



УТВЕРЖДАЮ

Директор департамента образования
г. Нижнего Новгорода

E.A. Platonova
Е.А. Платонова

« 27 » *ИЮНЬ* 2019г.

**Примерное 10-ти дневное меню
для организации питания детей 1,5-3 года
в муниципальных дошкольных образовательных
города Нижнего Новгорода
с 12-ти часовым пребыванием**

Первый день

№ рецептуры по Сборнику рецептур блюд 2010 года	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества					Витамин С
			белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность		
	Завтрак							
1	Бутерброд с маслом	10/30	2,45	7,55	14,62	136	-	
216	Омлет с сыром	80	9,1	12,2	1,3	151	0,17	
394	Чай с молоком	150	2,65	2,33	14,31	89	1,19	
368	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	10	
	Итого	370	14,6	22,48	40,03	423	11,36	
	2-й завтрак							
401	Кисломолочный напиток «Снежок»	150	4,05	3,75	16,2	118	1,35	
	Итого	150	4,05	3,75	16,2	118	1,35	
	Обед							
35	Салат из свежegy с яблоком	40	0,45	2,06	4,57	39	3,72	
67	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне	150	1,04	2,93	5,09	51	11,08	
278	Бефстроганов из отварного мяса (говядина I сорт)	60/30	15,11	10,93	1,5	165	-	
321	Картофельное пюре	120	2,45	3,84	16,35	110	14,53	
376	Компот из кураги	150	0,33	0,02	20,83	85	0,3	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10	52	-	
	Итого	580	21,36	20,14	58,34	502	29,63	
	Углотнённый полдник							
449	Оладьи с джемом	60/10	4,58	4,06	31,64	181	0,4	
400	Молоко кипяченое	150	4,58	4,08	7,58	85	2,05	
	Зефир	20	0,16	0,02	15,96	65	-	
	Итого	240	9,32	8,16	55,18	331	2,45	
	ВСЕГО	1340	49,33	54,53	169,75	1374	44,79	

Второй день

№ рецептуры по Сборнику рецептур блюд 2010 года	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества					
			белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	Витамин С	
	Завтрак							
3	Бутерброд с сыром	10/5/30	4,73	6,88	14,56	139	0,07	
185	Каша молочная жидкая манная с маслом	150/5	2,4	3,82	16,1	108	-	
397	Какао с молоком	150	3,15	2,72	17,96	109	1,2	
	Итого	350	10,28	13,42	48,62	356	1,27	
	2-й завтрак							
	Кефир с сахарным сиропом	140/10	4,06	3,5	12,09	100	0,98	
	Итого	150	4,06	3,5	12,09	100	0,98	
	Обед							
45	Винегрет овощной	60	0,82	3,7	5,1	57	6,2	
82	Суп картофельный с вермишелью с мясными фрикадельками (фарш домашний)	10/150	3,62	4,45	12,56	105	10	
298	Голубцы ленивые (фарш домашний)	135	9,82	13,55	10,34	201	35,1	
ТТК 206	Компот из ягод замороженных	150	0,25	-	20,16	83	2,16	
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	70	-	
	Итого	545	17,15	22,18	61,52	516	53,46	
	Уплотнённый полдник							
255	Биточки рыбные запечённые (филе пикши)	80	10,64	3,76	7,67	107	0,34	
319	Картофель в молоке	100	2,34	2,49	13,16	84	10,77	
399	Сок фруктовый	150	0,75	-	15,15	63	3	
368	Фрукты свежие (бананы)	100	1,5	0,5	21	96	10	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	-	
	Итого	450	16,81	6,95	66,64	397	24,11	
	ВСЕГО	1495	48,3	46,05	188,87	1369	79,82	

Третий День

№ рецептуры по Сборнику рецептов блока 2010 года	Наименование блока	Выход блока	Пищевые вещества					
			белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	Витамин С	
	Завтрак							
1	Бутерброд с маслом	10/30	2,45	7,55	14,62	136	-	
237	Запеканка из творога со ступённым молоком	70/20	27,3	8,44	23,4	225	0,4	
394	Чай с молоком	150	2,65	2,33	14,31	89	1,19	
368	Фрукты (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	10	
	Итого	380	32,8	18,72	62,13	497	11,59	
	2-й завтрак							
	Бюлакт	100	2,8	3,2	8,6	74	-	
		100	2,8	3,2	8,6	74	0	
	Обед							
57	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	150/10	1,3	4,4	7,96	78	6,24	
274	Мясо тушеное с овощами в соусе (говядина I сорт)	170	16,2	13,28	11,03	228	3,71	
	Овощ свеж. \ солен (огурцы свежие)	40	0,28	-	0,76	6	2,4	
376	Компот из смеси сухофруктов	150	0,33	0,02	20,83	85	0,3	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10	52	-	
	Итого	550	20,09	18,06	50,58	449	12,65	
	Уплотнённый полдник							
195	Пудинг рисовый с джемом	150/20	5,31	8,79	63,25	351	0,53	
393	Сок фруктовый	150	0,75	-	15,15	63	3	
454	Пирожок с яблоками	60	3,5	3,85	28,87	164	0,25	
	Итого	380	9,56	12,64	107,27	578	3,78	
	ВСЕГО	1410	65,25	52,62	228,58	1598	28,02	

Четвертый день

№ рецептуры по Сборнику рецептов блюд 2010 года	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества					
			белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	Витамин С	
	Завтрак							
3	Бутерброд с сыром	15/5/30	6,37	9,25	20,17	191	0,11	
185	Каша молочная овсяная («Геркулес») жидкая с маслом	150/5	2,85	5,01	14,29	114	-	
394	Чай с молоком	150	2,65	2,33	14,31	89	1,19	
	Итого	355	11,87	16,59	48,77	394	1,3	
	2-й завтрак							
401	Раженка с сахарным сиропом	140/10	4,06	5,6	12,37	116	0,98	
	Итого	150	4,06	5,6	12,37	116	0,98	
	Обед							
22	Салат из картофеля с соевыми отрупами	40	0,55	2,08	3,43	35	4,8	
87	Суп картофельный с рыбными консервами	150	5,16	5,04	8,6	100	5,47	
255	Котлета рыбная запечённая (филе трески)	80	10,64	3,76	7,67	107	0,34	
315	Рис отварной	100	2,43	3,58	24,45	140	-	
393	Сок фруктовый	150	0,75	-	15,15	63	3	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10	52	-	
	Итого	550	21,51	14,82	69,3	497	13,61	
	Уплотнённый полдник							
286	Тефтели мясные (фарш домашний)	60/30	7,3	9,7	11,7	151	1,38	
137	Рагу из овощей	150	1,75	5,64	11,1	102	8,27	
393	Чай с лимоном	150/3,5	0,07	0,01	10,1	41	1,42	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	-	
	Итого	424	11,49	15,65	47,39	365	11,07	
	ВСЕГО	1479	48,93	52,66	177,83	1372	26,96	

