

Муниципальное дошкольное образовательное автономное учреждение детский сад общеразвивающего вида "Золотой ключик" с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию детей (МДОУ д/с "Золотой ключик")



УТВЕРЖДАЮ:
Директор МДОУ
д/с "Золотой ключик"
И.В.Юркова
2024г.

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ НА ПЕРИОД НЕ МЕНЕЕ 2-Х НЕДЕЛЬ ДЛЯ ВОЗРАСТНОЙ ГРУППЫ ДЕТЕЙ ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ

В муниципальном дошкольном образовательном автономном учреждении детском саду общеразвивающего вида "Золотой ключик" с приоритетным осуществлением деятельности по физическому развитию детей

НА ЛЕТНИЙ ПЕРИОД

Введено в действие приказом
от 24.05.24 № 234-ОД

Пить-ях
2024

День 1

Меню приготавливаемых блюд на летний период 1400ккал/сут

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Длительность пребывания детей в 00 : 12 часов

С 7.00 до 19.00

Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах

Витамины

Минералы (Na, Ca, K, Mg, R, Fe - в мг; Se - мкг)

	кол-во	белки	жиры	Углеводы	ска ценность	штр	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
	Каша молочная с яблоками	150	3,8	4,4	17,9	126,8	54-16с-2020	0,05	0,09	20,4	0,05	0,4	252,0	118,0	87,0	20,2	93,0	0,4	37	3	23
	Молоко	150	4,4	4,8	7	90	13.1.1	0,06	0,2	30	0	2	75,0	219	180	21	135	0,15	13,5	2,7	3
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,33	14,7	70,3	пром	0,03	0,02	0,0	0	0,0	149,7	27,9	6	3,3	16,6	0,3	0,99	1,8	4,4
	Масло сливочное порц	5	0,05	3,6	0,05	33,05	54-19с-2020	0	0,01	22,5	0,07	0,0	0,8	1,5	1,2	0,0	1,5	0,0	0,0	0,05	0,1
Второй з-к																					
	Сок яблочный	200	1	0,2	20,2	92	11.1.1.15	0,04	0,04	4	0	4	12	240	14	8	14	2,8	0	0	0
Итого за завтрак: 30%		535	11,55	13,33	59,85	412,15		0,18	0,355	76,9	0,12	6,4	489,5	606,4	288,2	52,5	260,1	3,66	51,5	7,55	30,5

Обед

	Салат из свежих овощей с горошком	40	0,7	1,67	3,28	30,8	35-2016с	0,02	0,1	0,00	0	3,92	0,1	91,0	11,1	7,4	16,8	0,52	0	0	0
	Суп из овощей с фрикадельками	150	6,5	3,2	10,4	96,7	54-5с-2020	0,07	0,064	76,8	0,03	5,59	119	354	13,1	19,3	69	1,04	19,4	0	36,7
	Гуляш из говядины	60	10,1	9,5	2,4	139,2	54-2м-2020	0,02	0,07	15,3	0,05	0,85	73,00	193,0	8,2	14,2	100,0	1,5	10,00	0,19	38,00
	Макароны отварные	110	3,8	4	23,9	148,1	54-1с-2020	0,04	0,02	19,5	0,9	0	109	38,8	8,1	5,8	33	0,58	17	0,05	9,5
	Компот из сухофруктов	150	0,4	0	14,9	60,8	54-1м-2020	0	0	11,3	0	0,0	0,0	0,1	37,0	1,6	3,2	0,1	0,0	0,00	0,0
	Хлеб ржаной-пшеничный	40	2,64	0,5	15,8	78,2	пром	0,07	0,032	0	0	0	162,4	94,4	11,6	19,2	60	1,6	1,3	2,2	9,6
Итого за обед: 37,4%		550,0	24,1	18,9	70,7	553,8		0,22	0,29	122,9	1,0	10,4	463,5	771,3	89,1	67,5	282,0	5,3	47,7	2,4	93,8

Полдник

	Котлета рыбная с морковью	60	10,5	4,9	3	99,3	54-5с-20	0,07	0,09	92,6	0,16	0,41	124,0	165,0	22,0	17,0	106,0	0,5	36,0	21	216
	Каша тушеная	150	3,7	4,4	14,6	113,5	54-8с-20	0,03	0,06	125	0,09	31,9	166,0	506,0	82,0	32,0	63,0	1,23	25	0,7	29
	Чай с лимоном	150	0,1	0	4,8	20,4	54-3м-20	0,0	0	0,17	0	0,85	0,7	15	3,6	2	3,7	0,13	0	0,1	0,5
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,33	14,7	70,3	пром	0,03	0,02	0,0	0	0,0	149,7	27,9	6	3,3	16,6	0,3	0,99	1,8	4,4
	Вафли	100	0,66	0	9,3	41,3	пром	0,0	0,0	1,2	0	2	10,6	128,6	16,6	10,6	14,0	2	1,3	0,06	10
Итого за полдник: 31,1%		510	17,86	10,33	61,85	414,8	пром	0,01	0,01	0,6	0	0	9,8	28	3,2	2	7	0,3	0	0	0
Итого за день: 96,5%		1595,0	53,5	42,5	192,4	1380,8		0,14	0,175	220	35,16	460,8	870,5	133,4	66,9	210,3	4,46	63,3	23,7	259,9	

