	0.04	25.00	25.80	0.72
1\2	Хлеб ржаной	30	2.55	0.99	12.75	77.70	0.00	0.13	0.12	21.90	37.50	0.85
	итого	717	34.57	36.13	103.65	883.42	4492.67	0.62	23.36	195.01	450.37	9.31
Полдник												
190	Пудинг манный	80	5.50	8.00	41.80	216.00	0.00	0.40	0.00	12.00	0.10	0.40
379	Кофейный напиток с молоком	180	2.84	2.41	14.35	90.54	18.00	0.04	1.17	113.20	81.00	0.13
п/п	Сгущеное молоко	10	1.44	1.70	11.20	64.00	0.01	0.01	0.20	61.40	43.80	0.04
338	Фрукта	100	0.40	0.40	9.80	47.00	0.00	0.03	10.00	16.00	11.00	2.20
	итого	370	10.18	12.51	77.15	417.54	18.01	0.48	11.37	202.60	135.90	2.77
ИТОГО за день		1665	61.63	67.20	257.99	1848.96	4619.48	1.40	37.12	882.31	995.61	14.53
Норматив по САНПиН (75%)		1350	40.50	45.00	195.80	1350.00	375.00	0.70	37.50	675.00	600.00	7.50

День: 2. вторник

Неделя: первая

Возрастная категория: 3 - 7 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		А	В ₁	С	Са	Р	Fe
Завтрак												
173	Каша вязкая молочная гречневая	200	8.56	3.82	54.18	286.00	14.80	0.14	0.96	146.78	218.30	2.36
376	Чай с сахаром	180	0.06	0.02	13.50	54.00	0.00	0.00	0.04	9.99	2.52	0.25
1\1	Хлеб белый	30	3.21	1.35	13.05	82.20	0.00	0.12	0.06	37.50	38.70	1.08
14	масло сливочное	8	0.06	5.80	0.10	52.80	32.00	0.00	0.00	1.92	2.40	0.02
	итого	418	11.90	10.99	80.83	475.00	46.80	0.26	1.06	196.19	261.92	3.71
2-ой завтрак												
1\3	Кондитерские изделия	30	2.01	2.27	21.62	114.90	12.00	0.05	0.00	5.93	22.49	0.43
389	Сок	200	1.00	0.00	20.20	84.80	0.00	0.02	4.00	14.00	14.00	2.80
	итого	230	3.01	2.27	41.82	199.70	12.00	0.07	4.00	19.93	36.49	3.23

Обед												
46	Салат из белокочанной капусты с яблоком	70	0.92	2.28	4.53	42.28	0.00	0.01	11.97	17.48	19.82	0.33
81	Борщ со сметаной (мясной бульон)	180	1.15	3.49	6.17	65.70	0.00	0.02	7.87	37.82	33.19	0.79
304	Рис отварной с маслом 130/5	135	4.90	10.79	48.99	312.60	20.00	0.04	0.00	3.02	82.76	0.71
331	Соус сметанный с томатом	20	0.38	1.17	1.59	18.46	69.00	0.01	46.00	6.73	7.59	0.10
234	Котлета рыбная	80	6.50	7.73	7.99	128.00	24.70	0.04	0.33	37.14	94.23	0.74
342	Компот из свежих яблок	180	0.14	0.14	25.09	103.14	0.00	0.01	0.99	12.76	3.96	0.86
1\1	Хлеб белый	20	2.14	0.90	8.70	54.80	0.00	0.08	0.04	25.00	25.80	0.72
1\2	Хлеб ржаной	30	2.55	0.99	12.75	77.70	0.00	0.13	0.12	21.90	37.50	0.85
	итого	715	18.68	27.49	115.81	802.68	113.70	0.34	67.32	161.85	304.85	5.10
Полдник												
429	Булочка "Веснушка" с повидлом	80	6.24	4.90	0.38	222.40	4.80	0.11	0.00	1.81	62.72	1.17
п/п	Кисель	180	0.06	0.02	9.99	40.00	0.00	0.00	0.03	10.00	162.00	0.28
338	Фрукта	100	0.40	0.40	9.80	47.00	0.00	0.03	10.00	16.00	11.00	2.20
	итого	360	6.70	5.32	20.17	309.40	4.80	0.14	10.03	27.81	235.72	3.65
	ИТОГО за день	1723	40.29	46.06	258.63	1786.78	177.30	0.81	82.40	405.77	838.98	15.69
	Норматив по САНПиН (75%)	1350	40.50	45.00	195.80	1350.00	375.00	0.70	37.50	675.00	600.00	7.50