Пятый день

№ рецептуры по Сборнику рецептов блюд 2010 года	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества					
			белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	Витамин С	
	Завтрак							
1	Бутерброд с маслом	10/30	2,45	7,55	14,62	136	-	
ТТК 229	Каша молочная «Дружба» жидкая с маслом	150/5	2,55	4,19	18,33	122	-	
397	Какао с молоком	150	3,15	2,72	17,96	109	1,2	
	Итого	345	8,15	14,46	50,91	367	1,2	
	2-й завтрак							
	Лактобактерин	125	3,5	4	6	75	0	
	Итого	125	3,5	4	6	75	0	
	Обед							
45	Винегрет овощной	60	0,82	3,7	5,1	57	6,2	
85	Суп картофельный с клёцками	150/20	1,42	2,28	8,25	59	3,91	
305	Котлета рубленая из пыллят (пыллята)	60	9,63	8,68	9,98	157	0,54	
132	Капуста тушёная	150	3,1	4,86	14,14	113	25,74	
376	Компот из кураги	150	0,33	0,02	20,83	85	0,3	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10	52	-	
	Итого	620	17,28	19,9	68,3	523	36,69	
	Углотнённый полдник							
231	Сырники из творога со стужённым молоком	50/20	10,72	8,71	20,37	190	0,21	
393	Чай с лимоном	150/3,5	0,07	0,01	10,1	41	1,42	
368	Фрукты свежие (груши)	100	0,4	0,3	10,3	47	5	
	Итого	323	11,19	9,02	40,77	278	6,63	
	ВСЕГО	1413	40,12	47,38	165,98	1243	44,52	

Шестой день

№ рецептуры по Сборнику рецептов блока 2010 года	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества					
			белки	жиры	углевода	Энергетическая ценность	Витамин С	
	Завтрак							
1	Бутерброд с маслом	10/30	2,45	7,55	14,62	136	-	
185	Каша молочная жидкая рисовая с маслом	150/5	1,64	3,82	16,9	109	-	
394	Чай с молоком	150	2,65	2,33	14,31	89	1,19	
	Итого	345	6,74	13,7	45,83	334	1,19	
	2-й завтрак							
401	Йогурт питьевой	150	4,43	5,25	16,95	132	0,9	
	Итого	150	4,43	5,25	16,95	132	0,9	
	Обед							
33	Салат из свеклы	40	0,57	2,44	3,34	38	3,8	
81	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	150	3,29	3,16	9,79	81	3,49	
292	Макаронник с мясом (говядина I сорт)	120	13,65	8,75	25,04	234	0,31	
399	Компот из яблок	150	0,12	0,12	17,91	73	1,3	
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	70	-	
	Итого	500	20,27	14,95	69,44	496	8,9	
	Углотнённый полдник							
137	Рагу из овощей	150	1,75	5,64	11,1	102	8,27	
466	Сдоба обыкновенная	60	4,66	2,8	31,4	169	-	
393	Сок фруктовый	150	0,75	-	15,15	63	3	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	-	
	Итого	380	8,74	8,64	67,31	381	11,27	
	ВСЕГО	1375	40,18	42,54	199,53	1343	22,26	

Сельский день

№ рецептуры по Сборнику рецептур блюд 2010 года	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества					Витамин С
			белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность		
	Завтрак							
3	Бутерброд с сыром	10/5/30	4,73	6,88	14,56	139	0,07	
185	Каша молочная пшённая жидкая с маслом	150/5	3,46	4,57	19,76	134	-	
397	Какао с молоком	150	3,15	2,72	17,96	109	1,2	
	Итого	350	11,34	14,17	52,28	382	1,27	
	2-й завтрак							
	Бифидумбактерин кислomоложный	100	2,8	3,2	4,1	60	-	
		100	2,8	3,2	4,1	60	0	
	Обед							
67	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне	150	1,04	2,93	5,09	51	11,08	
291	Запеканка картофельная с мясом (говядина 1 сорт)	120	8,91	6,59	20,43	177	17,85	
	Овощ свеж. \ солен (помидоры свежие)	40	0,47	-	1,53	9	10	
376	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,02	20,83	85	0,3	
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	70	-	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	-	
	Итого	530	15,76	10,32	75,73	463	39,23	
	Углотнённый полдник							
235	Пудинг из творога со ступенным молоком	50/15	8,67	5,4	20,67	136	0,35	
	Молоко витаминизированное	200	5,6	6,4	9,4	118	17	
368	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	10	
	Вафли	18	0,81	5,04	11,52	95	-	
	Итого	383	15,48	17,24	51,39	396	27,35	
	ВСЕГО	1363	45,38	44,93	183,5	1301	67,85	

Восьмой день

№ рецептуры по Сборнику рецептур блюд 2010 года	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества					Витамин С
			белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность		
	Завтрак							
215	Омлет натуральный	80	7,48	9,86	1,44	124	0,15	
368	Фрукты свежие (груши)	100	0,4	0,3	10,3	47	5	
394	Чай с молоком	150	2,65	2,33	14,31	89	1,19	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	-	
	Итого	350	12,11	12,69	35,71	307	6,34	
	2-й завтрак							
401	Кисломолочный напиток «Снежок»	150	4,05	3,75	16,2	118	1,35	
	Итого	150	4,05	3,75	16,2	118	1,35	
	Обед							
45/2004	Салат из квашеной капусты	40	0,64	2,04	3,08	33	10,67	
109	Бульон куриный с гречками	150/25	3,76	1,57	26,4	135	0,26	
304	Плов из птицы (пылгята)	160	22,12	6,29	27,78	333	2,83	
ТТК 206	Компот из ягод замороженных	150	0,25	27,78	20,16	83	2,16	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10	52	-	
	Итого	555	28,75	38,04	87,42	636	15,92	
	Полдник							
245	Рыба припущенная (филе горбуши)	80	13,52	0,52	0,25	60	0,45	
318	Картофель отварной	75	1,4	2,2	11,5	71	10,5	
336	Капуста тушеная	75	1,4	2,4	5,4	49	7,7	
399	Сок фруктовый	150	0,75	-	15,15	63	3	
458	Ватрушка с творогом	50	6,6	3,9	20,84	144	0,03	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	-	
	Итого	450	25,25	9,22	62,8	434	21,68	
	ВСЕГО	1505	70,16	63,7	202,13	1495	45,29	

