

УТВЕРЖДЕНО:  
Приказом заведующего МКДОУ д/с № 13  
от 25 декабря 2024 г. № 156

## МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

для обеспечения горячим питанием  
воспитанников дошкольных групп МКДОУ д/с № 13  
с 10,5- часовым пребыванием  
возрастная категория от 1,5 до 3 лет

**(Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях: методические рекомендации и технические документы/ Д.В. Гращенков., Л.И. Николаева. 2-е изд., перераб. и доп.- Екатеринбург, 2011 – ч.1 и 2.)**

*Составители: Грищенко Д.В., инженер-технолог общественного питания, канд.техн.наук, доцент. В разработке ассортимента и подготовки материалов технологических карт и оценке качества питания по меню рационов принимали участие Тарицына Н.А., главный внештатный детский диетолог Управления Здравоохранения г. Екатеринбурга Кузнецова Т.Г., зав. Дошкольным отделением МУ ДГБ№5, Катарина А.И. ведущий специалист отдела образования администрации Ленинского района, Г.Л. Ким, к.м.н., Агафонова Н.В. – врач детского сада №506; Давлетбаева В.Т. – медсестра детского сада №506, Салихьянова Н.А. – зав.детским садом №506, Горбачева В.С. – зав.детским садом №303 г.Екатеринбурга. На методические рекомендации и технические документы получено экспертное заключение ФГУЗ «Центра гигиены и эпидемиологии в Свердловской области» (экспертное заключение №02-01-12-13-01/276). Рекомендовано Управлением образования администрации г.Екатеринбурга.*

## МЕНЮ

1 день, неделя первая

возрастная группа: 1,5-3 лет

Но мер	Наименование изделий, блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг		Витамины, мг		
							Ca	Fe	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C
	<b>Завтрак</b>										
21/2	Лапша в молоке	150	2,58	2,76	9,0	71,25	66,41	0,195	0,03	0,075	0,32
13/10	Кофейный напиток с молоком	150	2,26	2,2	10	68	79,4	0,08	0,02	0,09	0,39
3/13	Хлеб Крестьянский с витаминно-минеральной смесью «Валетек-8» с маслом сл. и сыром	30/5/10	4,78	2,86	13,7	100,4	75	0,068	0,00	0,039	43,39
	Яблоко	95	1,79	0,59	26,25	112,81	9,5	0,71	0,047	0,06	11,87
	Итого за приём		<b>11,41</b>	<b>7,41</b>	<b>58,95</b>	<b>352,46</b>	<b>230,31</b>	<b>0,343</b>	<b>0,097</b>	<b>0,204</b>	<b>55,97</b>
	<b>Обед</b>										
5/2,1/2	Свекольник со сметаной с яйцом на кур/б	150	2,36	4,63	11,32	70,67	86,33	29,76	1,0	0,045	0,075
18/3,6/8	Рагу из овощей,бобовых из мяса куры	150	4,56	5,36	13,2	120	44,0	1,35	0,09	0,09	10,59
6/10	Компот из смешанных сухофруктов	150	0,37	0,023	13,7	53,78	10,86	0,24	0,008	0	37,5
	Хлеб ржаной «Дарницкий»	45	1,8	0,54	19,94	96,3	13,05	0,7	0,07	0,059	
	Итого за прием		<b>9,09</b>	<b>10,55</b>	<b>58,16</b>	<b>340,75</b>	<b>154,24</b>	<b>32,05</b>	<b>1,168</b>	<b>0,194</b>	<b>48,165</b>
	<b>Полдник</b>										
6/12	Булочка Дорожная	60	3,04	7,82	29,2	202,72	10,42	0,67	0,064	0,032	0,0
12/10	Молоко кипяченое	150	4,11	3,66	6,81	76,5	170,1	0,14	0,06	0,21	1,85
	Итого за прием		<b>7,15</b>	<b>14,65</b>	<b>45,57</b>	<b>355,4</b>	<b>239,82</b>	<b>1,03</b>	<b>0,16</b>	<b>0,32</b>	<b>2,46</b>
	Итого за день		<b>27,65</b>	<b>32,61</b>	<b>162,32</b>	<b>1048,61</b>	<b>624,37</b>	<b>33,42</b>	<b>1,425</b>	<b>0,718</b>	<b>106,6</b>