День: 3. среда
Неделя: первая
Возрастная категория: 3 - 7 лет

№ рецептур ы	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		А	В ₁	С	Са	Р	Fe
Завтрак												
173	Каша вязкая молочная из хлопьев Геркулес	200	8.24	5.88	47.48	276.00	14.80	0.18	0.96	147.50	231.98	1.74
376	Чай с сахаром	180	0.06	0.02	13.50	54.00	0.00	0.00	0.04	9.99	2.52	0.25
1\1	Хлеб белый	30	3.21	1.35	13.05	82.20	0.00	0.12	0.06	37.50	38.70	1.08
14	масло сливочное	8	0.06	5.80	0.10	52.80	32.00	0.00	0.00	1.92	2.40	0.02
15	Сыр	10	2.32	2.95	0.00	36.00	26.00	0.00	0.07	88.00	50.00	0.10
	итого	428	13.90	16.00	74.13	501.00	72.80	0.31	1.13	284.91	325.60	3.19
2-ой завтрак												
386	Кисломолочный напиток	150	5.22	4.50	7.20	90.00	36.00	0.07	1.26	216.00	162.00	0.18
	Фрукта	100	0.40	0.40	9.80	47.00	0.00	0.03	10.00	16.00	11.00	2.20
	итого	250	5.62	4.90	17.00	137.00	36.00	0.10	11.26	232.00	173.00	2.38
Обед												
62	Салат с моркови	70	0.738	0.054	6.888	49.02	0	0.036	2.016	15.456	31.662	0.396

96	Рассольник Ленинградский (куриный бульон)	180	1.46	3.67	8.62	77.22	0.00	0.07	6.03	20.99	40.84	0.67
309	Макароны отварные с маслом	157	15.29	7.05	35.45	255.00	4419.55	0.25	5.60	26.03	242.17	5.15
279	Тефтели(говядина) с соусом №331 70/57	127	10.677	11.925	13.98	205.905	46.26	0.075	0.975	38.115	120.51	1.185
342	Компот из св. яблок	180	0.14	0.14	25.09	103.14	0.00	0.01	0.99	12.76	3.96	0.86
1\1	Хлеб белый	20	2.14	0.90	8.70	54.80	0.00	0.08	0.04	25.00	25.80	0.72
1\2	Хлеб ржаной	30	2.55	0.99	12.75	77.70	0.00	0.13	0.12	21.90	37.50	0.85
	итого	764	33.00	24.73	111.48	822.79	4465.81	0.66	15.78	160.25	502.45	9.83
	Полдник											
п/п	Стушеное молоко	10	1.44	1.70	11.20	64.00	0.01	0.01	0.20	61.40	43.80	0.04
223	Запеканка творожная	100	17.87	12.10	2.20	288.00	74.20	0.10	8.00	156.30	216.50	1.10
1\1	Хлеб белый	20	2.14	0.90	8.70	54.80	0.00	0.08	0.04	25.00	25.80	0.72
382	Какао с молоком	180	3.67	3.19	15.82	106.74	21.96	0.05	1.42	137.00	112.10	0.43
209	Яйцо вареное	40	5.10	4.60	0.30	63.00	100.00	0.03	0.00	22.00	76.80	1.00
	итого	310	30.22	22.49	38.22	576.54	196.17	0.27	9.66	401.70	475.00	3.29
	ИТОГО за день	1752	82.74	68.12	240.84	2037.33	4770.78	1.34	37.82	1078.86	1476.05	18.69
	Норматив по САНПиН (75%)	1350	40.50	45.00	195.80	1350.00	375.00	0.70	37.50	675.00	600.00	7.50

День: 4. Четверг

Неделя: первая

Возрастная категория: 3 - 7 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		А	В ₁	С	Са	Р	Fe
	Завтрак											
174	Каша вязкая молочная из риса	200	5.92	3.60	52.80	268.00	14.80	0.06	0.96	128.58	154.44	0.74
376	Чай с сахаром	180	0.06	0.02	13.50	54.00	0.00	0.00	0.04	9.99	2.52	0.25
14	Масло сливочное	8	0.06	5.80	0.10	52.80	32.00	0.00	0.00	1.92	2.40	0.02
1\1	Хлеб белый	30	3.21	1.35	13.05	82.20	0.00	0.12	0.06	37.50	38.70	1.08
	итого	418	9.26	10.77	79.45	457.00	46.80	0.18	1.06	177.99	198.06	2.09
	2-ой завтрак											
1\3	Кондитерские изделия	30	2.01	2.27	21.62	114.90	12.00	0.05	0.00	5.93	22.49	0.43
386	Кисломолочный напиток	150	5.22	4.50	7.20	90.00	36.00	0.07	1.26	216.00	162.00	0.18
	итого	180	7.23	6.77	28.82	204.90	48.00	0.12	1.26	221.93	184.49	0.61
	Обед											
55	Салат из свеклы с сол. огурцом и зелен.горош	70	1.0	4.2	4.4	59.5	0.0	0.0	4.2	21.5	27.7	0.7
106	Суп рыбный с крупой	180	7.09	6.05	10.3	156.4	10.8	0.07	6.56	32.6	127	0.9
312	Картофельное пюре	150	3.1	4.8	20.4	137.3	0.0	0.1	18.2	37.0	86.6	1.0
295	Шницель (говядина)	80	12.4	9.3	15.4	183.0	40.00	0.06	0.00	12.82	169.76	2.70
342	Компот из св. яблок	180	0.14	0.14	25.09	103.14	0.00	0.01	0.99	12.76	3.96	0.86