Девятый день

№ рецептуры по Сборнику рецептур блюд 2010 года	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества					
			белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	Витамин С	
	Завтрак							
251	Запеканка из творога с джемом	100/20	17,64	12,05	38,65	302	0,74	
397	Какао с молоком	150	3,15	2,72	17,96	109	1,2	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	-	
	Итого	290	22,37	14,97	66,27	458	1,94	
	2-й завтрак							
	Бифилакт кисломолочный	100	3,2	3,2	3,9	60	-	
	Итого	100	3,2	3,2	3,9	60	0	
	Обед							
45	Винегрет овощной	60	0,82	3,7	5,1	57	6,2	
84	Суп картофельный с рыбными фрикадельками (филе трески)	20/150	4,31	1,89	11,02	79	6,75	
ТТК 432	Котлета домашняя (фарш домашний)	60	7,6	9,5	9,2	144	0,35	
317	Рожки отварные	100	3,68	3	17,63	113	-	
376	Компот из кураги	150	0,33	0,02	20,83	85	0,3	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10	52	-	
	Итого	570	18,72	18,47	73,78	530	13,6	
	Полдник							
288	Фрикадельки мясные в соусе (фарш домашний)	60/60	8,5	11,5	11,1	170	1,68	
321	Пюре картофельное	120	2,45	3,84	16,35	110	14,53	
	Овощ свеж. \ солен (помидоры свежие)	40	0,47	-	1,53	9	10	
393	Чай с лимоном	150/3,5	0,07	0,01	10,1	41	1,42	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	-	
	Итого	453	13,07	15,55	48,74	377	27,63	
	ВСЕГО	1413	57,36	52,19	192,69	1425	43,17	

Десятый день

№ рецептуры по Сборнику рецептур блюд 2010 года	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества					Витамин С
			белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность		
	Завтрак							
1	Бутерброд с маслом	10/30	2,45	7,55	14,62	136	-	
183/2015	Каша молочная гречневая жидкая с маслом	150/5	6,8	7,98	26,35	204	1,37	
394	Чай с молоком	150	2,65	2,33	14,31	89	1,19	
	Итого	345	11,9	17,86	55,28	429	2,56	
	2-й завтрак							
401	Бифидок с сахарным сиропом	140/10	4,76	3,5	14,19	111	0,98	
	Итого	150	4,76	3,5	14,19	111	0,98	
	Обед							
25	Салат из картофеля с зеленым горошком	40	0,79	2,1	3,91	38	6,26	
76	Рассолыник Ленинградский со сметаной	150/5	1,46	4,6	10,5	89	4,6	
308	Фрикадельки из птицы (цыпленка)	60	9,03	6,95	5,85	122	0,32	
132	Капустя тушеная	150	3,1	4,86	14,14	113	25,74	
372	Компот из яблок	150	0,12	0,12	17,91	73	1,3	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10	52	-	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	-	
	Итого	605	18,06	19,19	71,97	534	38,22	
	Полдник							
268	Суфле рыбное (филе пикши)	80	12,61	7,32	3,29	129	0,14	
332	Овощи в молочном соусе	150	3,09	2,83	13,25	91	12,23	
399	Сок фруктовый	150	0,75	-	15,15	63	3	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	-	
	Печенье	10	0,8	1,5	6,3	42	-	
	Итого	410	18,83	11,85	47,65	372	15,37	
	ВСЕГО	1510	53,55	52,4	189,09	1446	57,13	
	Общее		518,56	509	1897,95	13966	459,81	
	среднее в день		51,86	50,90	189,80	1397	45,98	

Начальник технологического отдела МП «Единый центр муниципального заказа» Решетникова Н.В.

Накопительная ведомость расхода продуктов в день на одного ребёнка

Рацион: Меню детский сад 1,5-3 лет

Приемы пищи: 1-й завтрак; 2-й завтрак; Обед.; Уплотненный полдник

Возраст: 1,5 - 3 года

Продукт	Количество продуктов по дням в граммах, нетто										Норма продуктов (100% от суточной нормы) для детей в возрасте от 1,5 до 3 лет, в граммах нетто	Фактическое выполнение, гр	% выполнения
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
Говядина	97	56	96	38		55	40		89		50	47	94
Дрожжи сухие	0,4		0,3			0,5		0,3			0,1	0,2	150
Какао		2			2		2		2		0,5	0,8	160
Картофель	121	135	61	106	49	78	133	75	178	92	120	103	86
Кисломолочные продукты	150	140	100	140	125	150	100	150	100	140	151	130	86
Кондитерские изделия	20						18			10	7	5	69
Крупы, бобовые		29	40	62	24	35	34	35	6	30	30	30	98
Макаронные изделия		6				33			34,2		8	7	92
Масло растительное	8	6	5	8	14	11	3	5	9	14	9	8	91
Масло сливочное	18	19	25	20	18	23	18	17	14	22	18	19	108
Молоко, в т.ч. кисломолочные продукты	463	357	250	337	375	319	508	275	237	395	390	352	90
Мука пшеничная	36	2	32	10	18	48		27	5	10	25	19	75
Овощи	71	137	108	121	237	131	92	187	104	305	205	149	73
Рыба-филе		60		89				40	19	73	32	28	88
Сахар	21	41	66	31	43	33	32	36	38	41	37	38	103
Сметана	8	4	17	19		11	2		19	5	9	8,5	94
Сок		150	150	150		150		150		150	100	90	90
Соль	2,4	3,5	3,2	4,2	3,5	2,9	2,5	2,8	3,9	5,8	4	3	87
Сыр	10	10		15			10				4	5	113
Творог			65		45		38	19	92		30	26	86
Фрукты	116	123	126	3,5	103,5	30	100	123	103,5	30	95	86	90
Фрукты сухие	15		23		15		20		15		9	9	98
Хлеб пшеничный	30	64	30	82	41	50	60	79	59	81	60	58	96
Хлеб ржаной	30	40	30	30	30	40	40	30	30	30	40	33	83
Пшеница					44			82		44	20	17	85
Чай	0,8		0,8	1,6	0,8	0,8		0,8	0,8	0,8	0,5	0,7	144
Яйцо	58	9	5	4	4	6	3	62	6	10	20	17	83

Начальник технологического отдела: Решетникова Н.В.

Исполнитель: инженер-технолог Шамшина Л.А.

Циклическое меню разработано на основании нормативных документов:

- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях 2010 года издания.

- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 года

- Техничко-технологические карты

-Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»

При приготовлении блюд используется йодированная соль, которая добавляется в конце варки.