Дополнительное меню составляется на основании СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (Приложение 7.10)

Дополнения отклонения: от норм калорийности +/- 5% по отдельным приемам пищи,

подпункт 8.1.2.3 табл. 8

День 2

Меню приготавливаемых блюд на летний период-1400ккал/сут

Возрастная категория от 1 года до 3 лет
Длительность пребывания детей в _____: 12 часов

С 7.00 до 19.00

Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах

Пример пищи Неделя 1 День 2	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецепта														
								B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Завтрак	Запеканка из творога с м.	100	10,4	6	10,7	166,4	54-2-2020	0,07	0,15	782	0,15	1,4	122	180,0	93,0	33,3	133,0	0,8	19,6	11,9	66,6
	Какао с молоком	150	2,5	2	8,3	60,8	54-21-2020	0,02	0,09	9,94	0	0,39	29	119,0	82,0	17,0	72,0	0,5	6,8	1,3	21,0
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,22	9,8	46,9	пром	0,02	0,01	0,0	0	0,0	99,8	18,6	4	2,2	11,1	0,2	0,66	1,2	2,9
	Джем абрикосовый	15	0,1	0	10,7	43,4	пром	0,0	0,0	0	0	0,4	0,3	22,8	1,8	1,5	2,5	0,4	0,0	0,9	2,1
Второй з-к	Бифилайф (кефир)	160	4,6	4	6,4	84,8	1,2,2,4	0,064	0,26	32	0	3,6	80	233,6	132,2	22,4	144	0,16	0	3,2	32
	Итого за завтрак: 28,7%	445	19,1	12,22	45,9	402,3		0,174	0,51	824	0,15	5,79	331,1	574	313	76,4	362,6	2,04	27,1	18,5	124,6

	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецепта														
Салат летний	40	0,5	2,00	2,58	31	16-2016	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Борщ вегетарианский	150	0,97	2,73	6,57	54,7	54-14-2020	0,02	0,02	0	0	7,48	0	121,5	9,5	7,2	15,2	0,31	0	0	0
Биточки из говядины	60	11	10,5	9,8	54,7	54-66-2020	0,021	0,024	96,7	0	5,1	77,8	172,0	20	12,7	25,9	0,56	12,3	0,24	18
Рагу из овощей	120	2,1	7,4	10,3	177	54-66-2020	0,04	0,10	13,3	0,06	0,07	149,0	177,0	24,0	16,0	110,0	1,55	12,0	2,40	37,00
Компот из чернославя	150	0,4	0,1	14,6	116,4	54-24-20	0,05	0,05	248	0,01	9,19	153	334	37	22	51	0,71	22	0,9	28
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,5	15,8	61	54-30-20	0	0,02	1,12	0	0,2	1,5	135,0	13,0	17,0	14,0	0,5	0,10	0,05	0,80
Итого за обед: 36,9%	560	17,6	23,23	59,65	78,2	пром	0,07	0,032	0	0	0	162,4	94,4	11,6	19,2	60	1,6	1,3	2,2	9,6

уплотненный	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецепта															
Рыба тушеная с овощами	70	11,3	7,9	4,4	134,3	54-10-20															
Картофельное пюре	130	2,8	4,5	17,2	120,8	54-11-20	0,09	0,08	228	0,01	1,99	92	242,0	20,0	25,0	117,0	0,61	37,00	22,1	257	
Чай с лимоном	150	0,1	0	4,8	20,4	54-30-20	0,1	0,09	16,6	0,08	8,84	140	542	33,8	24,3	72,8	0,89	24,3	0,68	37,3	
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,33	14,7	70,3	пром	0,0	0	0,17	0	0,85	0,7	15	3,6	2	3,7	0,13	0	0,1	0,5	
Груша	100	0,66	0	9,3	41,3	пром	0,03	0,02	0,0	0	0,0	149,7	27,9	6	3,3	16,6	0,3	0,99	1,8	4,4	
Булочка ванильная	40	3	2,7	20,3	118,0	54-9-20	0,0	0,0	1,2	0	2	10,6	128,6	16,6	10,6	14,0	2	1,3	0,06	10	
Итого за подзник: 36,2%	520	20,16	15,43	70,7	505,1		0,25	0,195	259	0,19	13,68	553,6	989,1	88	69,5	251,4	4,3	85,6	26,8	316,5	
Итого за день: 101,8%	1525	56,86	50,88	176,25	1425,7		0,625	0,951	1442	0,41	41,54	1428	2597	516,1	240	890,1	11,57	160	51,1	534,5	

Дополнительное меню составлено на основании Сидлина 2,3/2,4-3590-20- (Приложение 7,10)

Допустимая отклонения : от норм калорийности+/-5% по отдельным приемам пищи.

подпишет В.Л.З. объект 8

Дополнительное меню составлено на основании СанПиН 2.3/2.4.3590-20* (Приложение 7.10)
Допустимый отклонения: от норм калорийности +/-5% по отдельным ингредиентам пищи.

