Департамент образования Администрации города Екатеринбурга Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 66 (МАДОУ № 66)

УТВЕРЖДЕНО Приказом МАДОУ № 66 от 28 декабря 2024 г. № 122-од

Специальное цикличное безмолочное меню для детей 3-7 лет (пребывание в дошкольных образовательных учреждениях 10,5 часов, всесезонное, четырехразовое питание)

Использованы:

Методические рекомендации по питанию детей в организованных коллективах, Часть III Сборник технологических карт (для питания детей), Екатеринбург, 2018 (УДК 613.2 ISBN 978-5-93025-114-2)

МЕНЮ безмолочное для детей 3-7 лет

| № TK | | | Белки, г | Жиры, г | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------|------|-------------|------------|------------------|-------------|
| | 1 день | | | | | |
| | Завтрак | | | | | |
| 16/4 | Каша пшеничная безмолочная с маслом растит | 200 | 4,3 | 4,7 | 29,1 | 174,6 |
| | Джем | 20 | 0,1 | 0,0 | 14,5 | 55,6 |
| 27/10 | Чай без сахара | 200 | 0,1 | 0,0 | 0,1 | 0,6 |
| - | Батон | 40 | 3,1 | 1,2 | 21,3 | 107,8 |
| | Итого за 'Завтрак ' | 460 | 7,6 | 5,9 | 65,0 | 338,6 |
| | 10:00 | | | | | |
| - | Сок | 150 | 0,8 | 0,2 | 15,5 | 64,9 |
| | Итого за '10:00 ' | 150 | 0,8 | 0,2 | 15,5 | 64,9 |
| | Обед | | , | ĺ | | , |
| 42/1 | Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом | 60 | 1,9 | 4,4 | 7,5 | 74,5 |
| 22/2 | Суп-лапша на курином бульоне1 | 200 | 8,1 | 9,3 | 12,6 | 165,3 |
| 1/9 | Мясо кур отварное (порц., без кости) | 70 | 15,9 | 13,3 | 0,2 | 184,2 |
| 11/3 | Капуста тушеная | 150 | 3,5 | 2,9 | 17,4 | 101,1 |
| - | Хлеб пшеничный | 20 | 1,3 | 0,1 | 9,4 | 44,8 |
| - | Хлеб ржаной | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,3 | 38,7 |
| 20/10- | Кисель из сухофруктов (вариант 3) | 200 | 1,0 | 0,1 | 29,2 | 112,2 |
| | Итого за 'Обед ' | 720 | 32,9 | 30,2 | 84,7 | 720,8 |
| | Уплотненный полдник | | | | | |
| 6-1/5 | Пудинг из крупы с яблоками (рисовый, безмолочный) | 150 | 4,3 | 5,2 | 41,9 | 229,0 |
| | Масло подсолнечное | 5 | 0,0 | 4,4 | 0,0 | 39,6 |
| - | Хлеб ржаной | 25 | 1,7 | 0,3 | 10,4 | 48,3 |
| | Кондитерские изделия (зефир) | 30 | 0,2 | 0,0 | 22,1 | 85,8 |
| - | Фрукты | 100 | 0,4 | 0,4 | 11,9 | 48,7 |
| 27/10 | Чай без сахара | 200 | 0,1 | 0,0 | 0,1 | 0,6 |
| | Итого за 'Уплотненный полдник ' | 560 | 6,7 | 10,4 | 86,0 | 452,0 |
| | Итого за день | 1890 | 48,0 | 46,7 | 251,5 | 1576,0 |
| | | | | Í | | |
| | 2 день | | | | | |
| | Завтрак | | | | | |
| 8/4 | Каша геркулесовая безмолочная с раст.маслом и отубями | 200 | 4,5 | 6,4 | 26,8 | 178,4 |
| 1/6 | Яйцо отварное | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 62,8 |
| 27/10 | Чай (вариант3) | 200 | 0,1 | 0,0 | 6,9 | 26,7 |
| - | Хлеб пшеничный | 40 | 2,6 | 0,3 | 18,8 | 89,6 |
| | Итого за 'Завтрак ' | 480 | 12,3 | 11,3 | 52,7 | 357,4 |
| | 10:00 | | 7 | 3- | ,- | |
| - | Фрукты | 120 | 0,5 | 0,5 | 13,9 | 58,4 |
| | Итого за '10:00 ' | 120 | 0,5 | 0,5 | 13,9 | 58,4 |
| | Обед | | ,- | ,- | | ,. |
| 21/1 | Салат из свежих огурцов и томатов с растительным маслом | 60 | 0,5 | 3,6 | 2,4 | 43,3 |
| 2/2 | Борщ (безмолочное меню) | 200 | 1,4 | 3,7 | 8,7 | 70,0 |
| , | (================================== | | , - | , ' | ~,. | . 0,0 |

