

Утверждаю ;

Заведующий ГКДОУ № 47 « РАДУГА »

Повойкина И.А.

Приказ №

от

19.08.2024 г.



ОСНОВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ

ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ПРИ ТРЕХРАЗОВОМ ПИТАНИИ

НА ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД 2024 -2025 ГОДА

В ГКДОУ № 47 « РАДУГА » Г.ТОРЕЗА

Основное двухнедельное меню для организации питания детей при трёх разовом питании на зимне-весенний период 2024-2025 года

Номер рецептуры	Наименование блюда согласно рецептуре	Выход Блюда для разных возрастных категорий детей		Химический состав блюд						энергоценность		Распределение еды по калорийности в течение дня (%)	
		ясли	сад	белки		жиры		углеводы		ясли	сад	ясли	сад
				ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад				
ПОНЕДЕЛЬНИК													
Завтрак													
Пособие Новосибирск с.117	Макароны отварные с сыром	120	150	6,300	7,900	5,400	6,800	22,900	28,600	166,200	207,700		
		40	40	4,800	4,800	4,000	4,000	0,300	0,300	56,600	56,600		
Коровка Л.С., Т.К. № 1.26	Икра кабачковая (промышленного производства)	45	60	0,540	0,720	2,120	2,830	3,470	4,630	35,100	46,800		
Пособие Новосибирск с.282	Чай с сахаром	150	200	0,200	0,200	0,000	0,000	4,900	6,500	20,100	26,800		
Могильный, с.28	Бутерброд с маслом сливочным	30/6	40/8	1,620	1,750	3,600	4,800	12,000	16,000	107,900	119,220		
Могильный, с.126	Банан	100	150	2,400	2,550	0,800	0,850	33,600	35,700	55,000	82,500		
Итого				15,860	17,920	15,920	19,280	77,170	91,730	440,900	539,620	35%	29%
Обед													
А.И.Здобнов, с.218	Суп крестьянский	180	250	1,800	2,400	2,380	3,170	9,880	19,760	79,870	106,500		
А.И. Здобнов, с.31	Салат из квашенной капусты	60	60	0,950	0,950	2,990	2,990	4,600	4,600	49,920	49,920		
Могильный, с.276	Жаркое по домашнему	180	230	14,890	19,020	13,480	17,230	15,700	20,500	252,450	322,600		
Могильный, с.228	Кисель	150	100	0,200	0,200	0,200	0,200	11,600	11,600	48,000	48,000		
Могильный, с.148	Хлеб ржаной	40	50	1,440	1,800	0,360	0,450	12,480	15,600	59,400	74,250		
Итого				19,280	24,370	19,410	24,040	54,260	72,060	489,640	601,270	39%	32%
Полдник													
Пособие Новосибирск с.85	Каша вязкая молочная пшенная	120	150	5,000	6,000	6,100	7,700	22,600	28,200	164,900	206,200		
Могильный, с.648	Печенье	12	20	0,700	1,170	1,990	3,320	8,170	13,620	56,040	93,400		
Могильный, с.628	Кофейный напиток с молоком	150	200	2,370	3,030	2,000	2,650	11,960	15,700	83,850	118,000		
Итого				8,070	10,200	10,090	13,670	42,730	57,520	304,790	417,600	24%	22%
Всего													
				43,210	52,490	45,420	56,990	174,160	221,310	1 235,330	1 558,490	97%	83%
Норма за день по энергоценности													
				46,600	68,100	45,600	71,700	168,600	239,200	1267,200	1874,800	100%	100%