подручник В.1.2.3. - таблица 8

День 3

Меню приготавливаемых блюд на летний период-1400ккал/сут

Возрастная категория: 1 года до 3 лет

Длительность пребывания детей в ОО

С 7.00 до 19.00

12 часов

Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах

Неделя 1 День 3		Энергетическая ценность и содержание питательных веществ										Витамины и минералы									
Блюда		блюда	Белки	Жиры	Углеводы	энергетическая ценность	№ рецепта	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Завтрак	Каши молочная ячневая	150	5,5	7	25,5	186,8	54-2к-2020	0,09	0,12	31,1	0,1	0,43	256,0	158,0	118,0	24,6	166,5	0,64	37,5	12,6	46,5
	Кофейный напиток с сахаром	150	2,3	1,9	8,2	58,9	2020	0,022	0,09	9,93	0	0,39	29	110,0	81	15,0	67	0,37	6,8	1,3	15
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,22	9,8	46,9	пром.	0,02	0,01	0,0	0	0,0	99,8	18,6	4	2,2	11,1	0,2	0,66	1,2	2,9
	Сыр российский в нарезке	10	2,3	3	0	35,8	54-1а-20	0,00	0,03	26	0,1	0,1	81	8,8	88,0	3,5	50,0	0,1	0,0	1,45	0,0
Второй з-к	Рыбная котлета	180	5,2	4,5	7,6	91,6	132,7	0,36	0,23	39,6	0	0,27	90,0	252,8	223,2	25,2	165	0,18	0	1,8	36
	Итого за завтрак: 30,0%	510	16,8	16,62	51,1	420		0,492	0,48	107	0,2	1,16	555,8	548,2	514,2	70,5	439,8	1,49	45	18,4	100,4

Обед

	Вс	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическое значение	№ рецепта	Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах													
							B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Салат из белокочанной капусты	40	1,1	4,10	4,1	57,1	54-7а-2020	0,01	0,02	81,5	0	23,2	59,3	165,0	26,7	10,0	20,0	0,4	7,1	0,17	8,6
Суп-пюре из говядины	150	4,4	3,7	7,5	81	113-2016г	0,03	0,09	18,9	0	0,23	2,04	125	61,7	13,73	82,5	0,39	0	0	0
Гречка	10	0,75	0,11	4,9	23,5	1-хлеб состав	0,01	0,005	0	0	0	49,9	9,3	2	1,1	5,5	0,1	0,33	0,6	1,44
Бифстроганов из говядины	60	9	9,3	1,5	125,6	113-2016г	0,02	0,08	64	0,01	0,27	73,0	158,0	18,0	12,0	92,1	1,20	11,0	0,1	36,0
Картофель отварной	150	2,5	6,1	23,9	160,6	54-23а-2020	0,12	0,1	1	1	11,0	224,0	758,0	14,0	27,0	67,0	1	26,7	0,3	0
Компот из яблок и вишни	150	0,2	0,1	7,65	31,9	54-53к-2020	0	0	1,89	0	1,5	5,5	69,0	6,9	4,4	5,2	0,4	0,6	0,0	3,10
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,65	0,3	9,9	48,9	пром	0,045	0,02	0	0	0	101,5	58,8	7,2	12	37,5	1	0,8	1,3	6
Итого за обед: 37,2%	585	19,6	23,71	59,45	528,6		0,235	0,315	168	1,01	36,2	515,2	1343	136,5	80,23	309,8	4,47	46,5	2,47	55,15

Полдник

УПОТРЕБЛЯЕМЫЙ	ОБЪЕМ			КАЧЕСТВЕННОСТЬ ПРОДУКТА	ПРЕДПОЛАГАЕМАЯ ПОТРЕБНОСТЬ В ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВАХ И ЭНЕРГИИ														
					B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F	
КУКУРУЗА ОТВАРНАЯ	30	0,6	0,10	3,1	15,1	0	0,010	0,360	0,00	0,580	91,00	34,00	11,0	3,4	11,0	0,09	0	0,13	5,4
фаршированный	150	2,84	8,9	14,4	148,5	0,08	0,6	13,5	0	89	498,1	248,8	48,7	27	68,4	0,93	0	0	0
Чай с лимоном	150	0,1	0	4,8	20,4	0,0	0	0,17	0	0,85	0,7	15	3,6	2	3,7	0,13	0	0,1	0,5
Хлеб пшеничный	40	3	0,44	19,6	93,7	0,04	0,02	0,0	0	0,0	199,6	37,2	8	4,4	22,2	0,4	1,32	2,4	5,8
Бананы	100	1,5	0,5	21	96	0,0	0,1	0	0	10	31,0	348,0	8,0	42,0	28,0	0,6	0	0	0
Конфеты шоколадные	20	0,3	1,5	16,3	80,0	0	0,007	0	0,1	0	5,3	20	3,3	5,3	8	0,3	0	0	10
Итого за полдник: 32,4%	490	8,34	11,44	79,2	453,7	0,16	0,682	14	0,1	100,4	825,7	703	82,6	84,1	141,3	2,45	1,32	2,63	21,7
Итого за день: 100,1%	1585	44,74	51,77	189,75	1402,3	0,887	1,477	288	1,31	137,8	1897	2594	733,3	234,8	910,9	8,41	92,8	23,5	177,3

Дневное количество пищи составляет 100% от нормы СанПиН 2.3.7.4.3590-20г (Приложение 7.10)

Дополнительные отклонения: от нормы калорийности +/-5% по отдельным приемам пищи.