| № TK | Наименование блюда | Выход, | Белки, г | Жиры, г | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал |
|-------------|------------------------------------------------|--------|-------------|------------|------------------|-------------|
| 1/7 | Рыба отварная | 80 | 17,4 | 4,6 | 0,0 | 111,3 |
| 32/3 | Рагу из овощей | 150 | 2,5 | 4,0 | 17,4 | 110,4 |
| 37/10 | Напиток из шиповника | 200 | 0,2 | 0,1 | 14,6 | 55,7 |
| - | Хлеб пшеничный | 30 | 2,0 | 0,2 | 14,1 | 67,2 |
| - | Хлеб ржаной | 25 | 1,7 | 0,3 | 10,4 | 48,3 |
| | Итого за 'Обед ' | 760 | 29,7 | 19,4 | 67,7 | 548,8 |
| | Уплотненный полдник | | | | | , |
| 9/8-1 | Печень (безмолочное меню) | 70 | 16,4 | 12,5 | 0,0 | 176,0 |
| 4/3 | Картофельное пюре (без молока) | 130 | 2,2 | 3,5 | 18,5 | 113,7 |
| | Кондитерские изделия (вафли) | 20 | 1,0 | 4,9 | 9,3 | 86,6 |
| - | Сок | 200 | 1,0 | 0,2 | 20,6 | 86,5 |
| - | Хлеб ржаной | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,3 | 38,7 |
| - | Хлеб пшеничный | 20 | 1,3 | 0,1 | 9,4 | 44,8 |
| | Итого за 'Уплотненный полдник ' | 460 | 23 | 21 | 66,1 | 546 |
| | Итого за день | 1820 | 65,5 | 52,7 | 200,5 | 1511,0 |
| | 3 день | | | | | |
| | Завтрак | | | | | |
| 0/4 | Каша гречневая безмолочная с | 200 | 4.0 | | 20.0 | 107.2 |
| 2/4 | маслом растительным | 200 | 4,9 | 6,2 | 29,8 | 187,3 |
| - | Масло сливочное | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 66,1 |
| 18/10 | Напиток из цикория | 200 | 0,0 | 0,0 | 10,1 | 38,5 |
| - | Хлеб пшеничный | 30 | 2,0 | 0,2 | 14,1 | 67,2 |
| | Итого за 'Завтрак ' | 440 | 7,0 | 13,6 | 54,1 | 359,1 |
| | 10:00 | | Í | | | , |
| - | Сок | 150 | 0,8 | 0,2 | 15,5 | 64,9 |
| | Итого за '10:00 ' | 150 | 0,8 | 0,2 | 15,5 | 64,9 |
| | Обед | | | | | |
| 32/1 | Салат из отварной свеклы с растительным маслом | 60 | 0,8 | 3,6 | 5,4 | 53,9 |
| 13/2 | Суп картофельный вегетарианский со сметаной | 200 | 1,2 | 2,3 | 9,9 | 63,6 |
| 48/8 | Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) | 200 | 12,1 | 10,4 | 12,2 | 188,4 |
| | Масло подсолнечное | 5 | 0,0 | 4,4 | 0,0 | 39,6 |
| 3/10 | Компот из яблок | 200 | 0,4 | 0,4 | 19,9 | 80,0 |
| - | Хлеб пшеничный | 30 | 2,0 | 0,2 | 14,1 | 67,2 |
| - | Хлеб ржаной | 30 | 2,0 | 0,4 | 12,5 | 58,0 |
| | Итого за 'Обед ' | 725 | 18,4 | 21,6 | 74,0 | 550,7 |
| | Уплотненный полдник | | | | | |
| 28/3 | Икра из кабачков | 60 | 0,9 | 3,7 | 6,7 | 64,7 |
| 1/7 | Рыба отварная | 75 | 16,3 | 4,3 | 0,0 | 104,4 |
| 43/3 | Каша рисовая рассыпчатая | 150 | 3,6 | 3,2 | 38,3 | 196,7 |
| | Масло подсолнечное | 5 | 0,0 | 4,4 | 0,0 | 39,6 |
| - | Хлеб ржаной | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,3 | 38,7 |
| - | Хлеб пшеничный | 20 | 1,3 | 0,1 | 9,4 | 44,8 |
| 27/10- | Чай (вариант 2) | 200 | 0,1 | 0,0 | 5,0 | 19,2 |
| - | Фрукты | 120 | 0,5 | 0,5 | 13,9 | 58,4 |
| | Итого за 'Уплотненный полдник ' | 650 | 24,1 | 16,5 | 81,6 | 566,4 |
| | Итого за день | 1965 | 50,3 | 51,9 | 225,2 | 1541,1 |
| | | | | | | |