2

Номер рецептуры	Наименование блюда согласно рецептуре	Выход блюд для разных возрастных категорий детей				Химический состав блюд						энергоценность			Распределение еды по калорийности в течение дня (%)				
		ясли		сад	белки		жиры		углеводы		ясли		сад	ясли		сад	ясли		сад
ВТОРНИК																			
Завтрак																			
Л.Н. Курнешова, с.183	Рыба тушеная		75	95	10,670	11,850	10,300	11,440	1,700	1,900	142,200	158,000							
	Пособие: Новосибирск с.121		120	150	3,000	3,700	3,800	4,800	29,200	36,500	162,800	203,500							
	Могильный, с.29	30/6/8	40/8/12	3,780	5,040	8,400	9,200	13,000	16,000	180,000	215,000								
	Пособие Новосибирск с.282		150	200	0,200	0,200	0,000	0,000	4,900	6,500	20,100	26,800							
	Могильный, с.122			170		0,680		0,630		20,910		54,600							
Итого					17,650	21,470	22,500	26,070	48,800	81,810	505,100	657,900	40%				35%		
Обед																			
М.П. Могильный, Т.К № 20	Овощи натуральные соленные (огурец)	45	45	0,360	0,360	0,050	0,050	1,130	1,130	6,300	6,300								
	Пособие Новосибирск с.41	200	250	4,700	5,870	4,960	6,200	10,120	12,650	110,360	137,950								
	Могильный, Т.К. № 284	60	80	6,600	8,800	8,780	11,700	10,880	14,510	113,930	151,900								
	Пособие Новосибирск с.127	120	150	2,600	3,200	4,200	5,200	15,800	19,800	111,500	139,400								
	Могильный, с.629	150	200	0,100	0,150	0,000	0,000	12,100	16,400	54,900	111,800								
Могильный, с.148	Хлеб ржаной	40	50	1,440	1,800	0,360	0,450	12,480	15,600	59,400	74,250								
Итого					15,800	20,180	18,350	23,600	62,510	80,090	456,390	621,600	36%				33%		
Полдник																			
Могильный, Т.К. № 11	Молоко кипяченое	150	180	4,560	5,480	4,060	4,880	7,550	9,070	85,000	102,000								
	Л.Е.Курнешова Т.К № 118	60	90	4,530	6,790	6,110	9,160	27,800	41,700	197,160	295,750								
					9,090	12,270	10,170	14,040	35,350	50,770	282,160	397,750	22%				21%		
Итого																			
Всего																			
					42,540	53,920	51,020	63,710	146,660	212,670	1 243,650	1 677,250	98%				89%		
Норма за день по энергоценности																			
					46,600	68,100	45,600	71,700	168,600	239,200	1267,200	1874,800	100%				100%		

Номер рецептуры	Наименование блюда согласно рецептуре	Выход блюд для разных возрастных категорий детей						Химический состав блюд						энергоценность		Распределение еды по калорийности в течение дня (%)	
		ясли		сад		ясли		сад		ясли		сад		ясли		сад	
СРЕДА																	
Завтрак																	
Могильный, Т.К. № 244	Вареники ленивые	57	95	9,540	15,900	4,680	7,800	9,320	15,540	117,640	196,080						
Пособие	Чай с сахаром	150	0	3,200	0,000	0,000	0,000	4,900	0,000	20,100	0,000						
Новосибирск Т.К. № 9	Чай с молоком	0	200	0,000	3,120	0,000	3,220	0,000	18,700	0,000	113,060						
Могильный, с.29	Бутерброд с маслом и сыром	0	40/8/12	0,000	5,040	0,000	9,200	0,000	16,000	0,000	215,000						
Могильный, с.28	Бутерброд с маслом сливочным	30/6	0	1,620	0,000	3,600	0,000	12,000	0,000	107,900	0,000						
Итого				11,360	24,060	8,280	20,220	26,220	50,240	245,640	524,140	19%				28%	
Обед																	
Л.Е.Курнешова Т.К.№ 37, 38	Суп гороховый	180	250	1,660	2,210	1,830	2,440	12,100	16,100	92,900	185,800						
Пособие	Плов с курицей	120	150	16,400	20,500	4,900	6,100	19,900	24,900	188,800	236,000						
Новосибирск с.210	Овощи натуральные соленные (помидор)	50	60	0,550	0,660	0,100	0,120	1,900	2,280	11,000	13,200						
М.П. Могильный, Т.К. № 70	Сок	100	100	0,200	0,200	0,200	0,200	11,600	11,600	48,000	48,000						
Могильный, с.223	Хлеб ржаной	40	50	1,440	1,800	0,360	0,450	12,480	15,600	59,400	74,250						
Могильный, с.148				20,250	25,370	7,390	9,310	57,980	70,480	400,100	557,250	32%				30%	
Итого																	
Полдник																	
Пособие	Каша вязкая молочная овсяная с изюмом	120	150	5,000	6,000	6,500	8,100	23,000	29,000	170,300	212,900						
Новосибирск с.90	Коржик молочный	40	40	2,600	2,600	4,000	4,000	21,010	21,010	129,900	129,900						
Новосибирск с.355	Ряженка	150	180	5,010	5,700	3,750	4,500	6,390	7,200	91,000	95,400						
Могильный, с.113				12,610	14,300	14,250	16,600	50,400	57,210	391,200	438,200	31%				23%	
Итого																	
Всего																	
				44,220	63,730	29,920	46,130	134,600	177,930	1 036,940	1 519,590	82%				81%	
Норма за день по энергоценности																	
				46,600	68,100	45,600	71,700	168,600	239,200	1 267,200	1 874,800	100%				100%	