подпись В.1.2.3. общед. 8

День 4

Меню приготавливаемых блюд на летний период 1400ккал/сутт
период:от 1 года до 3лет

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

..... в пребывания детей в 00 : 12 часов

C7.00 40_19.00

Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах

присоединение																					
Неделя 1 День 4		Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетиче- ская ценность	№ рецеп- тур													
Завтрак	Драчена	85	8,5	11,7	5	160,0	242-2016с		B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se
	Чай с молоком	150	1,1	0,8	6,4	37,7	54-4-н-20		0,07	0,3	192	0	0,28	99,4	137,6	68,2	13,3	152,6	1,75	0,0	0
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,33	14,7	70,3	проект		0,01	0,04	5	0	0,21	15	53	41	6	32	0,31	3,4	0
Второй з-к									0,03	0,02	0,0	0	0,0	149,7	27,9	6	3,3	16,6	0,3	0,99	1,8
	Ржаненка	180	5,2	4,5	7,6	91,6															4,4
Итого за завтрак: 25,6%		445	17,1	17,32	29,5	122,13			0,04	0,26	44	0,00	0,2	100,0	287,5	137,6	84,2	168,1	3,05	4,39	11,9

Обед

	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецепта	Состав													
							В1	В2	А	Д	С	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
Салат из капусты по-русски	40	0,9	4,40	1,4	48,9	54-63-2020	0,015	0,026	20,3	0,07	11,5	59,3	96,6	14,6	6,2	18,0	0,32	6,6	1,1	6,6
Расходник домашний	150	3,4	4,35	8,6	87	54-46-2020	0,05	0,042	78	0	6,3	148	278	20,7	15,1	37,8	0,57	12,7	0,2	20,8
Ратун из кур	150	15,6	5,3	13,1	162,9	54-128-20	0,1	0,09	195	0	8,45	211	554	24	70	144	1,61	32	12,8	11,7
Напиток из шиповника	150	0,5	0,2	11,4	49,1	54-138-2020	0,01	0,04	73,5	0	60,0	1,6	6,4	8,0	2,2	2,2	0,4	0,0	0,0	0,0
Хлеб ржаной-пшеничный	40	2,64	0,5	15,8	78,2	проект	0,07	0,032	0	0	0	162,4	94,4	11,6	19,2	60	1,6	1,3	2,2	9,6
Хлеб пшеничный	30	2,3	0,33	14,7	70,3	проект	0,03	0,02	0,0	0	0,0	149,7	27,9	6	3,3	16,6	0,3	0,99	1,8	4,4
Итого за обед: 35,4%	560	25,34	15,08	63,6	496,4		0,275	0,245	367	0,07	8,45	367	96,6	14,6	6,2	18,0	0,32	6,6	1,1	6,6

Полдник

[illegible]

Допустимы отклонения: от норм калорийности $\pm 5\%$, от нормы содержания жира $\pm 10\%$ (Приложение 7.10)

День 5

Меню приготавливаемых блюд на летний период-1400ккал/сут

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

С 7.00 до 19.00

Длительность пребывания детей в 00 : 12 часов

Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах

Пример меню Неделя 1 День 5	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергетиче	№ рецеп	Витамины											Минералы(Na,Са,К,Мg,Р,Fe- в мг;Se-мкг)						
			Белки	Жиры	Углеводы			B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F				
	Суп с макаронными	150	4,1	3,8	13,3	100,6	54-18г-2020	0,04	0,13	17,8	0,02	0,55	84,4	140,0	113,0	14,5	91,6	0,3	15,6	1,9	23,9				
Завтрак	Кофейный напиток с моло	150	2,3	1,9	8,2	58,9	54-23гг-2020	0,022	0,09	9,93	0	0,39	29	110,0	81	15,0	67	0,37	6,8	1,3	15				
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,33	14,7	70,3	прот	0,03	0,02	0,0	0	0,0	149,7	27,9	6	3,3	16,6	0,3	0,99	1,8	4,4				
	Сыр российский в нарезке	15	3,45	4,5	0	53,7	54-13-20	0,00	0,05	39	0,15	0,1	122	13,0	132,0	5,3	75,0	0,2	0,0	2,18	0,0				
Второй 3-к	Бифидоф (кефир)	150	4,3	3,8	6	79,5	1,2,2,4	0,06	0,25	30	0	3,4	75	219,0	124	21	135	0,15	0	3	30				
	Итого за завтрак: 25,9%	495	16,45	14,33	42,2	363		0,152	0,535	96,7	0,17	4,45	460,1	509,9	456	59,1	385,2	1,24	23,4	10,2	73,3				

Обед	Блюда	Вес	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетиче	№ рецеп	Витамины											Минералы(Na,Са,К,Мg,Р,Fe- в мг;Se-мкг)						
								B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F				
	Салат из картофеля с гор	40	0,8	2,10	3,9	37,7	26-2016г	0,04	0,03	0	0	6,2	0,06	131,6	10,5	9,5	22,0	0,33	0	0	0				
	Свекольник	150	1,35	3,2	8	66,2	54-18г-2020	0,036	0,033	44,8	0	4,38	229	255	20,5	15,7	35,8	0,77	33,5	0,32	18,6				
	Голубцы ленивые	150	12,7	11,9	9,6	216,6	54-34-2020	0,050	0,12	19,2	0,05	16,60	172,0	406,0	48,0	28,0	138,0	2,00	25,40	1,20	52,50				
	Соус сметанный	30	0,87	5,07	1,95	55,8	54-40гг-20	0,009	0,027	25,1	0,02	0,05	35,7	31	24	2,58	17,1	0,06	6,33	0,21	4,5				
	Компот из кураги	150	0,7	0	11,8	50,2	54-24г-2020	0,01	0,02	52,5	0	0,2	2,0	214,0	21,0	14,0	19,0	0,4	0,0	0,0	0,0				
	Хлеб пшеничный	40	2,64	0,5	15,8	78,2	прот	0,07	0,032	0	0	0	162,4	94,4	11,6	19,2	60	1,6	1,3	2,2	9,6				
	Хлеб ржано- пшеничный	560	19,05	22,77	51,05	504,7		0,215	0,262	142	0,07	27,47	601,2	1132	135,6	88,98	291,9	5,19	66,5	3,93	85,2				
Итого за обед: 36,0%																									