## МЕНЮ

2 день, неделя первая

возрастная группа: 1,5-3лет

Но мер	Наименование изделий, блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг		Витамины, мг		
			всего	всего			Ca	Fe	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C
	<b>Завтрак</b>										
11/4	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	150	4,9	4,48	24,8	155	73,1	0,79	0,11	0,06	0,21
14/10	Какао, витаминизированное с молоком	150	2,9	2,61	17,17	100,5	83,85	0,82	0,022	0,075	0,37
3/13	Хлеб Крестьянский с витаминно-минеральной смесью «Валетек-8» с маслом сл. и сыром	30/5/10	4,8	2,86	13,54	99,6	78,94	0,05	0,00	0,031	35,13
	Фрукты в ассортименте	95	1,42	0,47	19,9	90,2	7,6	0,57	0,039	0,049	9,5
	Итого за приём		<b>14,02</b>	<b>10,42</b>	<b>75,41</b>	<b>445,3</b>	<b>243,49</b>	<b>2,23</b>	<b>0,171</b>	<b>0,166</b>	<b>45,21</b>
	<b>Обед</b>										
1/2,16/2	Суп картофельный с крупой (греча) на кур. бульоне	150	3,26	4,7	15,7	109,7	25,41	1,10	0,097	0,052	5,02
15/8	Тефтели из мяса говядины паровые	50	11,48	11,38	4,64	167,5	6,4	1,17	0,02	0,06	0,04
8/3	Капуста тушеная	130	3,03	2,47	11,76	92	70,97	0,96	0,04	0,06	27,13
6/10	Компот из смешанных сухофруктов	150	0,37	0,02	13,7	54,8	10,9	0,24	0,0075	0	37,5
	Хлеб ржаной «Дарницкий»	45	1,9	0,54	19,9	96,3	13,05	0,9	0,07	0,058	
	Итого за прием		<b>20,04</b>	<b>19,1</b>	<b>73,8</b>	<b>410,6</b>	<b>127,2</b>	<b>5,37</b>	<b>0,23</b>	<b>0,23</b>	<b>69,7</b>
	<b>Полдник</b>										
	Ватрушка с творогом	60	6,8	6,5	20,9	169,5	48,35	0,53	0,048	0,10	0,096
12/10	Молоко кипяченое	150	4,11	3,66	6,8	76,5	170,1	0,14	0,06	0,21	1,84
	Итого за прием		<b>10,91</b>	<b>10,16</b>	<b>27,7</b>	<b>246</b>	<b>218,45</b>	<b>0,67</b>	<b>0,11</b>	<b>0,31</b>	<b>1,93</b>
	Итого за день		<b>44,97</b>	<b>39,68</b>	<b>176,91</b>	<b>1101,9</b>	<b>589,14</b>	<b>8,27</b>	<b>0,511</b>	<b>0,706</b>	<b>116,84</b>

## МЕНЮ

3 день, неделя первая

возрастная группа: 1,5-3 года

Но мер	Наименование изделий, блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг		Витамины, мг		
			всего	всего			Ca	Fe	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C
	<b>Завтрак</b>										
14/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	4,48	4,00	23,05	146,25	87,15	0,55	0,075	0,097	0,32
13/10	Кофейный напиток с молоком	150	2,25	2,175	10,05	66,75	79,40	0,082	0,023	0,09	0,039
3/13	Хлеб Крестьянский с витаминно-минеральной смесью «Валетек-8» с маслом сл. и сыром	30/5/10	4,78	2,86	13,7	100,4	75	0,068	0,00	0,039	43,39
	Фрукты в ассортименте	95	1,79	0,59	24,95	112,8	9,5	0,71	0,047	0,060	11,88
	Итого за приём		<b>13,30</b>	<b>9,625</b>	<b>71,75</b>	<b>426,20</b>	<b>251,05</b>	<b>1,41</b>	<b>0,145</b>	<b>0,286</b>	<b>55,629</b>
	<b>Обед</b>										
8/2	Щи из свежей капусты со сметаной на кур.бульоне	150	1,2	3,4	6,05	51	32,19	0,54	0,003	0,075	10,5
14/8	Котлеты из мяса говядины паровые	50	7,12	6,94	3,3	119	5,15	0,9	0,015	0,05	0,0
31/2	Горошница	100	4,1	2,93	24,9	144,62	9,87	0,57	0,047	0,023	0
6/10	Компот из смешанных сухофруктов	150	0,37	0,023	13,7	53,78	10,86	0,24	0,008	0	37,5
	Хлеб ржаной «Дарницкий»	45	1,8	0,54	19,94	96,3	13,05	0,7	0,07	0,059	
	Итого за прием		<b>14,59</b>	<b>13,833</b>	<b>67,89</b>	<b>464,70</b>	<b>71,12</b>	<b>2,95</b>	<b>0,143</b>	<b>0,207</b>	<b>48</b>
	<b>Полдник</b>										
28/1	Салат овощной: отварной картофель, морковь, зел.горошек, лук, подс.масло	110	0,83	3,76	5,9	61,42	9,90	0,40	0,036	0,027	1,96
6/13	Бутерброд с повидлом	20/13	1,46	2,29	16,8	93,70	6,11	0,4	0,032	0,016	0,28
15/10	Напиток из шиповника	100	0,074	0,03	5,56	21,67	1,37	0,066	0,00	0,006	29,7
	Итого за прием		<b>2,364</b>	<b>6,08</b>	<b>28,26</b>	<b>176,76</b>	<b>17,38</b>	<b>0,866</b>	<b>0,068</b>	<b>0,049</b>	31,94
	Итого за день		<b>30,254</b>	<b>29,538</b>	<b>167,90</b>	<b>1067,66</b>	<b>339,55</b>	<b>5,226</b>	<b>0,356</b>	<b>0,542</b>	<b>135,569</b>