Номер рецептуры	Наименование блюда согласно рецептуре	Выход блюда для разных возрастных категорий детей				Химический состав блюда						энергоценность		Распределение еды по калорийности в течение дня (%)			
		ясли		сад	ясли		сад	ясли		сад	ясли		сад	ясли		сад	
		разных возрастных категорий детей		разных возрастных категорий детей	разных возрастных категорий детей		разных возрастных категорий детей	разных возрастных категорий детей		разных возрастных категорий детей	разных возрастных категорий детей		разных возрастных категорий детей	разных возрастных категорий детей		разных возрастных категорий детей	
ЧЕТВЕРГ																	
ЗАВТРАК																	
Пособие Новосибирск с.151 Коровка Л.С., Т.К. № 1.13	Омлет натуральный	100	150	8,500	12,700	12,000	18,000	2,200	3,300	150,300	225,500						
	Салат из зеленого горошка с луком репчатым	40	60	1,190	1,570	5,030	5,080	2,270	3,900	46,000	67,000						
	Бутерброд с маслом и сыром	30/6/8	40/8/12	3,780	5,040	8,400	9,200	13,000	16,000	180,000	215,000						
	Чай с сахаром	150	0	0,200	0,000	0,000	0,000	4,900	0,000	20,100	0,000						
	Чай с молоком	0	200	0,000	3,120	0,000	3,220	0,000	18,700	0,000	113,060						
Могилынский, с.29	Яблоко		170		0,680				20,910		54,600						
Новосибирск с.282																	
Л.Е. Курнешова Т.К. № 9																	
Могилынский, с.122																	
Итого				13,670	23,110	25,480	36,130	22,370	62,810	396,400	675,160	31%			36%		
ОБЕД																	
Коровка Л.С., с.37 Пособие Новосибирск с.119 Пособие Новосибирск с.200 М.П. Могилынский, Т.К. № 21	Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	170/10	200/15	4,120	5,200	5,630	7,100	15,130	19,090	139,600	169,090						
	Каша гречневая рассыпчатая	120	150	6,600	8,300	5,000	6,300	28,800	36,000	187,000	233,700						
	Котлеты из курицы	60	75	11,500	14,400	2,600	3,200	8,100	10,100	101,100	126,400						
	Салат из соленого огурца	25	30	0,980	0,980	2,000	2,000	4,000	4,000	82,100	82,100						
	Хлеб ржаной	40	50	1,440	1,800	0,360	0,450	12,480	15,600	59,400	74,250						
Могилынский, с.148	Компот из сухофруктов	150	200	0,100	0,150	0,000	0,000	12,100	16,400	54,900	111,800						
Могилынский, с.629				24,740	30,830	15,590	19,050	80,610	101,190	624,100	797,340	49%			43%		
Итого																	
ПОЛДНИК																	
Л.Е. Курнешова, с.183 Могилынский, с.648 Могилынский, с.628	Каша манная молочная	150	200	4,390	5,860	7,460	9,950	20,110	26,800	166,000	221,380						
	Печенье	12	20	0,700	1,170	1,990	3,320	8,170	13,620	56,040	93,400						
	Кофейный напиток с молоком	150	200	2,370	3,030	2,000	2,650	11,960	15,700	83,850	118,000						
Итого				7,460	10,060	11,450	15,920	40,240	56,120	305,890	432,780	24%			23%		
Всего				45,870	64,000	52,520	71,100	143,220	220,120	1 326,390	1 905,280	105%			102%		
Норма за день по энергоценности																	
				46,600	68,100	45,600	71,700	168,600	239,200	1 267,200	1 974,800	100%			100%		