Подлник	Блюда	Вес	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетиче	№ рецеп	Витамины											Минералы(Na,Са,К,Мg,Р,Fe- в мг;Se-мкг)						
								B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F				
	Сырники из творога	100	198,6	5,6	20,6	213,4	54-6г-20	0,02	0,22	29,1	0,1	0,18	92,0	106,0	138,0	21,0	191,0	0,54	17,2	25	34				
	Соус сметанный	30	0,87	5,07	1,95	55,8	54-40гг-20	0,009	0,027	25,1	0,002	0,048	35,7	31	24	2,58	17,1	0,06	6,33	0,21	4,5				
	Кисель из смородины	150	0,2	0,1	9,2	37,9	54-23гг-20	0	0,01	1,8	0	14,4	4,6	53	7,4	4,9	8,2	0,21	0,2	0,1	3,1				
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,22	9,8	46,9	прот	0,02	0,01	0,0	0	0,0	99,8	18,6	4	2,2	11,1	0,2	0,66	1,2	2,9				
	Бюлоко	150	0,87	0,87	13	61,0	прот	0	0	4,5	0	6	29,5	346,5	20,8	12,1	14,8	2,8	2,5	0,45	12,1				
	Зефир	40	0,2	0	32,0	129,3	10,6,3	0	0	0	0	0	110,8	19	11	2,6	5,4	0,6	0	0	0				
	Итого за подлник: 38,9%	490	202,24	11,86	86,55	544,3		0,049	0,257	56	0,1	14,6	243,1	209	180,4	31,08	222	1,41	23,7	27	56,6				
	Итого за день: 100,8%	1545	237,74	48,96	179,8	1412,0		0,416	1,054	294	0,34	46,55	1304	1851	772	179,16	898,8	7,84	114	41,1	215,1				

Другие данные меню составлены на основании СанПиНа 2.3/2.4.3590-20* (Приложение 7,10)

Допустима отклонения: от норм калорийности +/-5% по отдельным приемам пищи.

подпункт В.1.2.3 табл. 8

День 6

Меню приготавливаемых блюд на летний период-1400ккал/сут

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

С 7.00 до 19.00

Длительность пребывания детей в ОО: 12 часов

Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах

Пример пищи Неделя 2. День 1	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепта	Витамины																Минералы(Na, Ca, K, Mg, R, Fe- в мг; Se-мкг)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
			Белки	Жиры	Углеводы			B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
Завтрак	Каша кукурузная с кура	150	5,5	6,6	34,6	220,4	54-36-2020	0,07	0,13	61,8	0,09	0,48	241,0	240,0	97,0	26,0	106,0	1,28	35	7,4	14																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							

Обед	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецепта	Витамины										Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe, I, Se, F)										
							B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F							
	Салат из свежих овощей	40	0,9	3,20	7,8	56,7	54-18-2020	0,01	0,03	1,0	0	2,08	18,0	171,0	21,0	16,0	24,0	0,8	3,5	0,3	6,6						
	Шоколад	150	3,46	4,2	4,3	69,15	54-16-20	0,016	0,024	78,8	0	8	73,9	138,0	28	9,9	23,2	0,36	11,4	0	11,1						
	Плов из говядины	150	11,5	11,1	29	261,6	54-11-2020	0,06	0,09	196,0	0,08	0,59	208,0	202,0	15,0	33,0	146,0	1,60	29,00	5,50	62,00						
	Компот из смородины	150	0,2	0,1	6,3	26,6	54-7-20	0	0,01	2,29	0	18,0	5,5	65,5	7,2	6,1	6,5	0,3	0,2	0,22	3,8						
	Хлеб ржаной-пшеничный	40	2,64	0,5	15,8	78,2	пром	0,07	0,032	0	0	0	162,4	94,4	11,6	19,2	60	1,6	1,3	2,2	9,6						
		530	18,7	19,10	63,2	492,25		0,156	0,186	278	0,08	28,67	467,8	670,9	82,8	84,2	259,7	4,62	45,4	8,22	93,1						
Итого за обед 35,1%																											