# МЕНЮ

4 день    неделя    первая

возрастная группа: 1,5 до 3 лет

Номер	Наименование изделий, блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг		Витамины, мг		
			всего	всего			Ca	Fe	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C
	<b>Завтрак</b>										
15/4	Каша сборная (кукурузная крупа и рис) молочная с маслом сливочным	150	4,9	4,48	24,17	154,5	73,14	0,79	0,08	0,10	0,8
14/10	Какао, витаминизированное с молоком	150	2,9	2,61	17,17	100,5	83,85	0,82	0,022	0,075	0,37
3/13	Хлеб Крестьянский с витаминно- минеральной смесью «Валетек-8» с маслом сл. и сыром	30/5/10	4,87	2,31	11,06	81,3	78,94	0,062	0,00	0,031	35,13
	Фрукты в ассортименте	95	1,42	0,47	19,95	90,25	7,6	0,57	0,039	0,049	9,5
	Итого за приём		<b>14,09</b>	<b>9,87</b>	<b>72,35</b>	<b>426,55</b>	<b>243,53</b>	<b>2,18</b>	<b>0,14</b>	<b>0,255</b>	<b>36,3</b>
	<b>Обед</b>										
31/1	Салат из свежей капусты с кукурузой, консервированной с растительным маслом	40	2,25	2,8	7,3	42,6	15,4	0,50	0,073	0,033	6,9
4/2,18/ 2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	150	2,36	1,56	11,01	111,56	15,72	0,56	0,045	0,030	2,36
2, /3	Картофельное пюре	100	2,4	3,23	15,85	103,84	28,55	0,83	0,09	0,08	8,3
247	Рыба тушеная с овощами	50	8,3	4,5	3,5	87,14	34,16	0,66	0,06	0,06	1,95
6/10	Компот из смешанных сухофруктов	150	0,37	0,022	13,70	53,77	10,86	0,24	0,0075	0	37,50
	Хлеб ржаной «Дарницкий»	45	1,9	0,54	19,9	96,3	13,5	0,9	0,07	0,058	0,00
	Итого за прием		<b>17,58</b>	<b>12,65</b>	<b>71,26</b>	<b>495,21</b>	<b>118,19</b>	<b>3,7</b>	<b>0,35</b>	<b>0,261</b>	<b>57,01</b>
	<b>Полдник</b>										
	Творожный пирог Лакомка	80	6,56	12,56	28,96	254,4	14,02	0,44	0,010	0,067	0,056
11/10	Чай с лимоном	150/8	0,06	0,0075	6,92	0,0075	1,51	0,04	0,00	0,00	0,6
	Итого за приём		<b>6,62</b>	<b>12,5675</b>	<b>35,88</b>	<b>254,40</b>	<b>15,53</b>	<b>0,48</b>	<b>0,010</b>	<b>0,067</b>	<b>0,62</b>
	Итого за день		<b>38,29</b>	<b>46,17</b>	<b>231,54</b>	<b>1525,86</b>	<b>377,25</b>	<b>6,36</b>	<b>0,60</b>	<b>0,583</b>	<b>93,93</b>