Номер рецептуры	Наименование блюда согласно рецептуре	Выход блюд для разных возрастных категорий детей				Химический состав блюд						энергоценность		распределение энергии в калорийности в %		
		ясли		сад	белки		жиры		углеводы		ясли		сад	ясли		сад
		ПЯТНИЦА														
Завтрак																
Могилынский, с.223	Каша вязкая пшеничная с сахаром и маслом	150	200			3,500	5,900	4,600	5,800	35,400	47,200	150,300	222,040			
Могилынский, с.29	Бутерброд с маслом и сыром	30/6/8	40/8/12			3,780	5,040	8,400	9,200	15,000	16,000	180,000	215,000			
Пособие Новосибирск с.301	Какао с молоком	150	200			3,500	4,600	2,700	3,600	9,500	12,600	75,300	100,400			
Могилынский, с.126	Банан	100	150			2,400	2,550	0,800	0,850	33,600	35,700	55,000	82,500			
Итого						13,180	18,090	16,500	19,450	91,500	111,500	460,600	619,940	36%	33%	
Обед																
Л.Е. Курнешова, с.183	Суп рыбный	180	250			18,480	24,640	1,990	2,660	9,900	13,190	145,600	194,100			
Л.Е. Курнешова Т.К. № 53	Куры отварные измельченные	60	90			13,350	20,030	8,500	12,790	0,000	0,000	139,300	208,900			
Пособие Новосибирск с.127	Пюре картофельное	120	150			2,600	3,200	4,200	5,200	15,800	19,800	111,500	139,400			
М.П. Могилынский, Т.К. № 70	Овощи натуральные соленные (помидор)	50	60			0,550	0,660	0,100	0,120	1,900	2,280	11,000	13,200			
Могилынский, с.148	Хлеб ржаной	40	50			1,440	1,800	0,360	0,450	12,480	15,600	59,400	74,250			
Корова Л.С., с.240	Компот из свежих фруктов	150	200			0,120	0,160	0,120	0,160	11,920	15,893	45,000	60,000	40%	37%	
Итого						36,540	50,490	15,270	21,380	52,000	66,763	511,800	689,850			
Полдник																
Пособие Новосибирск с.99	Суп молочный с гречневой крупой	200	250			5,740	7,170	4,820	6,020	15,920	19,900	129,920	162,400			
Пособие Новосибирск с.363	Булочка ванильная	60	60			4,600	4,600	4,100	4,100	30,520	30,520	177,000	177,000			
Могилынский, с.628	Кофейный напиток с молоком	150	200			2,370	3,030	2,000	2,650	11,960	15,700	83,850	118,000			
Итого						12,710	14,800	10,920	12,770	58,400	66,120	390,770	457,400	31%	24%	
Всего																
						62,430	83,380	42,690	53,600	201,900	244,383	1 363,170	1 767,190	108%	94%	
Норма за день по энергоценности																
						46,600	68,100	45,600	71,700	168,600	239,200	1267,200	1874,800	100%	100%	
Всего за пять дней																
						238,270	317,520	221,570	291,530	800,540	1 076,413	6 205,480	8 427,800	98%	90%	
Норма за пять по энергоценности																
						233,000	340,500	228,000	358,500	843,000	1 196,000	6 336,000	9 374,000	100%	100%	