1\1	Хлеб белый	45	4.82	2.03	19.58	123.30	0.00	0.18	0.09	56.25	58.05	1.62
1\2	Хлеб ржаной	30	2.55	0.99	12.75	77.70	0.00	0.13	0.12	21.90	37.50	0.85
	итого	665	30.10	23.28	103.60	780.79	50.80	0.59	25.93	173.31	482.87	7.94
Полдник												
219	Сырники из творога	70	8.60	7.67	6.83	130.38	33.78	0.04	0.13	76.55	104.92	0.35
379	Кофейный напиток с молоком	180	2.84	2.41	14.35	90.54	18.00	0.04	1.17	113.20	81.00	0.13
	итого	250	11.44	10.08	21.17	220.92	51.78	0.07	1.30	189.75	185.92	0.48
	ИТОГО за день	1513	58.03	50.90	233.05	1663.61	197.38	0.96	29.54	762.98	1051.33	11.11
	Норматив по САНПиН (75%)	1350	40.50	45.00	195.80	1350.00	375.00	0.70	37.50	675.00	600.00	7.50

День:5. Пятница

Неделя: первая

Возрастная категория: 3 - 7 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		А	В ₁	С	Ca	P	Fe
Завтрак												
181	Каша жидкая молочная манная	200	6.04	3.48	42.24	225.00	18.00	0.08	1.18	131.68	115.20	0.48
376	Чай с сахаром	180	0.06	0.02	13.50	54.00	0.00	0.00	0.04	9.99	2.52	0.25
1\1	Хлеб белый	30	3.21	1.35	13.05	82.20	0.00	0.12	0.06	37.50	38.70	1.08
14	Масло сливочное	8	0.06	5.80	0.10	52.80	32.00	0.00	0.00	1.92	2.40	0.02
15	Сыр	10	2.32	2.95	0.00	36.00	26.00	0.00	0.07	88.00	50.00	0.10
	итого	428	11.70	13.60	68.89	450.00	76.00	0.21	1.35	269.09	208.82	1.93
2-ой завтрак												
88	Фрукта	100	6.70	7.55	72.06	383.00	40.00	0.16	0.00	19.75	74.97	1.43
	итого	100	6.70	7.55	72.06	383.00	40.00	0.16	0.00	19.75	74.97	1.43
Обед												
71	Огурец соленый	70	0.49	0.07	1.33	8.40	0.00	0.03	3.43	11.90	21.00	0.35
81	Борщ со сметаной (мясной бульон)	180	1.15	3.49	6.17	65.70	0.00	0.02	7.87	37.82	33.19	0.79
259	Жаркое по домашнему из курицы	175	16.60	18.32	13.89	287.20	0.00	0.31	21.41	27.68	216.79	3.39
349	Компот из сухофруктов	180	0.59	0.09	28.82	119.52	0.00	0.02	1.01	29.23	21.10	0.63
1\1	Хлеб белый	20	2.14	0.90	8.70	54.80	0.00	0.08	0.04	25.00	25.80	0.72
1\2	Хлеб ржаной	30	2.55	0.99	12.75	77.70	0.00	0.13	0.12	21.90	37.50	0.85
	итого	655	23.53	23.86	71.66	613.32	0.00	0.59	33.87	153.53	355.38	6.73

Полдник												
210	Омлет натуральный	80	7.43	13.10	1.41	154.48	173.10	0.06	0.14	54.98	120.42	1.41
п/п	Кисель	180	0.29	0.00	35.46	144.00	0.00	0.02	2.16	20.21	16.65	0.17
306	Горошек зеленый консервированный	70	1.55	0.10	3.25	20.10	0.00	0.06	5.00	10.00	31.00	0.35
1\1	Хлеб белый	20	2.14	0.90	8.70	54.80	0.00	0.08	0.04	25.00	25.80	0.72
	итого	350	11.41	14.10	48.82	373.38	173.10	0.22	7.34	110.19	193.87	2.65
	ИТОГО за день	1533	53.33	59.11	261.43	1819.70	289.10	1.17	42.56	552.56	833.03	12.74
	Норматив по САНПиН (75%)	1350	40.50	45.00	195.80	1350.00	375.00	0.70	37.50	675.00	600.00	7.50