# МЕНЮ

4 день    неделя    первая

возрастная группа: 1,5 до 3 лет

Номер	Наименование изделий, блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг		Витамины, мг		
			всего	всего			Ca	Fe	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C
	<b>Завтрак</b>										
15/4	Каша сборная (кукурузная крупа и рис) молочная с маслом сливочным	150	4,9	4,48	24,17	154,5	73,14	0,79	0,08	0,10	0,8
14/10	Какао, витаминизированное с молоком	150	2,9	2,61	17,17	100,5	83,85	0,82	0,022	0,075	0,37
3/13	Хлеб Крестьянский с витаминно- минеральной смесью «Валетек-8» с маслом сл. и сыром	30/5/10	4,87	2,31	11,06	81,3	78,94	0,062	0,00	0,031	35,13
	Итого за приём		<b>12,67</b>	<b>9,4</b>	<b>52,4</b>	<b>336,30</b>	<b>235,93</b>	<b>1,672</b>	<b>0,102</b>	<b>0,206</b>	<b>35,13</b>
	<b>Обед</b>										
31/1	Салат из свежей капусты с кукурузой, консервированной с растительным маслом	40	2,25	2,8	7,3	42,6	15,4	0,50	0,073	0,033	6,9
9/2	Рассольник со сметаной на кур. бульоне	150	2,06	2,99	9,14	73,44	23,48	0,10	0,05	0,04	3,61
2, /3	Картофельное пюре	100	2,4	3,23	15,85	103,84	28,55	0,83	0,09	0,08	8,3
247	Рыба тушеная с овощами(горбуша)	50	8,3	4,5	3,5	87,14	34,16	0,66	0,06	0,06	1,95
6/10	Компот из смешанных сухофруктов	150	0,37	0,022	13,70	53,77	10,86	0,24	0,008	0	37,50
	Хлеб ржаной «Дарницкий»	45	1,9	0,54	19,9	96,3	13,5	0,9	0,07	0,058	0,00
	Итого за прием		<b>17,28</b>	<b>14,082</b>	<b>69,39</b>	<b>457,09</b>	<b>125,95</b>	<b>3,23</b>	<b>0,423</b>	<b>0,271</b>	<b>58,26</b>
	<b>Полдник</b>										
	Творожный пирог Лакомка	80	6,56	12,56	28,96	254,4	14,02	0,44	0,010	0,067	0,056
11/10	Чай с лимоном	150/8	0,06	0,008	6,92	0,008	1,51	0,04	0,00	0,00	0,6
	Итого за приём		<b>6,62</b>	<b>12,568</b>	<b>35,88</b>	<b>254,408</b>	<b>15,53</b>	<b>0,48</b>	<b>0,010</b>	<b>0,067</b>	<b>0,656</b>
	Итого за день		<b>36,57</b>	<b>36,05</b>	<b>157,67</b>	<b>1047,798</b>	<b>377,41</b>	<b>5,382</b>	<b>0,535</b>	<b>0,544</b>	<b>94,046</b>