Номер рецептуры	Наименование блюда согласно рецептуре	Выход продукта для разных возрастных категорий				Химический состав блюда						энергоценность		распределение энергии в калорийности в %			
		если		сад		белки		жиры		углеводы							
ПОНЕДЕЛЬНИК																	
Завтрак																	
Пособие Новосибирск с.117	Макароны отварные с сыром	120	150	6,300	7,900	5,400	6,800	22,900	28,600	166,200	207,700						
Пособие Новосибирск с.158	Отварное яйцо	40	40	4,800	4,800	4,000	4,000	0,300	0,300	56,600	56,600						
Коронка Л.С., Т.К. № 1.26	Икра кабачковая (промышленного производства)	45	60	0,540	0,720	2,120	2,830	3,470	4,630	35,100	46,800						
Пособие Новосибирск с.282	Чай	150	200	0,200	0,200	0,000	0,000	4,900	6,500	20,100	26,800						
Могильный, с.28	Бутерброд с маслом сливочным	30/6	40/8	1,620	1,750	3,600	4,800	12,000	16,000	107,900	119,220						
Могильный, с.126	Банан		150			2,550	0,850		35,700		82,500						
Итого				13,460	17,920	15,120	19,280	43,570	91,730	385,900	539,620			30%			29%
Обед																	
Л.Е. Курнешова Т.К.№ 37	Суп гороховый	180	250	1,660	2,210	1,830	2,440	12,100	16,100	92,900	185,800						
А.И. Здобнов, с.31	Салат из квашенной капусты	60	60	0,950	0,950	2,990	2,990	4,600	4,600	49,920	49,920						
Пособие Новосибирск с.119	Каша гречневая рассыпчатая	120	150	6,600	8,300	5,000	6,300	28,800	36,000	187,000	233,700						
Пособие Новосибирск с.200	Котлеты из курицы	60	75	11,500	14,400	2,600	3,200	8,100	10,100	101,100	126,400						
Могильный, с.629	Компот из сухофруктов	150	200	0,100	0,150	0,000	0,000	12,100	16,400	54,900	111,800						
Могильный, с.148	Хлеб ржаной	40	50	1,440	1,800	0,360	0,450	12,480	15,600	59,400	74,250						
Итого				22,250	27,810	12,780	15,380	78,180	98,800	545,220	781,870			43%			42%
Полдник																	
Л.Е. Курнешова, с.183	Каша манная молочная	150	200	4,390	5,860	7,460	9,950	20,110	26,800	166,000	221,380						
Могильный, с.648	Печенье	12	20	0,700	1,170	1,990	3,320	8,170	13,620	56,040	93,400						
Могильный, с.628	Кофейный напиток с молоком	150	200	2,370	3,030	2,000	2,650	11,960	15,700	83,850	118,000						
Итого				7,460	10,060	11,450	15,920	40,240	56,120	305,890	432,780			24%			23%
Всего																	
				43,170	55,790	39,350	50,580	161,990	246,650	1 237,010	1 754,270			98%			94%
Норма за день по энергоценности																	
				46,600	68,100	45,600	71,700	168,600	239,200	1 267,200	1 874 800			100%			100%