По разработанному меню получены следующие данные:

Названия пищевых веществ	Потребность для детей от 1,5-х до 3 лет	Фактическое выполнение по меню
Белки (г)	42	52
Жиры (г)	47	51
Углеводы (г)	203	190
Энергетическая ценность (ккал)	1400	1397

Начальник технологического отдела МП «ЕЛМЗ» Решетникова Н.В.

**Распределение калорийности по приёмам пищи
1,5-3-лет**

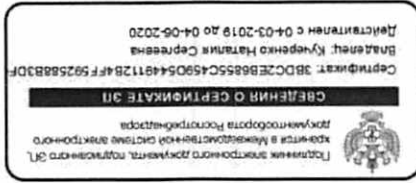
<i>Дни</i>	<i>Калорийнос ть завтрака</i>	<i>Калорийнос ть 2-го завтрака</i>	<i>Калорийнос ть обеда</i>	<i>Калорийность улотнённого полюнка</i>	<i>Общая калорийность</i>
1	423	118	502	331	1374
2	356	100	516	397	1369
3	497	74	449	578	1598
4	394	116	497	365	1372
5	367	75	523	278	1243
6	334	132	496	381	1343
7	382	60	463	396	1301
8	307	118	636	434	1495
9	458	60	530	377	1425
10	429	111	534	372	1446
Итого	3947	964	5146	3909	13966
<i>В среднем в день</i>	395	96	515	391	1397
<i>Соотношени е</i>	28,2%	6,9%	36,8%	27,9%	99,80%
<i>Нормы СанПиНа</i>	20-25%	5,0%	30-35%	30-35%	85-100%

Стоимость питания на одного ребенка в возрасте от 1,5 до 3 лет по 2-х недельному цикличному меню от 05.06.2019 г.

Стоимость (себестоимость) питания в день, руб	Цена продукта, руб	потребность по меню на одного человека, кг	Продукт
67,86	259,00	0,262	Творог
11,74	117,39	0,1	Бифидумбактерин
10,93	109,26	0,1	Бифилакт
0,06	1150,00	0,00005	Ванилин крист.
3,56	198,00	0,018	Вагли "Артек" фасованные
0,36	30,00	0,012	Торох.
11,10	79,32	0,14	Торошек зеленый консервы
7,13	142,50	0,05	Джем.
1,00	740,05	0,00135	Дрожжи сухие.
2,98	149,00	0,02	Зефир.
9,86	63,60	0,155	Йогурт фруктовый питьевой
1,83	229,00	0,008	Какао порошок
15,60	124,80	0,125	Кисломолочный напиток Лактобактерин
11,02	110,24	0,1	Кисломолочный напиток "Биолакт"
10,59	73,00	0,145	Кисломолочный напиток "Бифидок"
22,69	73,20	0,31	Кисломолочный напиток "Снежок"
8,56	59,00	0,145	Кисломолочный напиток кефир
11,02	76,00	0,145	Кисломолочный напиток ряженка
0,36	340,00	0,00105	Кислота лимонная
1,62	54,00	0,03	Крупа гречневая
1,11	30,00	0,037	Крупа манная
1,36	32,40	0,042	Крупа пшено шлифованное
8,47	55,00	0,154	Крупа рисовая
1,82	46,55	0,039	Мак.изделия (вермишель)
1,55	45,60	0,034	Макаронные изделия (рожки)
7,89	95,00	0,083	Масло растительное.
97,78	504,00	0,194	Масло сливочное
21,40	107,00	0,2	Молоко витаминизированное 0,2
87,80	45,00	1,951	Молоко пакет
8,41	152,90	0,055	Молоко стуженное.
4,72	25,40	0,186	Мука пшеничная в/сорт
135,36	470,00	0,288	Мясо говяжье I сорт.
44,70	149,00	0,3	Мясо птицы вымята-бройлеры
3,95	76,00	0,052	Овощи капуста квашеная

Овоши капуста свежая	0,784	20,81	16,32
Овоши картофель свежий	1,661	18,05	29,98
Овоши лук репчатый	0,242	22,71	5,50
Овоши морковь свежая	0,341	23,28	7,94
Овоши огурцы консервированные	0,134	39,00	5,23
Овоши огурцы свежие	0,041	102,60	4,21
Овоши помидоры свежие	0,041	99,75	4,09
Овоши свекла свежая	0,163	20,07	3,27
Печенье "Сормовское" 1/100	0,01	139,00	1,39
Рыба горбуша филе	0,08	365,75	29,26
Рыба пикша филе	0,149	376,20	56,05
Рыба треска филе	0,092	397,10	36,53
Рыбные консервы.	0,024	249,07	5,98
Сахар-песок	0,364	46,00	16,74
Смесь ягод замороженная	0,046	179,00	8,23
Сметана.	0,085	147,10	12,50
Сок фруктовый.	0,9	37,00	33,30
Соль йодированная	0,035	10,00	0,35
Сухари панировочные.	0,022	54,50	1,20
Сухофрукты изюм	0,013	166,00	2,16
Сухофрукты компотная смесь	0,03	145,70	4,37
Сухофрукты курага	0,045	298,00	13,41
Сыр	0,049	420,00	20,58
Фарш ломашний (фарш п/ф охлажденный)	0,183	454,00	83,08
Фрукты бананы	0,1	67,26	6,73
Фрукты груши	0,2	134,00	26,80
Фрукты лимоны	0,012	118,00	1,42
Фрукты яблоки.	0,409	76,95	31,47
Хлеб батон (нарезка)	0,584	51,11	29,85
Хлеб ржаной (нарезка)	0,33	30,10	9,93
Хлопья овсяные "Геркулес"	0,023	23,00	0,53
Чай черный.	0,007	249,00	1,74
Яйцо с-1	3,296	6,00	19,78
Итого			1166,08
За 1 день			116,61

Руководитель



Н.С.Кучеренко

Управление Роспотребнадзора по Нижегородской области (далее Управление) в ответ на письмо №04-02-140843/19 от 14.06.2019 и в дополнение к ранее направленной информации, сообщает.

В представленных на рассмотрение примерных меню для организации питания детей от 1,5 до 3 лет, от 3-х до 7 лет в дошкольных организациях г.Н.Новгорода замечания учтены.

Обращаем внимание, что в приложении №9 СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательно-образовательных организаций» (далее СанПиН 2.4.1.3049-13), представлено перечень пищевых продуктов, использование которых не допускается в питании детей, в том числе мяса третьей и четвертой категории, а также мяса с массовой долей костей, жировой и соединительной ткани свыше 20%. В соответствии с требованиями действующих СанПиН 2.4.1.3049-13 питание детей должно быть организовано в соответствии с примерным меню, утвержденным руководителем дошкольной организации (п.15.3).