ПОЛДНИК	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецепта	Витамины										Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe, I, Se, F)											
							B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F								
УПЛОТНЕННЫЙ	Рыба припущенная в молоке	100	16,5	1,15	2,9	181,0	54-6-20	0,13	0,13	18,6	0,1	1,3	128,7	290,0	53,7	27,5	175,0	0,58	53,7	0,3	249,3							
	Картофельное пюре	130	2,8	4,5	17,2	120,8	54-11-2020	0,1	0,09	20,6	0,08	8,8	140,0	542,0	33,8	24,3	72,8	0,89	24,3	0,68	37,3							
	Чай с лимоном	150	0,1	0	4,8	20,4	54-3-20	0,0	0	0,17	0	0,85	0,7	15	3,6	2	3,7	0,13	0	0,1	0,5							
	Вафли	20	0,6	0,7	15,5	70,0	пром	0,01	0,01	0,6	0	0	9,8	28	3,2	2	7	0,3	0	0	0							
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,33	14,7	70,3	пром	0,0	0,0	0,0	0	0,0	149,7	27,9	6	3,3	16,6	0,3	0,99	1,8	4,4							
	Итого за полдник 33,1%	430	22,3	6,68	55,05	462,5		0,27	0,245	40	0,18	10,99	428,9	902,9	100,3	59,1	275,1	2,2	79	2,9	291,5							
	Итого за день 100,8%	1420	56	41,50	181,25	1411,9		0,608	0,891	444	0,45	44,55	1415	2224	595,1	204,2	870,9	9,98	176	24,4	404,5							

Дневное дневное меню составлено на основании СанПиН 2.3/2.4.3580-20г (Приложение 7,10)

Допустимый отклонения: от нормы калорийности +/- 5% по отдельным приемам пищи, попутит 8.1.2.3. обмен 8

Дополнительное меню составлено на основании СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (Приложение 7,10)

Допустимы отклонения: от норм калорийности +/- 5% по отдельным приемам пищи, попутный 8.1.2.3, обознач 8

Меню приготавливаемых блюд на летний период-1400ккал/сут

C 7.00 µs_19.00

BA	
----	--

Эне

С. И. БУДЫ	Каш
------------	-----

[illegible]

34

67	00
----	----

0.3	
0.0	

0	0%
---	----

	5
--	---

--	--

	$T'Q$
--	-------

Σ	7'ce
---	------

[illegible]

Энергетический потенциал

11

[illegible]

1,2	2
-----	---

8	7'6"
---	------

13,5	20
------	----

14,9	6
------	---

9.8	4
-----	---

15,8	7
------	---

[illegible]

66,4	49
------	----

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100	101	102	103	104	105	106	107	108	109	110	111	112	113	114	115	116	117	118	119	120	121	122	123	124	125	126	127	128	129	130	131	132	133	134	135	136	137	138	139	140	141	142	143	144	145	146	147	148	149	150	151	152	153	154	155	156	157	158	159	160	161	162	163	164	165	166	167	168	169	170	171	172	173	174	175	176	177	178	179	180	181	182	183	184	185	186	187	188	189	190	191	192	193	194	195	196	197	198	199	200	201	202	203	204	205	206	207	208	209	210	211	212	213	214	215	216	217	218	219	220	221	222	223	224	225	226	227	228	229	230	231	232	233	234	235	236	237	238	239	240	241	242	243	244	245	246	247	248	249	250	251	252	253	254	255	256	257	258	259	260	261	262	263	264	265	266	267	268	269	270	271	272	273	274	275	276	277	278	279	280	281	282	283	284	285	286	287	288	289	290	291	292	293	294	295	296	297	298	299	300	301	302	303	304	305	306	307	308	309	310	311	312	313	314	315	316	317	318	319	320	321	322	323	324	325	326	327	328	329	330	331	332	333	334	335	336	337	338	339	340	341	342	343	344	345	346	347	348	349	350	351	352	353	354	355	356	357	358	359	360	361	362	363	364	365	366	367	368	369	370	371	372	373	374	375	376	377	378	379	380	381	382	383	384	385	386	387	388	389	390	391	392	393	394	395	396	397	398	399	400	401	402	403	404	405	406	407	408	409	410	411	412	413	414	415	416	417	418	419	420	421	422	423	424	425	426	427	428	429	430	431	432	433	434	435	436	437	438	439	440	441	442	443	444	445	446	447	448	449	450	451	452	453	454	455	456	457	458	459	460	461	462	463	464	465	466
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

Энергетический

кан цен

3

0.9	69
-----	----

4,03	94,
------	-----

4.8	20.
-----	-----

14.7	70,
------	-----

21	96
----	----

25,3	129
------	-----

5,23	479,
------	------

96,83	1364
-------	------

--	--

получил 8.

День 9

Меню приготавливаемых блюд на летний период-1400ккал/сут

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Длительность пребывания детей в ОО : 12 часов

Пример меню Неделя 2 День 4

С 7.00 до 19.00

Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах

Присоединение к меню		00:00 - 12:00 часов		Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах																			
Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Витамины					Минералы (Na, Ca, K, Mg, R, Fe - в мг, Se - мкг)											
		Белки	Жиры	Углеводы			B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F			
Омлет натуральный	100	8,5	11,9	2,1	150,1	54-10-20	0,05	0,27	122	1,45	0,2	176,0	120,0	73,0	11,0	135,0	1,39	29	17	42			
Завтрак	150	2,3	1,9	8,2	58,9	54-23-20	0,022	0,09	9,93	0	0,39	29	110,0	81	15,0	67	0,37	6,8	1,3	15			
	30	2,3	0,33	14,7	70,3	пром	0,0	0,0	0,0	0	0,0	149,7	27,9	6	3,3	16,6	0,3	0,99	1,8	4,4			
Второй 3-к	150	4,3	3,8	6	79,5	12,2,4	0,06	0,25	30	0	3,4	75	219,0	124	21	135	0,15	0	3	30			
Бифидофил (кефир)	430	17,4	17,93	31	358,8		0,162	0,625	162	1,45	3,99	429,7	476,9	284	50,3	353,6	2,21	36,8	23,1	91,4			
Итого за завтрак: 25,6%																							