Номер рецептуры	Наименование блюда согласно рецептуре	Выход блюд для разных возрастных категорий детей				Химический состав блюд						энергоценность			Распределение еды по калорийности в течение дня (%)				
		ясли		сад	белки		жиры		углеводы		ясли		сад	ясли		сад	ясли		сад
ВТОРНИК																			
Завтрак																			
Могильный, Т.К. № 244	Вареники ленивые	65	105	10,880	17,580	5,340	8,630	10,640	17,190	134,160	216,720								
Могильный, с.29	Бутерброд с маслом и сыром	3л/6/8	40/8/12	3,780	5,040	8,400	9,200	13,000	16,000	180,000	215,000								
Пособие Новосибирск с.301	Какао с молоком	150	200	3,500	4,600	2,700	3,600	9,500	12,600	75,300	100,400								
Могильный, с.122	Яблоко		170		0,680		0,630		20,910		54,600								
Итого				18,160	27,900	16,440	22,060	33,140	66,700	389,460	586,720	31%	31%					31%	
Обед																			
Могильный, с.412	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	200	1,260	1,380	6,010	7,200	14,650	13,400	57,300	136,000								
Пособие Новосибирск с.175	Котлета рыбная	60	80	8,500	11,000	4,800	6,400	5,800	7,740	79,000	104,000								
Пособие Новосибирск с.121	Рис отварной	120	150	3,000	3,700	3,800	4,800	29,200	36,500	162,800	203,500								
М.П. Могильный, Т.К. № 70	Овощи натуральные соленные (помидор)	50	60	0,550	0,660	0,100	0,120	1,900	2,280	11,000	13,200								
Могильный, с.223	Сок	100	100	0,200	0,200	0,200	0,200	11,600	11,600	48,000	48,000								
Могильный, с.148	Хлеб ржаной	40	50	1,440	1,800	0,360	0,450	12,480	15,600	59,400	74,250								
Итого				14,950	18,740	15,270	19,170	75,630	87,120	417,500	578,950	33%	33%					31%	
Полдник																			
Л.Г. Курнешова Т.К. № 94	Вермишель молочная	150	200	4,950	6,580	6,750	9,000	27,000	26,120	140,280	187,040								
Л.Г. Курнешова Т.К. № 118	Булочка сдобная	60	90	4,530	6,790	6,110	9,160	27,800	41,700	197,160	295,750								
Могильный, с.628	Кофейный напиток с молоком	150	200	2,370	3,030	2,000	2,650	11,960	15,700	83,850	118,000								
Итого				11,850	16,400	14,860	20,810	66,760	83,520	421,290	600,790	33%	33%					32%	
Всего																			
				44,960	63,040	46,570	62,040	175,530	237,340	1 228,250	1 766,460	97%	97%					94%	
Норма за день по энергоценности																			
				46,600	68,100	45,600	71,700	168,600	239,200	1267,200	1874,800	100%	100%					100%	

Номер рецептуры	Наименование блюда согласно рецептуре	Выход блюд для разных возрастных категорий детей				Химический состав блюд						энергоценность		Распределение еды по калорийности в течение дня (%)		
		если		сад	белки		жиры		углеводы		если		сад	если		сад
СРЕДА																
Завтрак																
Могильный, с.223 Пособие Новосибирск с.15	Каша вязкая пшеничная с сахаром и маслом	150	200	3,500	5,900	4,600	5,800	35,400	47,200	150,300	222,040					
	салат из моркови и яблок	30	60	0,300	0,600	3,100	6,100	2,200	4,300	37,100	74,200					
	Бутерброд с маслом и сыром	30/6/8	40/8/12	3,780	5,040	8,400	9,200	13,000	16,000	180,000	215,000					
	Чай с молоком	150	200	2,340	3,120	2,340	3,220	14,020	18,700	84,800	113,060					
	Банан	100	150	2,400	2,550	0,800	0,850	33,600	35,700	55,000	82,500					
Итого				12,320	17,210	19,240	25,170	98,220	121,900	507,200	706,800	40%	38%			
Обед																
А.Н.Здобнов, с.218 Пособие Новосибирск с.146	Суп крестьянский	180	250	1,800	2,400	2,380	3,170	9,880	19,760	79,870	106,500					
	Картофельный пудинг	120	150	4,300	5,000	6,300	8,000	21,000	26,000	158,000	198,000					
	Капуста тушеная с мясом курицы	150	200	5,020	7,680	4,800	5,400	13,600	18,140	142,000	203,000					
	Кисель	150	100	0,200	0,200	0,200	0,200	11,600	11,600	48,000	48,000					
	Хлеб ржаной	40	50	1,440	1,800	0,360	0,450	12,480	15,600	59,400	74,250					
Итого				12,760	17,080	14,040	17,220	68,560	91,100	487,270	629,750	38%	34%			
Полдник																
Пособие Новосибирск с.90 Пособие Новосибирск с.363	Каша вязкая молочная овсяная с изюмом	120	150	5,000	6,000	6,500	8,100	23,000	29,000	170,300	212,900					
	Булочка ванильная	60	60	4,600	4,600	4,100	4,100	30,520	30,520	177,000	177,000					
	Ряженка	150	180	5,010	5,700	3,750	4,500	6,390	7,200	91,000	95,400					
Итого				14,610	16,300	14,350	16,700	59,910	66,720	438,300	485,300	35%	26%			
Всего																
				39,690	50,590	47,630	59,090	226,690	279,720	1 432,770	1 821,850	113%	97%			
Норма за день по энергоценности																
				46,600	68,100	45,600	71,700	168,600	239,200	1267,200	1874,800	100%	100%			