День: 6. Понедельник
Неделя: вторая
Возрастная категория: 3 - 7 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		А	В ₁	С	Са	Р	Fe
Завтрак												
173	Каша вязкая молочная из хлопьев Геркулес	200	8.24	5.88	47.48	276.00	14.80	0.18	0.96	147.50	231.98	1.74
379	Кофейный напиток с молоком	180	2.84	2.41	14.35	90.54	18.00	0.04	1.17	113.20	81.00	0.13
14	Масло сливочное	8	0.06	5.80	0.10	52.80	32.00	0.00	0.00	1.92	2.40	0.02
1\1	Хлеб белый	30	3.21	1.35	13.05	82.20	0.00	0.12	0.06	37.50	38.70	1.08
	итого	418	14.36	15.44	74.98	501.54	64.80	0.34	2.19	300.12	354.08	2.96
2-ой завтрак												
386	Сок	200	1.00	0.00	20.20	84.80	0.00	0.02	4.00	14.00	14.00	2.80
	итого	200	1.00	0.00	20.20	84.80	0.00	0.02	4.00	14.00	14.00	2.80
Обед												
62	Салат с моркови	70	1.23	0.09	11.48	81.7	0	0.06	3.36	25.76	52.77	0.66
106	Суп рыбный с крупой	180	7.09	6.05	10.3	156.4	10.8	0.07	6.56	32.6	127	0.9
171	Каша гречневая	150	6.84	8.01	40.06	260	0.06	0.13	0	36.09	36.66	2.65
279	Тефтели(говядина) с соусом №331 70/57	127	10.677	11.925	13.98	205.905	46.26	0.075	0.975	38.115	120.51	1.185
342	Компот из св. яблок	180	0.14	0.14	25.09	103.14	0.00	0.01	0.99	12.76	3.96	0.86
1\1	Хлеб белый	40	4.28	1.80	17.40	109.60	0.00	0.16	0.08	50.00	51.60	1.44
1\2	Хлеб ржаной	30	2.55	0.99	12.75	77.70	0.00	0.13	0.12	21.90	37.50	0.85
	итого	707	31.58	28.92	119.58	912.75	57.12	0.58	8.73	191.47	377.23	7.89
Полдник												
401	Оладьи	75	5.72	5.51	32.02	200.30	14.34	0.11	0.33	83.37	101.91	0.95

п/п	Повидло	10	0.04	0.00	6.50	25.00	0.00	0.00	0.05	1.40	0.90	0.13
338	Фрукта	100	0.40	0.40	9.80	47.00	0.00	0.03	10.00	16.00	11.00	2.20
382	Какао с молоком	180	3.67	3.19	15.82	106.74	21.96	0.05	1.42	137.00	112.10	0.43
	итого	365	9.83	9.09	64.14	379.04	36.30	0.19	11.80	237.77	225.91	3.71
	ИТОГО за день	1690	56.77	53.45	278.90	1878.12	158.22	1.13	26.72	743.36	971.22	17.36
	Норматив по САНПиН (75%)	1350	40.50	45.00	195.80	1350.00	375.00	0.70	37.50	675.00	600.00	7.50