Обед	Вид блюда	Вес	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептур	Витамины										Минералы									
								B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F						
	Перец болгарский в нарезке	60	0,8	0,00	3,0	15,4	54-64-2020	0,04	0,06	150	0	120	1,2	98,0	4,8	4,2	9,6	0,3	1,8	0,06	4,2						
	Расходник	150	3,8	4,3	8,1	86,7	54-10-2020	0,028	0,028	77,4	0	4,8	72,4	150	20,7	10,9	39,3	0,41	11,5	2	12,4						
	Пудинг из говядины	50	11,6	11,8	0,4	155,9	54-13-2020	0,02	0,11	24,4	4,20	0,05	113,0	183,0	19,0	13,3	117,0	1,60	16,50	1,83	0,00						
	Горошина	110	10,6	0,9	24,7	150,1	54-21-20	0,32	0,06	0,66	0	0	122	399	56,8	51,3	158	3,26	17,4	6,34	16,5						
	Компот из яблок	150	0,3	0,1	13,8	56,9	54-6-20	0,02	0,01	0,54	0	0,0	13,0	103,0	11,0	5,5	17,0	0,4	0,1	0,0	35,0						
	Хлеб ржано-пшенич	40	2,64	0,5	15,8	78,2	прон	0,07	0,032	0	0	0	162,4	94,4	11,6	19,2	60	1,6	1,3	2,2	9,6						
Итого за обед: 38,9%								0,498	0,3	253	4,2	124,9	484	1027	123,9	104,4	400,9	7,57	48,6	12,43	77,7						

ПОДАВИК	Вес	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры	Витамины																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															
							B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		
УПЛОТНЕННЫЙ	блюда																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																					

Допустимые меню составляются на основании СанПиН 2.3.2.4.3590-20г (Приложение 7.10)

Допустимые отклонения: от норм калорийности +/- 5% по отдельным ингредиентам и общему

подходит в.1.2.3. общ. в

День 10 Меню приготовляемых блюд на летний период-1400ккал/сут
Возрастная категория от 1 года до 3 лет
Длительность пребывания детей в ОО : 12 часов
С 7.00 до 19.00

Пример пищи Неделя 2. День 5	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепта	Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах													
			Белки	Жиры	Углеводы			Витамины					Минералы(Na, Ca, K, Mg, R, Fe- в мг; Se-мкг)								
	Каши молочная гречневая	150	5,4	4,3	19,9	140,6	54-20к-2020	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
								0,11	0,14	17,9	0,04	0,37	249,0	178	84	59	132	1,76	37,4	2,7	21,0
Завтрак	Кофейный напиток с Хлеб пшеничный	150	2,3	1,9	8,2	58,9	54-23гтс- 2020	0,022	0,09	9,93	0	0,39	29	110,0	81	15,0	67	0,37	6,8	1,3	15
	Джем	30	0,05	0,33	14,7	70,3	пром	0,0	0,0	0,0	0	0,0	149,7	27,9	6	3,3	16,6	0,3	0,99	1,8	4,4
		10		0	7,2	43,4	9,4,11..	0,00		0	0	0,4	0,3	22,8	1,8	1,5	2,5	0,4	0,0	0,90	2,1
Второй з-к	Йогурт	180	5,7	4,3	8,1	94,3	13,2,4	0,05	0,025	18	0	1	90,0	273,6	223,6	25,2	164	0,18	0	3,6	36
		520	15,75	10,83	58,1	407,5		0,212	0,27	45,8	0,04	2,16	518	612,3	396,4	104	381,9	2,98	45,2	10,3	78,5
Итого за завтрак: 29,0%																					

Обед	Вс блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетичес кая ценность	№ рецеп тур																				
							B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F						
	Винегрет	40	0,5	3,60	2,7	44,8	54-163-2020	0,008	0,008	48,6	0	1,5	134	85,0	8,0	6,5	14,5	0,3	5,2	0,1						
	Суп-пюре из картофеля	150	2,9	3,62	14,12	100,8	106-2016-	0,08	0,11	27,2	0	5,13	1,99	429,7	75,5	23,6	88,1	88,52	0	0	8					
	Гречки	10	1,2	0,15	7,6	36,8	123-2015-	0,03	0,01	0,0	0,00	0,48	59,5	20,9	3,6	5,2	13,7	0,31	0,00	2,00	0					
	Капуста тушеная с м	130	14,4	14,3	8,6	220,6	54-10к-20	0,05	0,12	67,0	0,08	18,80	122,0	482,0	53,0	31,2	151,0	2,40	28,40	0,40	9,60					
	Компот из яблок и ви	150	0,2	0,1	7,6	31,9	54-5кх-20	0	0	1,9	0	1,5	5,5	69,0	6,9	4,4	5,2	0,4	0,60	0,00	3,10					
	Хлеб ржано-пшенич	40	2,64	0,5	15,8	78,2	пропор	0,07	0,032	0	0	0	162,4	94,4	11,6	19,2	60	1,6	1,3	2,2	9,6					
		520	21,84	22,27	56,42	513,1		0,233	0,279	145	0,08	27,41	485,4	1181	158,6	90,09	332,5	93,53	36,5	4,7	88,8					
Итого за обед: 36,6%																										