Номер рецептуры	Наименование блюда согласно рецептуре	Химический состав блюд										энергоценность				распределение энергии по					
		выход продукта для разных возрастных категорий				белки		жиры		углеводы		ясли		сад		ясли		сад			
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад		
ЧЕТВЕРГ																					
Завтрак																					
Пособие Новосибирск с.155	Омлет с сыром	100	150			12,700	19,000	16,900	25,400	2,000	3,000	210,700	316,000								
Корова Л.С., Т.К. № 1.13	Салат из зеленого горошка с луком репчатым	40	60			1,190	1,570	5,080	5,080	2,270	3,900	46,000	67,000								
Могильный, с.28	Бутерброд с маслом сливочным	30/6	40/8			1,620	1,750	3,600	4,800	12,000	16,000	107,900	119,220								
Л.Е.Курнешева Т.К. № 9	Чай с молоком	150	200			2,340	3,120	2,340	3,220	14,020	18,700	84,800	113,060								
Могильный, с.122	Яблоко		170				0,680		0,630		20,910		54,600					35%		36%	
Итого						17,850	26,120	27,920	39,130	30,290	62,510	449,400	669,880								
Обед																					
Корова Л.С.,с.37	Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	170/10	200/15			4,120	5,200	5,630	7,100	15,130	19,090	139,600	169,090								
Могильный, с.276	Жаркое по-домашнему	180	230			14,890	19,020	13,480	17,230	15,700	20,500	252,450	322,600								
М.П. Могильный, Т.К. № 70	Овощи натуральные соленные (помидор)	50	60			0,550	0,660	0,100	0,120	1,900	2,280	11,000	13,200								
Могильный, с.629	Компот из сухофруктов	150	200			0,100	0,150	0,000	0,000	12,100	16,400	54,900	111,800								
Могильный, с.148	Хлеб ржаной	40	50			1,440	1,800	0,360	0,450	12,480	15,600	59,400	74,250					41%		37%	
Итого						21,100	26,830	19,570	24,900	57,310	73,870	517,350	690,940								
Полдник																					
Л.Е.Курнешева, с.183	Каша манная молочная	150	200			4,390	5,860	7,460	9,950	20,110	26,800	166,000	221,380								
Л.Е.Курнешева Т.К.№ 118	Булочка сдобная	60	90			4,530	6,790	6,110	9,160	27,800	41,700	197,160	295,750								
Пособие Новосибирск с.301	Какао с молоком	150	200			3,500	4,600	2,700	3,600	9,500	12,600	75,300	100,400					35%		33%	
Итого						12,420	17,250	16,270	22,710	57,410	81,100	438,460	617,530								
Всего						51,370	70,200	63,760	86,740	145,010	217,480	1 405,210	1 978,350					111%		106%	
Итого						46,600	68,100	45,600	71,700	168,600	239,200	1267,200	1874,800					100%		100%	
Норма за день по энергоценности																					