День: 7. Вторник

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3 - 7 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		А	В ₁	С	Са	Р	Fe
Завтрак												
173	Каша жидкая молочная гречневая	200	8.56	3.82	54.18	286.00	14.80	0.14	0.96	146.78	218.30	2.36
1\1	Хлеб белый	30	3.21	1.35	13.05	82.20	0.00	0.12	0.06	37.50	38.70	1.08
14	Масло сливочное	8	0.06	5.80	0.10	52.80	32.00	0.00	0.00	1.92	2.40	0.02
15	Сыр	10	2.32	2.95	0.00	36.00	26.00	0.00	0.07	88.00	50.00	0.10
376	Чай с сахаром	180	0.06	0.02	13.50	54.00	0.00	0.00	0.04	9.99	2.52	0.25
	итого	428	14.22	13.94	80.83	511.00	72.80	0.27	1.13	284.19	311.92	3.81
2-ой завтрак												
386	Кисломолочный напиток	150	5.22	4.50	7.20	90.00	36.00	0.07	1.26	216.00	162.00	0.18
	итого	150	5.22	4.50	7.20	90.00	36.00	0.07	1.26	216.00	162.00	0.18
Обед												
54	Салат из свеклы с яблоками	70	0.8	4.3	7.8	72.7	0.0	0.0	4.5	20.5	22.3	1.0
96	Рассольник Ленинградский со сметаной (мясной бул	180	1.46	3.67	8.62	77.22	0.00	0.07	6.03	20.99	40.84	0.67
312	Картофельное пюре	150	3.1	4.8	20.4	137.3	0.0	0.1	18.2	37.0	86.6	1.0
229	Рыба с овощами	100	9.75	4.95	3.8	105	5.81	0.05	3.72	39	162.18	0.85
349	Компот из сухофруктов	180	0.59	0.09	28.82	119.52	0.00	0.02	1.01	29.23	21.10	0.63
1\1	Хлеб белый	20	2.14	0.90	8.70	54.80	0.00	0.08	0.04	25.00	25.80	0.72
1\2	Хлеб ржаной	30	2.55	0.99	12.75	77.70	0.00	0.13	0.12	21.90	37.50	0.85
	итого	730	20.32	19.66	90.98	644.22	5.81	0.50	33.59	193.58	396.28	5.76
Полдник												
222	Пудинг из творога	80	11.12	7.68	16.08	177.92	48.00	0.04	0.16	104.00	150.40	0.72
п/п	Сгущенное молоко	10	1.44	1.70	11.20	64.00	0.01	0.01	0.20	61.40	43.80	0.04
379	Кофейный напиток на молоке	180	5.22	5.76	8.64	96.30	36.00	0.07	2.34	216.00	162.00	0.18
	итого	270	6.66	7.46	19.84	160.30	36.01	0.08	2.54	277.40	205.80	0.22
	ИТОГО за день	1578	46.41	45.56	198.86	1405.52	150.62	0.92	38.52	971.17	1076.00	9.96

Норматив по САНПиН (75%)	1350	40.50	45.00	195.80	1350.00	375.00	0.70	37.50	675.00	600.00	7.50
--------------------------	------	-------	-------	--------	---------	--------	------	-------	--------	--------	------

День: 8. Среда
Неделя: вторая
Возрастная категория: 3 - 7 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		А	В ₁	С	Са	Р	Fe
Завтрак												
174	Каша вязкая молочная из риса	200	5.92	3.60	52.80	268.00	14.80	0.06	0.96	128.58	154.44	0.74
376	Чай с сахаром	180	0.06	0.02	13.50	54.00	0.00	0.00	0.04	9.99	2.52	0.25
1\1	Хлеб белый	30	3.21	1.35	13.05	82.20	0.00	0.12	0.06	37.50	38.70	1.08
14	Масло сливочное	8	0.06	5.80	0.10	52.80	32.00	0.00	0.00	1.92	2.40	0.02
	итого	418	9.26	10.77	79.45	457.00	46.80	0.18	1.06	177.99	198.06	2.09
2-ой завтрак												
386	Сок	200	1.00	0.00	20.20	84.80	0.00	0.02	4.00	14.00	14.00	2.80
	итого	200	1.00	0.00	20.20	84.80	0.00	0.02	4.00	14.00	14.00	2.80
Обед												
67	Винегрет	70	1.0	7.0	5.1	87.6	0.0	0.0	6.7	21.9	30.3	0.6
102	Суп картофель с бобовыми (мясной бульон)	180	3.96	3.80	11.90	106.74	0.00	0.16	4.19	30.73	63.43	1.48
291	Плов с курицы	150	13.5	6.7	27.4	224.0	21.0	0.1	4.9	27.1	142.0	1.4
342	Компот из св яблок	180	0.14	0.14	25.09	103.14	0.00	0.02	0.99	12.76	3.96	0.86
1\1	Хлеб белый	20	2.14	0.90	8.70	54.80	0.00	0.08	0.04	25.00	25.80	0.72
1\2	Хлеб ржаной	30	2.55	0.99	12.75	77.70	0.00	0.13	0.12	21.90	37.50	0.85
	итого	630	23.29	19.57	90.89	653.95	21.00	0.53	16.99	139.33	302.99	5.89
Полдник												
218	Ленивые вареники	110	14.83	7.04	23.74	218.00	50.10	0.04	0.19	97.41	140.00	0.40
382	Какао с молоком	180	3.7	3.2	15.8	106.7	22.0	0.1	1.4	137.0	112.1	0.4
209	Яйцо вареное	40	5.1	4.6	0.3	63.0	100.0	0.0	0.0	22.0	76.8	1.0
	итого	330	23.60	14.83	39.86	387.74	172.06	0.12	1.61	256.41	328.90	1.83
	ИТОГО за день	1578	57.15	45.16	230.41	1583.49	239.86	0.85	23.66	587.73	843.95	12.61
	Норматив по САНПиН (75%)	1350	40.50	45.00	195.80	1350.00	375.00	0.70	37.50	675.00	600.00	7.50