# МЕНЮ

5 день , неделя первая

возрастная группа: 1,5-3 лет

Номер	Наименование изделий, блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг		Витамины, мг		
			всего	всего			Ca	Fe	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C
	<b>Завтрак</b>										
2/6	Омлет запеченный с зеленым горошком	80/30	4,3	3,0	2,8	55,00	35	0,8	0,04	0,12	1,4
13/10	Кофейный напиток с молоком	150	2,26	2,2	10	68	79,4	0,08	0,02	0,09	0,39
3/13	Хлеб Крестьянский с витаминно-минеральной смесью «Валетек-8» с маслом сл. и сыром	30/5/10	4,8	2,86	13,54	99,6	78,94	0,05	0,00	0,031	35,13
	Фрукты в ассортименте	95	1,42	0,47	19,9	90,2	7,6	0,57	0,039	0,049	9,5
	Итого за приём		<b>12,78</b>	<b>8,53</b>	<b>46,24</b>	<b>312,8</b>	<b>200,94</b>	<b>2,67</b>	<b>0,099</b>	<b>0,29</b>	<b>46,42</b>
	<b>Обед</b>										
21/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	40	0,6	4,0	3,0	49	12,2	0,42	0,013	0,02	3,0
87	Суп картофельный с рыбой (Скумрия р.к. в/м)	150	3,0	3,5	9,6	81,0	89,0	0,5	0,06	0,15	5,0
4/8	Плов из мяса говядины	150	11,1	12,4	26,0	301	16	1,7	0,06	0,08	0,8
3	Кисель витаминизированный Витошка	150	0	0	8,4	37,2	12,0	34,0	0	0	0
	Хлеб ржаной «Дарницкий»	45	1,9	0,54	19,9	96,3	13,05	0,9	0,07	0,058	
	Итого за прием		<b>16,6</b>	<b>20,44</b>	<b>66,9</b>	<b>564,5</b>	<b>142,25</b>	<b>37,52</b>	<b>0,15</b>	<b>0,308</b>	<b>8,8</b>
	<b>Полдник</b>										
23/12	Манник	80/100	26	7,9	26,6	281,0	41,9	0,9	0,06	0,08	0,08
16/10	Кисломолочный напиток «Кефир»	150/200	4,1	3,8	16,2	88,0	90	0,15	0,05	0,2	1,4
	Итого за прием		<b>30,1</b>	<b>11,7</b>	<b>42,8</b>	<b>369</b>	<b>191,9</b>	<b>1,05</b>	<b>0,11</b>	<b>0,28</b>	<b>1,48</b>
	Итого за день		59,48	40,67	155,94	1246,3	535,09	41,24	0,359	0,878	56,7

# МЕНЮ

6 день , неделя вторая

возрастная группа: 1,5-3 лет

Номер	Наименование изделий, блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг		Витамины, мг		
			всего	всего			Ca	Fe	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C
	<b>Завтрак</b>										
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	150	3,98	3,8	20,64	133,50	70,25	0,29	0,045	0,09	0,32
13/10	Кофейный напиток с молоком	150	2,25	2,16	10,02	66,75	80	0,08	0,022	0,09	0,39
3/13	Хлеб Крестьянский с витаминно-минеральной смесью «Валетек-8» с маслом сл. и сыром	30/5/10	4,78	2,86	13,7	100,4	75	0,068	0,00	0,039	43,39
	Фрукты в ассортименте	95	1,78	0,59	24,9	112	9,5	0,71	0,047	0,059	11,9
	Итого за приём		<b>12,79</b>	<b>9,41</b>	<b>69,26</b>	<b>412,65</b>	<b>234,75</b>	<b>1,148</b>	<b>0,114</b>	<b>0,278</b>	<b>56</b>
	<b>Обед</b>										
5/2	Борщ со св. капустой со сметаной на кур.б	150	2,35	4,65	10	97,5	39,15	0,87	0,04	0,075	8,25
31/8	Картофель тушеный с курой	150	3,25	9,15	22,63	189,13	24,24	1,44	0,13	0,09	12,40
6/10	Компот из смешанных сухофруктов	150	0,37	0,023	13,7	53,78	10,86	0,24	0,008	0	37,5
1	Хлеб ржаной «Дарницкий»	45	1,8	0,54	19,94	96,3	13,05	0,7	0,07	0,059	
	Итого за прием		<b>7,77</b>	<b>14,363</b>	<b>66,27</b>	<b>436,71</b>	<b>87,30</b>	<b>3,25</b>	<b>0,248</b>	<b>0,224</b>	<b>58,15</b>
	<b>Полдник</b>										
28/1	Булочка Майская	60	5,76	3,67	45,36	246	24,8	1,03	0,09	0,06	0
10/10	Молоко кипяченое	150	4,2	4,78	7,03	88	175,50	0,15	0,06	0,3	1,5
	Итого за прием		<b>9,96</b>	<b>8,45</b>	<b>52,39</b>	<b>334</b>	<b>200,3</b>	<b>1,18</b>	<b>0,15</b>	<b>0,36</b>	<b>1,5</b>
	Итого за день		<b>30,52</b>	<b>32,223</b>	<b>187,92</b>	<b>1183,36</b>	<b>688,91</b>	<b>5,982</b>	<b>0,512</b>	<b>0,862</b>	<b>115,65</b>