10

Номер рецептуры	Наименование блюда согласно рецептуре	Выход блюд для разных возрастных категорий детей				Химический состав блюд								энергоценность				распределение еды по калорийности в течение дня (%)							
		ясли		сад		белки		жиры		углеводы		ясли		сад		ясли		сад		ясли		сад			
		ясли	сад	ясли	сад	белки	жиры	углеводы	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад			
ПЯТНИЦА																									
Завтрак																									
Пособие	Котлета рыбная	60	80			8,400	11,200	1,600	2,100	5,100	6,900	68,600	91,400												
Новосибирск с.175		120	150			2,600	3,200	4,200	5,200	15,800	19,800	111,500	139,400												
Пособие	Пюре картофельное	45	45			0,360	0,360	0,050	0,050	1,130	1,130	6,300	6,300												
Новосибирск с.127		150	200			2,340	3,120	2,340	3,220	14,020	18,700	84,800	113,060												
М.П. Могильный, Т.К. № 20	Овощи натуральные соленные (огурец)	30/6/8	40/8/12			3,780	5,040	8,400	9,200	13,000	16,000	180,000	215,000												
Л.Е. Курнешева Т.К. № 9	Чай с молоком	100	150			2,400	2,550	0,800	0,850	33,600	35,700	55,000	82,500												
Могильный, с.29	Бутерброд с маслом и сыром					19,880	25,470	17,390	20,620	82,650	98,230	506,200	647,660												
Могильный, с.126	Банан																								
Итого																									
Обед																									
М.П. Могильный, Т.К. № 70	Овощи натуральные соленные (помидор)	50	60			0,550	0,660	0,100	0,120	1,900	2,280	11,000	13,200												
Пособие	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	250			4,700	5,870	4,960	6,200	10,120	12,650	110,360	137,950												
Новосибирск с.41		120	150			16,400	20,500	4,900	6,100	19,900	24,900	188,800	236,000												
Пособие	Плов с курицей	150	200			0,100	0,150	0,000	0,000	12,100	16,400	54,900	111,800												
Новосибирск с.210		40	50			1,440	1,800	0,360	0,450	12,480	15,600	59,400	74,250												
Могильный, с.629	Компот из сухофруктов					23,190	28,980	10,320	12,870	56,500	71,830	424,460	573,200												
Могильный, с.148	Хлеб ржаной																								
Итого																									
Полдник																									
Пособие	Каша вязкая молочная овсяная с изюмом	120	150			5,000	6,000	6,500	8,100	23,000	29,000	170,300	212,900												
Новосибирск с.90		12	20			0,700	1,170	1,990	3,320	8,170	13,620	56,040	93,400												
Могильный, с.648	Печенье	150	200			2,370	3,030	2,000	2,650	11,960	15,700	83,850	118,000												
Могильный, с.628	Кофейный напиток с молоком					8,070	10,200	10,490	14,070	43,130	58,320	310,190	424,300												
Итого						51,140	64,650	38,200	47,560	182,280	228,380	1 240,850	1 645,160												
Всего						46,600	68,100	45,600	71,700	168,600	239,200	1267,200	1874,800												
Норма за день по энергоценности																									
						230,330	304,270	235,510	306,010	891,500	1 209,570	6 544,090	8 966,090												
						233,000	340,500	228,000	358,500	843,000	1 196,000	6 336,000	9 374,000												
Всего за пять дней																									
Норма за пять по энергоценности																									
						468,600	621,790	457,080	597,540	1 692,040	2 285,983	12 749,570	17 321,190												
						468,000	681,000	456,000	717,000	1 686,000	2 392,000	12 672,000	17 481,000												
Всего за десять дней по энергоценности																									