Предлагаем обеспечить выполнение требований санитарного законодательства при организации питания детей в дошкольных организациях.

Уважаемая Елена Александровна!

О примерном меню

На № 04-02-140843/19 от 14.06.2019

20.06.2019 52-00-07/03-4573-2019

E-mail: sanepid@sim.nn

Факс: (831) 436-78-73

Телефон: (831) 436-78-90

ул. Тургенева, 1

603950, г. Нижний Новгород.

Федеральная служба
по надзору в сфере защиты прав потребителей и
благополучия человека

**УПРАВЛЕНИЕ ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ
ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ
ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ
ЧЕЛОВЕКА
ПО НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ**



Директору департамента
образования г.Н.Новгорода
Е.А.Платоновой

603005
г.Нижний Новгород
ул.Большая Покровская, 15

УТВЕРЖДАЮ

Директор департамента образования
г. Нижнего Новгорода

Е. А. Платонова

« 27 »

Июня

2019г.



**Примерное 10-ти дневное меню
для организации питания детей 3-7 лет
в муниципальных дошкольных образовательных
города Нижнего Новгорода
с 12-ти часовым пребыванием**

Первый день

№ рецептуры по Сборнику рецептур блюд 2010 года	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества					
			белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	Витамин С	
	Завтрак							
1	Бутерброд с маслом	10/30	2,45	7,55	14,62	136	-	
216	Омлет с сыром	80	9,1	12,2	1,3	151	0,17	
395	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	19,36	111	1,17	
368	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	10	
	Итого	400	14,8	22,56	45,08	445	11,34	
	2-й завтрак							
401	Кисломолочный напиток «Снежок»	180	4,86	4,5	19,44	142	1,62	
	Итого	180	4,86	4,5	19,44	142	1,62	
	Обед							
35	Салат из свеклы с яблоками	80	0,89	4,13	9,15	77	7,44	
67	Щи из свежей капусты с картошкой на мясном бульоне со сметаной	200/10	1,7	5,4	7,1	84	14,8	
278	Бефстроганов из отварного мяса (говядина 1 сорт)	80/40	20,1	14,57	2,1	219	-	
321	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	210	-	
376	Компот из кураги	180	0,4	0,02	24,99	102	0,36	
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	-	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	-	
	Итого	810	31,62	30,29	106,38	826	22,6	
	Уплотнённый полдник							
449	Оладьи с джемом	120/20	9,11	8,11	62,93	360	0,8	
	Молоко витаминизированное	200	5,6	6,4	9,4	118	10	
	Итого	340	14,71	14,51	72,33	478	10,8	
	ВСЕГО	1730	65,99	71,86	243,23	1891	46,36	

Второй день

№ рецептуры по Сборнику рецептов блюд 2010 года	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества					
			белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	Витамин С	
	Завтрак							
3	Бутерброд с сыром	15/5/40	6,68	8,45	19,39	180	0,11	
185	Каша молочная жидкая манная с маслом	200/5	3,18	3,89	21,44	134	-	
397	Какао с молоком	180	3,67	3,19	20,82	127	1,43	
	Итого	445	13,53	15,53	61,65	441	1,54	
	2-й завтрак							
401	Кефир с сахарным сиропом	165/15	4,8	4,1	16,3	126	1,16	
	Итого	180	4,8	4,1	16,3	126	1,16	
	Обед							
45	Винегрет овощной	80	1,09	4,94	6,75	76	8,2	
82	Суп картофельный с вермишелью с мясными фрикадельками (фарш домашний)	20/200	5,8	8,3	13,1	168	6,7	
298	Голубцы ленивые (фарш домашний)	190	13	18,4	13,5	274	44,5	
ТТК 206	Компот из ягод замороженных	180	0,3	-	24,2	99	2,6	
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	-	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	-	
	Итого	740	25,07	32,44	83,91	751	62	
	Уплотнённый полдник							
255	Биточки рыбные запечённые	80	11,03	4,1	7,5	111	0,29	
319	Картофель в молоке	150	3,51	3,73	19,74	127	16,16	
399	Сок фруктовый	180	0,9	-	18,18	76	3,6	
368	Фрукты свежие (бананы)	100	1,5	0,5	21	96	10	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	-	
	Итого	540	19,31	8,63	80,91	481	30,05	
	ВСЕГО	1905	62,71	60,7	242,77	1799	94,75	

Третий день

№ рецептуры по Сборнику рецептов Бюджет 2010 года	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества					Витамин С
			белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность		
	Завтрак							
1	Бутерброд с маслом	10/30	2,45	7,55	14,62	136	-	
237	Запеканка из творога со сгущённым молоком	100/30	26,65	14,94	31,67	382	0,39	
394	Чай с молоком	180	2,67	2,34	17,31	101	1,2	
368	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	10	
	Итого	450	32,17	25,23	73,4	666	11,59	
	2-й завтрак							
	Биолакт	100	2,8	3,2	8,6	74		
	Итого	100	2,8	3,2	8,6	74	0	
	Обед							
57	Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной	200/10	1,58	5,83	7,99	99	7,92	
274	Мясо тушеное с овощами в соусе (говядина 1 сорт)	220	21,71	16,55	15,02	296	5,2	
	Овощ свеж. \ солен (огурцы свежие)	60	0,48	0,06	1,5	8	6	
376	Компот из смеси сухофруктов	180	0,4	0,02	24,99	102	0,36	
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	-	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	-	
	Итого	740	29,05	23,26	75,86	639	11,56	
	Уплотнённый полдник							
195	Пудинг рисовый с джемом	200/30	7,1	10,72	87,42	471	0,84	
399	Сок фруктовый	180	0,9	-	18,18	76	3,6	
454	Пирожок с яблоками	60	3,5	3,85	28,87	164	0,25	
	Итого	470	11,5	14,57	134,47	711	4,69	
	ВСЕГО	1760	75,52	66,26	292,33	2090	27,84	