# МЕНЮ

7 день    неделя вторая

возрастная группа:1,5-3 лет

Номер	Наименование изделий, блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг		Витамины, мг		
			всего	всего			Ca	Fe	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C
	<b>Завтрак</b>										
18/4	Каша молочная Ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом сливочным	150	3,83	4,43	18,53	129	85,70	0,68	0,05	0,11	0,4
14/10	Какао витаминизированное с молоком	150	2,90	2,61	17,18	100,50	83,85	0,83	0,02	0,08	0,38
3/13	Хлеб Крестьянский с витаминно-минеральной смесью «Валетек-8» с маслом сл. и сыром	30/5/10	4,8	2,86	13,54	99,6	78,94	0,05	0,00	0,031	35,13
	Фрукты в ассортименте	95	1,42	0,47	19,9	90,2	7,6	0,57	0,039	0,049	9,5
	Итого за приём		<b>12,95</b>	<b>10,37</b>	<b>69,15</b>	<b>419,3</b>	<b>256,09</b>	<b>2,13</b>	<b>0,109</b>	<b>0,27</b>	<b>45,41</b>
	<b>Обед</b>										
4/2,18/2	Суп картофельный с клецками на кур. бульоне	150	2,36	1,56	11,02	111,56	15,73	0,56	0,05	0,03	2,36
21/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	40	0,53	3,93	2,93	48,67	12,12	0,42	0,01	0,02	3,01
31/8	Ленивые голубцы из мяса гов. со сметанным соусом	90	6,33	9,30	6,47	103,50	39,29	0,86	0,02	0,05	2,50
6/10	Компот из смешанных сухофруктов	150	0,37	0,02	13,7	54,8	10,9	0,24	0,0075	0	37,5
1	Хлеб ржаной «Дарницкий»	45	1,9	0,54	19,9	96,3	13,05	0,9	0,07	0,058	0,00
	Итого за прием		<b>11,49</b>	<b>15,35</b>	<b>54,02</b>	<b>414,83</b>	<b>91,09</b>	<b>2,98</b>	<b>0,1575</b>	<b>0,158</b>	<b>45,37</b>
	<b>Полдник</b>										
6/12	Ватрушка со сметаной	60	4,48	6,72	24,56	178,40	32,06	0,48	0,06	0,56	0,08
,	Молоко кипяченое	150	4,11	3,66	6,8	76,5	170,1	0,14	0,06	0,21	1,84
	Итого за прием		<b>8,59</b>	<b>10,38</b>	<b>31,36</b>	<b>254,90</b>	<b>202,16</b>	<b>0,62</b>	<b>0,12</b>	<b>0,77</b>	<b>1,92</b>
	Итого за день		<b>33,03</b>	<b>36,10</b>	<b>154,53</b>	<b>1089,03</b>	<b>549,34</b>	<b>5,73</b>	<b>0,3865</b>	<b>1,198</b>	<b>92,70</b>

## МЕНЮ

8 день, неделя вторая

возрастная группа: 1,5-3 лет

Но мер	Наименование изделий, блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг		Витамины, мг		
			всего	всего			Ca	Fe	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C
	<b>Завтрак</b>										
15/4	Каша сборная (пшеничная и геркулес) молочная с маслом сливочным	150	4,9	4,8	27,8	154,5	73,14	0,87	0,11	0,08	0,8
13/10	Кофейный напиток с молоком	150	2,26	2,2	10	68	79,4	0,08	0,02	0,09	0,39
3/13	Хлеб Крестьянский с витаминно- минеральной смесью «Валетек-8» с маслом сл. и сыром	30/5/10	4,8	2,86	13,54	99,6	78,94	0,05	0,00	0,031	35,13
	Фрукты в ассортименте	95	1,42	0,47	19,9	90,2	7,6	0,57	0,039	0,049	9,5
	Итого за приём		<b>13,38</b>	<b>10,33</b>	<b>71,24</b>	<b>412,3</b>	<b>239,08</b>	<b>1,57</b>	<b>0,17</b>	<b>0,25</b>	<b>45,82</b>
	<b>Обед</b>										
17/2,1/2	Суп картофельный с бобовыми на кур.б.	150	4,71	4,29	14,5	141,93	34,38	1,56	0,14	0,06	4,38
9/8	Печень по-строгановски	50	5,03	5,4	1,02	75	10,62	1,6	0,06	0,5	3,75
11/8	Макароны отварные	100	6,61	5,23	29,7	192,30	44,61	3,62	0,19	0,44	5,53
6/10	Компот из смешанных сухофруктов	150	0,37	0,022	13,70	53,77	10,86	0,24	0,0075	0	37,5
	Хлеб ржаной «Дарницкий»	45/60	1,9	0,54	19,9	96,3	13,5	0,9	0,07	0,058	0
	Итого за прием		<b>18,63</b>	<b>15,48</b>	<b>78,82</b>	<b>559,3</b>	<b>113,97</b>	<b>7,92</b>	<b>0,47</b>	<b>1,058</b>	<b>51,16</b>
	<b>Полдник</b>										
28/1	Морковь тертая с яблоком	110	0,75	3,41	5,3	55,83	9	0,36	0,36	0,025	1,8
6/13	Бутерброд с повидлом	20/13	1,48	2,28	16,8	93,68	6,1	0,4	0,032	0,016	0,28
11/10	Чай с лимоном	150/8	0,06	0,0075	6,92	27	1,33	0,4	0,0	0,0	0,52
	Итого за прием		<b>2,3</b>	<b>5,70</b>	<b>29,02</b>	<b>176,51</b>	<b>16,43</b>	<b>1,16</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>2,6</b>
	Итого за день		<b>34,31</b>	<b>31,50</b>	<b>260,26</b>	<b>1148,11</b>	<b>369,48</b>	<b>10,65</b>	<b>1,56</b>	<b>1,34</b>	<b>99,58</b>