Подлинник	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецепта	Потребность в пищевых веществах, энергии, витаминах и минеральных веществах														
							Витамины					Минералы(Na, Ca, K, Mg, P, Fe, I, Se, F)									
употребленный	Салат из моркови и яблоко	40	0,4	4,1	2,9	49,5	54-11к-20	B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
	Вареники отварные	125	18,5	13,5	19,1	272,5	с6-2015г	0,02	0,02	489	0	2,42	60,0	82,0	9,3	10,7	14,7	0,5	6,8	0,06	14,6
	Чай с лимоном	150	0,1	0	4,8	20,4	54-3кх-20	0,075	0,27	87,5	0,18	0,23	62,9	109,1	11,9	23,0	19,2	0,72	28	30,3	40,8
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,33	14,7	70,3	проп	0,0	0,0	0,17	0	0,85	0,7	15	3,6	2	3,7	0,13	0	0,1	0,5
	Яблоко	100	0,58	0,58	8,7	40,7	9,1,2,6	0,0	0,0	0,0	0	0,0	149,7	27,9	6	3,3	16,6	0,3	0,99	1,8	4,4
	Конфеты шоколад	20	0,33	1,5	16,3	80,0	код 10,9,2,4	0	0	0	3	0	4	19,7	231,0	13,9	8,1	9,9	1,9	1,7	0,3
Итого за полдник: 37,4%		465	22,21	20,01	66,5	533,4		0,125	0,312	579	0,28	7,5	298,3	485	155,1	52,4	244,4	3,88	37,5	32,6	78,4
Итого за день: 103,8%		1505	59,8	53,11	181,02	1454,0		0,57	0,861	770	0,4	37,07	1302	2278	710,1	246,5	958,8	100,4	119	47,6	245,7

Дополнительное меню составлено на основании СанПиН 2.3/2.4.3590-20г (Приложение 7,10)

добавлены отклонения: от нормы калорийность+/-5% по отдельным ингредиентам

подпишит 8.12.3. объект в

Дополнительное меню составлено на основании СанПиН 2.3.4.3590-20 (Приложение 7.10)
Допустимый отклонения: от нормы калорийности +/- 5% по отклонениям времени пищи.

подпись В.1.2.3. - обаш 8

Распределение калорийности по приемам пищи (Дети (ясли))

	Завтрак	%	2-й завтрак	%	Обед	%	Углотенный полдник	%	Соль	%	Калорийность за весь день
1 нед. Понедельник	338,15	24,2	92	6,6	524,52	37,5	431,37	30,8			1 386,04
1 нед. Вторник	317,5	22,7	80,16	5,7	518,33	37	505,17	36,1			1 421,16
1 нед. Среда	364,4	26	91,62	6,5	488,39	34,9	404,3	28,9			1 348,71
1 нед. Четверг	297,34	21,2	91,62	6,5	496,49	35,5	534,39	38,2			1 419,84
1 нед. Пятница	301,7	21,6	80,16	5,7	504,69	36	489,18	34,9			1 375,73
2 нед. Понедельник	408,3	29,2	69	4,9	499,77	35,7	555,16	39,7			1 532,23
2 нед. Вторник	310,23	22,2	94,38	6,7	552,7	39,5	358,08	25,6			1 315,39
2 нед. Среда	269,62	19,3	78,65	5,6	517,65	37	584,36	41,7			1 450,28
2 нед. Четверг	279,35	20	80,16	5,7	541,3	38,7	513,1	36,7			1 413,91
2 нед. Пятница	313,2	22,4	94,38	6,7	547,08	39,1	402,1	28,7			1 356,76
Среднее	320	22,9	85,2	6,1	519,1	37,1	477,7	34,1			1 402

**Итого нормы потребления белков, жиров, углеводов, энерг. ценность
витаминов и минеральных веществ в среднем за 10 дней
(от 1года до 3 лет)согласно СанПиНа 2.3/2.4.3590-20**

Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность
60,2	50,8	182,5	1402,0

Витамины					Минеральные вещества								
B1	B2	A	D	C	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
0,61	0,99	778	1,7	47	1540	2380	641,7	221,7	903,9	11,5	151	46,8	360,9

Основное (организованное) меню на период не менее 2-х недель на летний период
составлено на основании СанПиНа 2.3/2.4.3590-20 абзац 8. приложение №7, №8, №10
На основании СанПиНа 2.3/2.4.3590-20 допустимы отклонения от норм калорийности+, -5%
по отдельным приемам пищи абзац 8 подпункт 8.1.2.3
К данному меню разработаны и прилагаются технологические карты на каждое блюдо.

Используемая литература:

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций. Новосибирск-2020г

2. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. Сборник технических нормативов/под редакции М.П.Могильного и В.А.Тутельяна-Москва ДеЛи плюс, 2015-640с.

3. Химический состав российских продуктов питания. Под редакцией И.М.Скурихина, В.А.Тутельяна.

Меню разработала повар :



Т.М.Хохмачева