Четвертый день

№ рецептуры по Сборнику рецептур блюд 2010 года	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества					Энергетическая ценность	Витамин С
			белки	жиры	углеводы				
	Завтрак								
3	Бутерброд с сыром	15/5/40	6,68	8,45	19,39	180	0,11		
185	Каша молочная овсяная («Геркулес») жидкая с маслом	200/5	3,75	1,89	23,91	128	-		
395	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	1,17		
	Итого	445	13,28	12,75	57,66	399	1,28		
	2-й завтрак								
401	Ряженка с сахарным сиропом	165/15	4,8	6,6	16,6	144	1,2		
	Итого	180	4,8	6,6	16,6	144	1,2		
	Обед								
22	Салат из картофеля с солёным огурцом	80	1,09	4,17	6,86	69	9,6		
87	Суп картофельный с рыбными консервами	200	6,88	6,72	11,47	134	7,29		
255	Котлета рыбная запечённая (филе трески)	80	11,03	4,1	7,5	111	0,29		
315	Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	210	-		
ТТК №175	Кисель витаминизированный	180	-	-	12,96	52	18		
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	-		
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	-		
	Итого	760	27,53	21,16	101,83	710	35,18		
	Уплотнённый полдник								
286	Тфтели мясные (фарш домашний)	80/40	9,7	12,9	14,8	200	1,85		
137	Рагу из овощей	150	1,75	5,64	11,1	102	8,27		
393	Чай с лимоном	180/7	0,12	0,02	13,2	53	2,83		
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	-		
	Итого	487	13,94	18,86	53,59	426	12,95		
	ВСЕГО	1872	59,55	59,37	229,68	1679	50,61		

Пятый день

№ рецептуры по Сборнику рецептур блюд 2010 года	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества					Энергетическая ценность	Витамин С
			белки	жиры	углеводы				
	Завтрак								
2	Бутерброд с джемом	20/5/30	2,51	3,93	28,88	161	0,48		
ТТК 229	Каша молочная «Дружба» жидкая с маслом	200/5	3,38	4,4	24,41	151	-		
397	Какао с молоком	180	3,67	3,19	20,82	127	1,43		
	Итого	440	9,56	11,52	74,11	439	1,91		
	2-й завтрак								
	Лактобактерин	125	3,5	4	6	75	0		
	Итого	125	3,5	4	6	75	0		
	Обед								
45	Винегрет овощной	80	1,09	4,94	6,75	76	8,2		
85	Суп картофельный с клецками	200/25	2,5	3,4	13,8	96	4,7		
305	Котлета рубленая из цыплят (цыпленка)	80	12,92	11,85	13,46	212	0,73		
132	Капустя тушёная	150	3,1	4,86	14,14	113	25,74		
376	Компот из кураги	180	0,4	0,02	24,99	102	0,36		
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	-		
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	-		
	Итого	785	24,89	25,87	99,5	733	39,73		
	Уплотнённый полдник								
231	Сырники из творога со слущенным молоком	100/30	20,19	15,22	28,2	330	0,25		
393	Чай с лимоном	180/7	0,12	0,02	13,2	53	2,83		
368	Фрукты свежие (груши)	100	0,4	0,3	10,3	47	5		
	Итого	417	20,71	15,54	51,7	430	8,08		
	ВСЕГО	1767	58,66	56,93	231,31	1677	49,72		

Шестой день

№ рецептуры по Сборнику рецептур блюд 2010 года	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества					Энергетическая ценность	Витамин С
			белки	жиры	углеводы				
	Завтрак								
1	Бутерброд с маслом	10/30	2,45	7,55	14,62	136	-		
185	Каша молочная жидкая рисовая с маслом	200/5	2,17	3,89	22,51	134	-		
395	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	19,36	111	1,17		
	Итого	425	7,47	13,85	56,49	381	1,17		
	2-й завтрак								
401	Йогурт питьевой	180	5,31	6,3	20,34	158	1,08		
	Итого	180	5,31	6,3	20,34	158	1,08		
	Обед								
33	Салат из свежих	80	1,1	4,9	6,7	75	7,6		
81	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	200	4,39	4,22	13,06	108	4,65		
292	Макаронник с мясом (говядина 1 сорт)	160	17,93	11,73	33,34	311	0,39		
399	Компот из яблок	180	0,14	0,14	21,49	88	1,55		
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	-		
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	-		
	Итого	690	28,44	21,79	100,95	716	14,19		
	Уплотнённый полдник								
137	Рагу из овощей	150	1,75	5,64	11,1	102	8,27		
399	Сок фруктовый	180	0,9	-	18,18	76	3,6		
466	Сдоба обыкновенная	60	4,66	2,8	31,4	169	-		
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	-		
	Итого	420	9,68	8,74	75,17	418	11,87		
	ВСЕГО	1715	50,9	50,68	252,95	1673	28,31		

Седьмой день

№ рецептуры по Сборнику рецептов блюд 2010 года	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества					
			белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	Витамин С	
	Завтрак							
3	Бутерброд с сыром	15/5/40	6,68	8,45	19,39	180	0,11	
185	Каша молочная пшеница жидкая с маслом	200/5	4,59	4,9	26,32	168	0	
397	Какао с молоком	180	3,67	3,19	20,82	127	1,43	
	Итого	445	14,94	16,54	66,53	475	1,54	
	2-й завтрак							
	Бифидумбактерин кислomололочный	100	2,8	3,2	4,1	60	0	
	Итого	100	2,8	3,2	4,1	60	0	
	Обед							
8	Сельдь солёная	25	4,25	2,13	0	36	-	
67	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне со сметаной	200/10	1,7	5,4	7,1	84	14,8	
291	Запеканка картофельная с мясом (говядина 1 сорт)	160	12,13	9,5	25,7	237	3,8	
376	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,02	24,99	102	0,36	
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	-	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	-	
	Итого	645	23,36	17,85	84,15	593	18,96	
	Уплотнённый полдник							
235	Пудинг из творога со сгущённым молоком	100/30	17,34	10,8	41,33	272	0,49	
400	Молоко кипячёное	180	5,48	4,88	9,07	102	2,46	
368	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	10	
	Итого	410	23,22	16,08	60,2	421	12,95	
	ВСЕГО	1600	64,32	53,67	214,98	1549	33,45	

Восьмой день

№ рецептуры по Сборнику рецептов блюд 2010 года	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества					Энергетическая ценность	Витамин С
			белки	жиры	углеводы				
	Завтрак								
215	Омлет натуральный	80	7,48	9,86	1,44	124	0,15		
	Фрукты свежие (груши)	100	0,4	0,3	10,3	47	5		
394	Чай с молоком	180	2,67	2,34	17,31	101	1,2		
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	-		
	Итого	380	12,13	12,7	38,71	319	6,35		
	2-й завтрак								
401	Кисломолочный напиток «Снежок»	180	4,86	4,5	19,44	142	1,62		
	Итого	180	4,86	4,5	19,44	142	1,62		
	Обед								
45/2004	Салат из квашеной капусты	80	1,28	4,08	6,16	66	21,6		
109	Бульон куриный с гречками	200/25	5,7	0,64	32,3	159	3,2		
304	Плов из птицы (пыльца)	210	22,26	7,73	35,69	301	1,01		
ТТК №175	Кисель витаминизированный	180	0	0	12,96	52	18		
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	-		
	Итого	745	32,54	13,05	103,81	665	43,81		
	Уплотнённый полдник								
245	Рыба припущенная (филе горбуши)	80	13,52	0,52	0,25	60	0,45		
318	Картофель отварной	75	1,4	2,2	11,5	71	10,5		
336	Капуста тушеная	75	1,4	2,4	5,4	49	7,7		
399	Сок фруктовый	180	0,9	0	18,18	76	3,6		
458	Ватрушка с творогом	50	6,6	3,9	20,84	144	0,03		
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71	-		
	Итого	490	26,19	9,32	70,66	471	22,28		
	ВСЕГО	1795	75,72	39,57	232,62	1597	74,06		