# МЕНЮ

9 день    неделя вторая

возрастная группа: 1-3 лет

Номер	Наименование изделий, блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг		Витамины, мг		
			всего	всего			Ca	Fe	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C
	<b>Завтрак</b>										
15/4	Каша Дружба (кукурузная крупа и пшено) с маслом сливочным	150	4,90	4,48	24,17	154,50	73,15	0,79	0,11	0,08	0,78
14/10	Какао витаминизированное с молоком	150	2,90	2,61	17,18	100,50	83,85	0,83	0,02	0,08	0,38
3/13	Хлеб Крестьянский с витаминно-минеральной смесью «Валетек-8» с маслом сл. и сыром	30/5/10	4,8	2,86	13,54	99,6	78,94	0,05	0,00	0,031	35,13
	Фрукты в ассортименте	95	1,42	0,47	19,9	90,2	7,6	0,57	0,039	0,049	9,5
	Итого за приём		<b>14,02</b>	<b>10,42</b>	<b>74,79</b>	<b>444,80</b>	<b>243,54</b>	<b>2,24</b>	<b>0,169</b>	<b>0,24</b>	<b>45,79</b>
	<b>Обед</b>										
4/2,18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями на кур. бульоне	150	2,36	1,56	11,01	111,56	15,72	0,56	0,045	0,030	2,36
2,/3	Сложный гарнир	100	4,08	8,92	18,62	165,46	57,12	1,62	0,12	0,11	29,65
247	Паровые биточки из рыбы (минтай)	50	12,86	7,29	4,86	137,14	11,06	4,42	0,16	1,26	9,43
6/10	Компот из смешанных сухофруктов	150	0,37	0,02	13,7	54,8	10,9	0,24	0,0075	0	37,5
	Хлеб ржаной «Дарницкий»	45	1,9	0,54	19,9	96,3	13,05	0,9	0,07	0,058	0,00
	Итого за прием		<b>21,27</b>	<b>19,76</b>	<b>66,22</b>	<b>526,14</b>	<b>115,61</b>	<b>7,28</b>	<b>0,4075</b>	<b>1,468</b>	<b>80,19</b>
	<b>Полдник</b>										
9/5	Творожная запеканка	80	1,82	9,22	12,68	200,64	135,04	0,48	0,04	0,22	0,22
	Молоко сгущеное	25	1,85	0,05	14,28	65,25	80	0,05	0,01	0,04	0,42
11/10	Чай с лимоном	150/8	0,06	0,0075	6,92	27	1,33	0,04	0,0	0,0	0,52
	Итого за прием		<b>3,73</b>	<b>9,2775</b>	<b>33,88</b>	<b>292,89</b>	<b>216,37</b>	<b>0,57</b>	<b>0,05</b>	<b>0,26</b>	<b>1,16</b>
	Итого за день		<b>39,02</b>	<b>39,458</b>	<b>174,89</b>	<b>1263,83</b>	<b>575,52</b>	<b>10,09</b>	<b>0,6265</b>	<b>1,968</b>	<b>127,14</b>