День: 9. Четверг
Неделя: вторая
Возрастная категория: 3 - 7 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		А	В ₁	С	Ca	P	Fe
Завтрак												
120	Каша молочная вермишелевая	200	8.56	3.82	54.18	286.00	14.80	0.14	0.96	146.78	218.30	2.36
376	Чай с сахаром	180	0.06	0.02	13.50	54.00	0.00	0.00	0.04	9.99	2.52	0.25
1\1	Хлеб белый	30	3.21	1.35	13.05	82.20	0.00	0.12	0.06	37.50	38.70	1.08
14	Масло сливочное	8	0.06	5.80	0.10	52.80	32.00	0.00	0.00	1.92	2.40	0.02
15	Сыр	10	2.32	2.95	0.00	36.00	26.00	0.00	0.07	88.00	50.00	0.10
	итого	428	14.22	13.94	80.83	511.00	72.80	0.27	1.13	284.19	311.92	3.81
2-ой завтрак												
386	Кисломолочный напиток	150	5.22	4.50	7.20	90.00	36.00	0.07	1.26	216.00	162.00	0.18
	итого	150	5.22	4.50	7.20	90.00	36.00	0.07	1.26	216.00	162.00	0.18
Обед												
306	Горошек зеленый консервированный	70	1.55	0.10	3.25	20.10	0.00	0.06	5.00	10.00	31.00	0.35
81	Борщ со сметаной (мясной бульон)	180	1.15	3.49	6.17	65.70	0.00	0.02	7.87	37.82	33.19	0.79
312	Картофельное пюре	150	2.65	4.16	17.72	118.95	0.00	0.12	15.74	32.05	75.05	0.87
295	Шницель (говядина)	80	15.84	22.54	13.22	322.00	40.00	0.06	0.00	12.82	169.76	2.70
п/п	Кисель	180	0.29	0.00	35.46	144.00	0.00	0.02	2.16	20.21	16.65	0.17
1\1	Хлеб белый	20	2.14	0.90	8.70	54.80	0.00	0.08	0.04	25.00	25.80	0.72
1\2	Хлеб ржаной	30	2.55	0.99	12.75	77.70	0.00	0.13	0.12	21.90	37.50	0.85
	итого	710	26.17	32.18	97.27	803.25	40.00	0.48	30.93	159.80	388.95	6.45
Полдник												
429	Плюшка сахарная	80	6.24	4.90	0.38	222.40	4.80	0.11	0.00	1.81	62.72	1.17
338	Фрукта	100	0.40	0.40	9.80	47.00	0.00	0.03	10.00	16.00	11.00	2.20
376	Чай с сахаром	180	0.06	0.02	13.50	54.00	0.00	0.00	0.04	9.99	2.52	0.25
	итого	360	6.70	5.31	23.68	323.40	4.80	0.14	10.04	27.80	76.24	3.62
	ИТОГО за день	1648	52.31	55.93	208.99	1727.65	153.60	0.96	43.35	687.79	939.11	14.06
	Норматив по САНПиН (75%)	1350	40.50	45.00	195.80	1350.00	375.00	0.70	37.50	675.00	600.00	7.50