Девятый день

№ рецептуры по Сборнику рецептов блюд 2010 года	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества					
			белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	Витамин С	
	Завтрак							
237	Запеканка из творога с джемом	100/30	17,74	12,05	39,05	332	12,24	
395	Кофейный напиток	180	2,85	2,41	19,36	111	1,17	
368	Фрукты свежие (апельсины)	100	0,9	0,2	8,1	43	60	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	-	
	Итого	430	23,07	14,86	76,17	533	73,41	
	2-й завтрак							
	Бифилакт кисломоложный	100	3,2	3,2	3,9	60	0	
	Итого	100	3,2	3,2	3,9	60	0	
	Обед							
45	Винегрет овощной	80	1,09	4,94	6,75	76	8,2	
84	Суп картофельный с рыбными фрикадельками (филе трески)	200/25	5,99	2,53	11,44	106	8,99	
ТТК 432	Котлета домашняя (фарш домашний)	80	10,2	12,7	12,3	192	0,46	
317	Рожки отварные	150	5,52	4,52	26,45	168	-	
376	Компот из кураги	180	0,4	0,02	24,99	102	0,36	
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	-	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	-	
	Итого	785	28,08	25,51	108,29	778	18,01	
	Уплотнённый полдник							
275	Сосиска отварная	50	5,5	11,95	0,2	130	0	
321	Пюре картофельное	200	4	0,64	27,3	183	24,2	
	Овощ свеж. \ солен. (огурцы свежие)	60	0,48	0,06	1,5	8	6	
393	Чай с лимоном	180/7	0,12	0,02	13,2	53	2,83	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	-	
	Итого	517	11,68	12,87	51,86	421	33,03	
	ВСЕГО	1832	66,03	56,44	240,22	1792	124,45	

Десятый день

№ рецептуры по Сборнику рецептур блюд 2010 года	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества					Витамин С
			белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность		
	Завтрак							
	Яйцо вареное	1 шт	6,35	5,75	0,35	79	-	
183/2015	Каша молочная гречневая жидкая с маслом	200/5	9	9,4	35	262	1,8	
394	Чай с молоком	180	2,67	2,34	17,31	101	1,2	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	-	
	Итого	455	19,6	17,69	62,32	489	3	
	2-й завтрак							
401	Бифидок с сахарным сиропом	165/15	5,6	4,1	18,8	139	1,16	
	Итого	180	5,6	4,1	18,8	139	1,16	
	Обед							
25	Салат из картофеля с зеленым горошком	80	1,57	4,19	7,82	75	12,5	
76	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/10	1,92	5,52	14,06	113	6,05	
308	Фрикадельки из цыплят (цыплята)	80	12,1	9,3	7,7	163	0,42	
132	Капуста тушеная	150	3,1	4,86	14,14	113	25,74	
372	Компот из яблок	180	0,14	0,14	21,49	88	1,55	
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	-	
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	-	
	Итого	770	23,71	24,81	91,57	686	46,26	
	Уплотнённый полдник							
268	Суфле рыбное (филе пикши)	80	12,61	7,32	3,29	129	0,14	
332	Овощи в молочном соусе	150	3,09	2,83	13,25	91	12,23	
399	Сок фруктовый	180	0,9	0	18,18	76	3,6	
	Хлеб пшеничный	20	2,37	0,3	14,49	71	-	
	Печенье	20	1,6	3	12,6	84	-	
	Итого	450	20,57	13,45	61,81	451	15,97	
	ВСЕГО	1855	69,48	60,05	234,5	1765	66,39	
	Общее		648,88	575,53	2414,59	17512	595,94	
	среднее в день		64,89	57,55	241,46	1751	59,59	

Начальник технологического отдела МП «Единый центр муниципального заказа» Решетникова Н.В.

Наконительная ведомость расхода продуктов в день на одного ребенка 2019 год от 05.06.2019

Рацион: Меню детский сад 3-7 лет
 Приемы пищи: 1-й завтрак;2-й завтрак;Обед; Уплотненный полдник;
 Возраст: 3-7 лет

Продукт	Количество продуктов по дням в граммах, нетто										Норма продуктов (100% от суточной нормы) для детей в возрасте от 3 до 7 лет в килограммах массы	Фактическое выполнение, гр	% выполнения
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
Говядина	129	83	130	51		72	53		57		55	58	105
Дрожжи сухие	0,5		0,3			0,5		0,3			0,17	0,16	94
Какао		2			2		2				0,6	0,6	100
Картофель	24	198	83	136	65	88	177	75	276	123	140	125	89
Кисломолочные продукты	180	165	100	165	125	180	100	180	100	165	150	146	97
Колбасные изделия									50		6,9	5	72
Кондитерские изделия										20	20	2	10
Кофейный напиток	3			3		3				3	1,2	1,2	100
Крупы, бобовые	54	42	55	89	32	47	48	46	6	44	43	46	108
Макаронные изделия		8				44			51		12	10	86
Масло растительное	14	8	6	10	16	15	4	7	11	17	11	11	98
Масло сливочное	19	21	29	32	14	25	20	18	16	12	21	21	98
Молоко, в т.ч. кисломолочные продукты	559	452	345	393	453	376	570	305	240	459	450	415	92
Мука пшеничная	71	4	33	10	24	48		30		10	29	23	79
Овощи	112	178	152	147	255	176	69	195	134	337	260	176	68
Рыба-филе		60		99			25	73	28	73	37	36	97
Сахар	30	77	40	52	57	42	42	32	46	51	47	47	100
Сметана	20	8	19	21		11	13		4	10	11	11	96
Сок		180	180			180		180		180	100	90	90
Напитки витаминизированные				180				180			50	36	72
Соль	3	6	1	5	5	3	7	3	8	6	6	5	79
Сыр	10	15		15			15				6	6	100
Творог			92		90		75	18	92		40	37	92
Фрукты	121	127	126	7	107	36	100	100	107	36	100	87	87
Фрукты сухие	18		28		18		28		18		11	11	100
Хлеб пшеничный	50	104	50	115	65	80	60	89	73	75	80	76	95
Хлеб ржаной	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	100
Пшеница					59			109		59	24	23	95
Чай			0,9	0,9	0,9			0,9	0,9	0,9	0,6	0,5	90
Яйцо	59	11	27	4	5	7	5	62	6	60	24	25	103

Начальник технологического отдела: Решетникова Н.В.
 Исполнитель: инженер-технолог Румянцева А.Ю.