## МЕНЮ

10 день неделя вторая

возрастная группа: 1,5 -3 лет

Номер	Наименование изделий, блюд	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг		Витамины, мг		
			всего	всего			Ca	Fe	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C
	<b>Завтрак</b>										
	Суп молочный с крупой (греча, рис)	150	2,55	2,75	8,97	81	66,41	0,20	0,03	0,08	0,32
13/10	Кофейный напиток с молоком	150	2,26	2,2	10	68	79,4	0,08	0,02	0,09	0,39
3/13	Хлеб Крестьянский с витаминно-минеральной смесью «Валетек-8» с маслом сл. и сыром	30/5/10	4,8	2,86	13,54	99,6	78,94	0,05	0,00	0,031	35,13
	Фрукты в ассортименте	95	1,42	0,47	19,9	90,2	7,6	0,57	0,039	0,049	9,5
	Итого за приём		<b>11,03</b>	<b>8,24</b>	<b>60,33</b>	<b>338,8</b>	<b>232,35</b>	<b>0,90</b>	<b>0,09</b>	<b>0,25</b>	<b>45,34</b>
	<b>Обед</b>										
13/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	40	0,61	3,30	2,72	42,23	12,83	0,29	0,007	0	0,8
23/2	Суп – пюре молочный с овощами с гренками	150	3,75	4,31	11,91	101,25	141,41	0,97	0,07	0,17	11,7
26/8	Суфле из мяса кур	120	23,7	27,3	5,4	361,5	88,38	2,04	0,06	0,24	0,54
9/10	Кисель витаминизированный Витошка	150	0,74	0,04	21,45	86,17	23,53	0,45	0,01	0	37,5
59	Хлеб ржаной «Дарницкий»	45	1,9	0,54	19,9	96,3	13,5	0,9	0,07	0,058	0
	Итого за прием		<b>30,7</b>	<b>35,49</b>	<b>61,38</b>	<b>687,45</b>	<b>279,65</b>	<b>5,41</b>	<b>0,217</b>	<b>0,468</b>	<b>50,54</b>
	<b>Полдник</b>										
6/12	Коржик молочный	60/75	4,8	6,72	24,5	179,39	32,05	0,48	0,05	0,05	0,07
16/10	Сок в ассортименте	100	0,6	-	12,12	50,66	8,4	1,68	0,13	0,13	2,4
	Итого за прием		<b>5,4</b>	<b>6,72</b>	<b>36,62</b>	<b>230,05</b>	<b>40,45</b>	<b>2,16</b>	<b>0,18</b>	<b>0,18</b>	<b>2,47</b>
	Итого за день		<b>47,13</b>	<b>50,45</b>	<b>158,33</b>	<b>1256,3</b>	<b>552,45</b>	<b>8,47</b>	<b>0,898</b>	<b>1,47</b>	<b>98,35</b>

Кол-во дней	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг		Витамины, мг		
	всего	всего			Ca	Fe	B <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C
1	29,36	33,68	169,86	1123,15	645,40	34,90	1,425	0,785	106,6
2	44,33	39,36	169,74	1069,40	585,05	7,53	0,51	0,77	116,86
3	30,254	29,538	167,90	1067,66	339,55	5,226	0,356	0,542	135,569
4	38,29	46,17	231,54	1525,86	377,25	6,36	0,60	0,583	93,93
5	59,48	40,67	155,94	1246,30	535,09	41,24	0,359	0,878	56,7
6	30,52	32,223	187,92	1183,36	688,91	5,982	0,512	0,862	115,65
7	33,03	36,10	154,53	1089,03	549,34	5,73	0,3865	1,198	92,70
8	34,31	31,50	260,26	1148,11	369,48	10,65	1,56	1,34	99,58
9	39,02	39,458	179,89	1263,83	575,52	10,09	0,6265	1,968	127,14

Оценка по количеству использованных пищевых продуктов в среднем за период  
Возрастная категория от 1,5 до 3 лет

10	45,83	40,66	155,76	1155,80	512,17	8,47	0,48	1,47	97,81
ИТОГО	<b>38,54</b>	<b>36,94</b>	<b>183,33</b>	<b>1187,25</b>	<b>517,78</b>	<b>13,62</b>	<b>0,68</b>	<b>1,04</b>	<b>104,25</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 652185396560566351996131268363309912619724340143

Владелец Урусова Олеся Сергеевна

Действителен с 20.11.2025 по 20.11.2026