День: 10. Пятница**Неделя: вторая****Возрастная категория: 3 - 7 лет**

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		А	В ₁	С	Ca	P	Fe
Завтрак												
181	Каша жидкая молочная манная	200	6.04	3.48	42.24	225.00	18.00	0.08	1.18	131.68	115.20	0.48
376	Чай с сахаром	180	0.06	0.02	13.50	54.00	0.00	0.00	0.04	9.99	2.52	0.25
1\1	Хлеб белый	30	3.21	1.35	13.05	82.20	0.00	0.12	0.06	37.50	38.70	1.08
14	Масло сливочное	8	0.06	5.80	0.10	52.80	32.00	0.00	0.00	1.92	2.40	0.02
	итого	418	9.38	10.65	68.89	414.00	50.00	0.20	1.28	181.09	158.82	1.83
2-ой завтрак												
1\3	Кондитерские изделия	30	2.01	2.27	21.62	114.90	12.00	0.05	0.00	5.93	22.49	0.43
386	Сок	200	1.00	0.00	20.20	84.80	0.00	0.02	4.00	14.00	14.00	2.80
	итого	230	3.01	2.27	41.82	199.70	12.00	0.07	4.00	19.93	36.49	3.23
Обед												
45	Салат из белокочанной капусты	70	0.92	2.28	4.53	42.28	0.00	0.01	11.97	17.48	19.82	0.33
108	Суп с галушками со сметаной (куриный бульон)	180	3.16	1.72	13.68	84.82	0.56	0.09	3.80	20.02	54.20	0.94
309	Макароны отварные с маслом	157	15.29	7.05	35.45	266.90	4419.55	0.25	5.60	26.03	242.17	5.15
234	Котлета рыбная	80	10.40	12.37	12.78	204.80	39.52	0.06	0.53	59.42	150.77	1.18
349	Компот из сухофруктов	180	0.59	0.09	28.82	119.52	0.00	0.02	1.01	29.23	21.10	0.63
1\1	Хлеб белый	20	2.14	0.90	8.70	54.80	0.00	0.08	0.04	25.00	25.80	0.72
1\2	Хлеб ржаной	30	2.55	0.99	12.75	77.70	0.00	0.13	0.12	21.90	37.50	0.85
	итого	717	35.05	25.39	116.71	850.82	4459.63	0.65	23.07	199.09	551.35	9.80
Полдник												
210	Омлет натуральный	80	7.43	13.10	1.41	154.48	173.10	0.06	0.14	54.98	120.42	1.41
1\1	Хлеб белый	20	2.14	0.90	8.70	54.80	0.00	0.08	0.04	25.00	25.80	0.72
385	Кофейный напиток на молоке	180	5.22	5.76	8.64	96.30	36.00	0.07	2.34	216.00	162.00	0.18
п/п	Кукуруза консервированная	70	1.10	0.20	5.60	29.00	1.00	0.01	2.40	21.00	20.50	0.18
	итого	350	15.89	19.96	24.35	334.58	210.10	0.22	4.92	316.98	328.72	2.49
ИТОГО за день		1715	63.33	58.27	251.77	1799.10	4731.73	1.14	33.26	717.08	1075.38	17.35
Норматив по САНПиН (75%)		1350	40.50	45.00	195.80	1350.00	375.00	0.70	37.50	675.00	600.00	7.50

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ "Новоивановская средняя школа им.Масько П.Н."

Зайцев Е.В.

" ____ " _____ 20 ____ г.

**ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ПИТАНИЯ ВОСПИТАННИКОВ В
МУНИЦИПАЛЬНЫХ БЮДЖЕТНЫХ ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧЕРЕЖДЕНИЯХ И ДОШКОЛЬНЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ
ЧЕРНОМОРСКОГО РАЙОНА
МБОУ "Новоивановская средняя школа" ДО "Барвинок"
(Возрастная категория детей от 3 до 7 лет с 8-10 часовым пребыванием в учреждении)**

ЛЕТНЕ-ОСЕННИЙ ПЕРИОД

Ведомость контроля за рационом питания детей в возрасте от 3-х до 7 лет

с _____ по _____

ХИМИЧЕСКИЙ СОСТАВ	Пищевая ценность			Энергетическая	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)		
	Б	Ж	У		А	В ₁	С	Са	Р	Fe
Норматив по САНПиН (75%)	40.5	45.0	195.8	1,350.0	375.0	0.7	37.5	675.0	600.0	7.5
Понедельник	61.6	67.2	258.0	1,849.0	4,619.5	1.4	37.1	882.3	995.6	14.5
Вторник	40.3	46.1	258.6	1,786.8	177.3	0.8	82.4	405.8	839.0	15.7
Среда	82.7	68.1	240.8	2,037.3	4,770.8	1.3	37.8	1,078.9	1,476.1	18.7
Четверг	58.0	50.9	233.0	1,663.6	197.4	1.0	29.5	763.0	1,051.3	11.1
Пятница	53.3	59.1	261.4	1,819.7	289.1	1.2	42.6	552.6	833.0	12.7
Среднее на 1 неделе	59.2	58.3	250.4	1,831.3	2,010.8	1.1	45.9	736.5	1,039.0	14.6
Отклонение от норматива	46.2%	29.5%	27.9%	35.6%	436.2%	62.4%	22.4%	9.1%	73.2%	94.0%
Понедельник	56.8	53.5	278.9	1,878.1	158.2	1.1	26.7	743.4	971.2	17.4
Вторник	46.4	45.6	198.9	1,405.5	150.6	0.9	38.5	971.2	1,076.0	10.0
Среда	57.2	45.2	230.4	1,583.5	239.9	0.9	23.7	587.7	844.0	12.6
Четверг	52.3	55.9	209.0	1,727.7	153.6	1.0	43.4	687.8	939.1	14.1
Пятница	63.3	58.3	251.8	1,799.1	4,731.7	1.1	33.3	717.1	1,075.4	17.3
Среднее на 2 неделе	55.2	51.7	233.8	1,678.8	1,086.8	1.0	33.1	741.4	981.1	14.3
Отклонение от норматива	36.3%	14.8%	19.4%	24.4%	189.8%	43.1%	-11.7%	9.8%	63.5%	90.2%
Среднее за 10 дней	57.2	55.0	242.1	1,755.0	1,548.8	1.1	39.5	739.0	1,010.1	14.4
Отклонение от нормы за 10 дней	41.2%	22.2%	23.6%	30.0%	313.0%	52.7%	5.3%	9.5%	68.3%	92.1%