Циклическое меню разработано на основании нормативных документов:

- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях 2010 года издания.

- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 года

- Техничко-технологические карты

-Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций»

При приготовлении блюд используются йодированная соль, которая добавляется в конце варки.

По разработанному меню получены следующие данные:

Названия пищевых веществ	Потребность для детей от 3-х до 7 лет	Фактическое выполнение по меню
Белки (г)	54	65
Жиры (г)	60	58
Углеводы (г)	261	242
Энергетическая ценность (ккал)	1800	1751

Начальник технологического отдела МП «ЕЦМЗ» Решетникова Н.В.

**Распределение калорийности по приёмам пищи
3-7 лет**

<i>Дни</i>	<i>Калорийнос ть завтрака</i>	<i>Калорийнос ть 2-го завтрака</i>	<i>Калорийность обеда</i>	<i>Калорийност ь в улотнённого полуника</i>	<i>Общая калорийность</i>
1	445	142	826	478	1891
2	441	126	751	481	1799
3	666	74	639	711	2090
4	399	144	710	426	1679
5	439	75	733	430	1677
6	381	158	716	418	1673
7	475	60	593	421	1549
8	319	142	665	471	1597
9	533	60	778	421	1792
10	489	139	686	451	1765
Итого	4587	1120	7097	4708	17512
В среднем в день	459	112	710	471	1751
Соотношени е	25,5%	6,2%	39,4%	26,2%	97,30%
Нормы СанПиНа	20-25%	5,0%	30-35%	30-35%	85-100%

Стоимость питания на одного ребенка в возрасте от 3-х до 7 лет по 2-х недельному цикличному меню от 05.06.2019 г.

Стоимость (себестоимость) питания в день, руб	Цена продукта, руб	потребность по меню на одного человека, кг	Продукт
96,87	259,00	0,374	Творог
11,74	117,39	0,1	Бифидумбактерин
10,93	109,26	0,1	Бифилакт
0,06	1150,00	0,00005	Ванилин крист.
0,48	30,00	0,016	Торох.
13,56	79,32	0,171	Торошек зеленый консервы
14,25	142,50	0,1	Джем.
1,18	740,05	0,0016	Дрожжи сухие.
17,41	93,60	0,186	Йогурт фруктовый питьевой
1,37	229,00	0,006	Какао порошок
6,58	143,00	0,046	Кисель плодово-ягодный концентрат
15,60	124,80	0,125	Кисломолочный напиток Лактобактерин
11,02	110,24	0,1	Кисломолочный напиток "Биолакт"
12,41	73,00	0,17	Кисломолочный напиток "Бифидок"
27,23	73,20	0,372	Кисломолочный напиток "Снежок"
10,03	59,00	0,17	Кисломолочный напиток кефир
12,92	76,00	0,17	Кисломолочный напиток ряженка
0,43	340,00	0,00126	Кислота лимонная
15,55	299,00	0,052	Колбасные изделия сосиски.
2,23	186,00	0,012	Кофейный напиток витаминизированный
2,16	54,00	0,04	Крупа гречневая
1,62	30,00	0,054	Крупа манная
1,81	32,40	0,056	Крупа пшено шлифованное
14,80	55,00	0,269	Крупа рисовая
2,42	46,55	0,052	Мак.изделия (вермишель)
2,33	45,60	0,051	Макаронные изделия (рожки)
10,26	95,00	0,108	Масло растительное.
103,82	504,00	0,206	Масло сливочное
21,40	107,00	0,2	Молоко витаминизированное 0,2
101,70	45,00	2,26	Молоко пакед
13,76	152,90	0,09	Молоко ступенное.
5,79	25,40	0,228	Мука пшеничная в/сорт
180,48	470,00	0,384	Мясо говяжье I сорт.
59,45	149,00	0,399	Мясо птицы цыпленка-бройлера
7,90	76,00	0,104	Овощи капуста соленая
17,58	20,81	0,845	Овощи капуста свежая
34,85	18,05	1,931	Овощи картофель свежий
6,54	22,71	0,288	Овощи лук репчатый

Овощи морковья свежая	0,4	23,28	9,31
Овощи огурцы консервированные	0,223	39,00	8,70
Овощи огурцы свежие	0,122	102,60	12,52
Овощи свекла свежая	0,279	20,07	5,60
Печенье "Сормовское" 1/50	0,02	139,00	2,78
Рыба горбуша филе	0,082	365,75	29,99
Рыба пикша филе	0,149	376,20	56,05
Рыба сельдь соленая	0,052	148,50	7,72
Рыба треска филе	0,098	397,10	38,92
Рыбные консервы.	0,032	157,00	5,02
Сахар-песок	0,468	46,00	21,53
Смесь ягод замороженная	0,027	179,00	4,83
Сметана, 15%	0,106	147,10	15,59
Сок фруктовый.	0,9	37,00	33,30
Соль йодированная	0,049	10,00	0,49
Сухари панировочные.	0,035	54,50	1,91
Сухофрукты изюм	0,0205	166,00	3,40
Сухофрукты компотная смесь	0,036	145,70	5,25
Сухофрукты курага	0,054	298,00	16,09
Сыр	0,059	420,00	24,78
Томатная паста.	0,013	88,00	1,14
Фарш ломашний (фарш п/ф охлажденный)	0,191	454,00	86,71
Фрукты апельсины	0,1	89,00	8,90
Фрукты бананы	0,1	67,26	6,73
Фрукты груши	0,2	134,00	26,80
Фрукты лимонны	0,024	118,00	2,83
Фрукты яблоки.	0,435	76,95	33,47
Хлеб батон (нарезка)	0,769	51,11	39,30
Хлеб ржаной (нарезка)	0,5	30,10	15,05
Хлопья овсяные "Геркулес"	0,031	23,00	0,71
Чай черный.	0,0054	349,00	1,88
Ябло с-1	4,975	6,00	29,85
Итого			1427,71
За 1 день			142,77