п/п	Наименование группы пищевой продукции	Количество потребленной продукции в нетто по дням в граммах на одного человека										Среднее за 10 дней	Норма (нетто, гр). Режим питания 4-х разовое	Отклонение от нормы в % (+/-)
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
1	Молоко и кисломолочные пр-ты	420.0	130.0	420.0	420.0	260.0	330.0	435.0	230.0	300.0	260.0	320.5	337.5	-5.0
2	Творог			92.1	70.0			60.5	82.0			30.5	28.0	8.8
3	Сметана	1.6	10.0	21.0	7.0	7.0	8.0	10.1	2.0	7.0	7.0	8.1	8.3	-2.2
4	Сыр	10.0		10.0		10.0		10.0		10.0		5.0	4.5	11.1
5	Масло сливочное	11.6	24.1	18.0	17.0	11.0	18.0	12.1	30.0	21.7	14.8	17.8	15.8	13.2
6	Яйцо (шт)	1.1	1.7	1.7	0.1	1.5		0.4	2.6	1.6	1.5	1.2	1.2	1.0
7	Мясо I категор	20.0	20.0	59.0	80.0	20.0	59.0	20.0	20.0	100.0		39.8	41.3	-3.5

8	Птица	56.0		20.0		72.0			68.0		20.0	23.6	18.0	31.1
10	Рыба (филе)		52.8		40.0		40.0	62.0			52.8	24.8	26.0	-4.8
11	Картофель	56.0	50.0	67.0	182.0	201.0	72.0	182.0	53.0	168.0	60.0	109.1	105.0	3.9
12	Овощи	123.6	166.2	118.0	110.6	244.0	206.0	135.0	130.0	150.0	170.0	155.3	165.0	-5.9
13	Фрукты свежие	100.0	153.0	100.0	36.0	100.0	136.0	15.0	36.0	100.0		77.6	75.0	3.5
14	Сухофрукты	18.0		18.0		18.0		18.0			18.0	9.0	8.3	9.1
15	Сок фруктовый		200.0				200.0		200.0		200.0	80.0	70.0	14.3
16	Крупы, бобовые	61.0	97.0	51.6	53.0		114.0	59.9	93.0	50.0	31.0	61.1	32.3	89.3
17	Макаронные изделия	53.0		53.0	9.0				20.2	16.0	53.0	20.4	9.0	126.9
18	Мука пшеничная	1.0	58.1	8.0	9.8		53.0		11.5	57.1	16.0	21.5	21.8	-1.4
19	Дрожжи		0.4				3.0			0.4		0.4	0.4	2.9
20	Кисель п/п		18.0			18.0				18.0		5.4	5.0	8.0
21	Масло растительное	10.0	14.6	9.6	15.6	13.6	9.6	10.2	18.2	8.4	12.8	12.3	8.3	48.6
22	Чай	1.8	1.8	1.8	1.8	1.8		1.8	1.8	3.6	1.8	1.8	0.8	125.0
23	Какао-порошок			3.6			3.6		3.6			1.1	0.5	116.0
24	Кофейный напиток	4.5			4.5		4.5	4.5			4.5	2.3	0.9	150.0
25	Сахар	55.7	64.6	68.5	74.7	52.3	81.6	69.0	68.0	37.2	68.5	64.0	33.0	93.9
26	Соль	2.6	11.2	6.9	4.3	3.5	4.9	4.0	3.2	3.4	13.0	5.7	4.2	35.4
27	Хлеб белый	64.0	58.0	74.0	56.0	42.0	70.0	53.1	51.6	58.0	78.0	60.5	60.0	0.8
28	Хлеб ржаной	30.0	30.0	30.0	30.0	30.0	30.0	30.0	30.0	30.0	30.0	30.0	37.5	-20.0
29	Кондитерские изделия		30.0		30.0						30.0	9.0	15.0	-40.0