| № TK | Наименование блюда | Выход, | Белки, г | Жиры, г | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал |
|-------------|-----------------------------------------------------------------|--------|-------------|------------|------------------|-------------|
| | 4 день | | | | | |
| | Завтрак | | | | | |
| 46/3 | Макаронные изделия отварные | 180 | 6,4 | 3,6 | 40,9 | 220,7 |
| 1/6 | Яйцо отварное | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 62,8 |
| 27/10- | Чай (вариант 2) | 200 | 0,1 | 0,0 | 5,0 | 19,2 |
| | Хлеб пшеничный | 35 | 2,3 | 0,2 | 16,4 | 78,4 |
| | Итого за 'Завтрак ' | 455 | 13,8 | 8,4 | 62,6 | 381,1 |
| | 10:00 | | | | | |
| - | Фрукты | 120 | 0,5 | 0,5 | 13,9 | 58,4 |
| | Итого за '10:00 ' | 120 | 0,5 | 0,5 | 13,9 | 58,4 |
| | Обед | | Í | | | |
| 16/1 | Салат из моркови с растительным маслом | 60 | 0,7 | 3,6 | 6,8 | 59,0 |
| 6/2 | Щи из свежей капусты безмолочное меню | 200 | 1,4 | 1,9 | 7,3 | 49,1 |
| 12/8 | Гуляш из мяса говядины | 80 | 11,9 | 12,6 | 4,3 | 176,9 |
| 1/3 | Картофель отварной | 150 | 2,9 | 3,3 | 23,9 | 135,5 |
| 6/10 | Компот из сухофруктов | 200 | 1,0 | 0,1 | 23,2 | 87,6 |
| - | Хлеб ржаной | 25 | 1,7 | 0,3 | 10,4 | 48,3 |
| - | Хлеб пшеничный | 35 | 2,3 | 0,2 | 16,4 | 78,4 |
| | Итого за 'Обед ' | 750 | 21,9 | 21,9 | 92,3 | 634,8 |
| | Уплотненный полдник | | , | , | , | ,, |
| 53/1 | Сельдь с маслом растительным | 60 | 8,0 | 15,8 | 0,0 | 173,7 |
| 64/3 | Запеканка капустная | 150 | 5,2 | 6,5 | 25,4 | 173,8 |
| | Масло подсолнечное | 5 | 0,0 | 4,4 | 0,0 | 39,6 |
| - | Хлеб ржаной | 25 | 1,7 | 0,3 | 10,4 | 48,3 |
| 29/10 | Чай с лимоном | 200 | 0,1 | 0,0 | 10,1 | 39,6 |
| - | Фрукт (банан) | 150 | 2,3 | 0,8 | 34,1 | 143,3 |
| | Итого за 'Уплотненный полдник ' | 590 | 17,2 | 27,7 | 79,9 | 618,2 |
| | Итого за день | 1915 | 53,4 | 58,5 | 248,7 | 1692,5 |
| | | | | | | |
| | 5 день | | | | | |
| | Завтрак | | | | | |
| 19/4 | Каша безмолочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом растит | 200 | 2,3 | 4,9 | 21,8 | 137,6 |
| | Батон | 40 | 3,1 | 1,2 | 21,3 | 107,8 |
| | Джем | 20 | 0,1 | 0,0 | 14,5 | 55,6 |
| 27/10 | Чай без сахара | 200 | 0,1 | 0,0 | 0,1 | 0,6 |
| | Итого за 'Завтрак ' | 460 | 5,6 | 6,1 | 57,7 | 301,6 |
| | 10:00 | | | | | |
| • | Сок | 150 | 0,8 | 0,2 | 15,5 | 64,9 |
| | Итого за '10:00 ' | 150 | 0,8 | 0,2 | 15,5 | 64,9 |
| | Обед | | | | | |
| 19/1 | Салат из свежих огурцов с растительным маслом | 60 | 0,4 | 3,6 | 1,9 | 40,5 |
| 38/2 | Суп крестьянский с крупой (безмолочное меню) | 200 | 1,8 | 4,1 | 12,2 | 90,2 |
| 9/7 | Запеканка из рыбы с морковью | 80 | 11,3 | 4,2 | 5,6 | 103,2 |
| 11/3 | Капуста тушеная | 150 | 3,5 | 2,9 | 17,4 | 101,1 |
| 10/10 | Компот из кураги и изюма | 200 | 0,7 | 0,0 | 23,2 | 88,2 |
| - | Хлеб пшеничный | 35 | 2,3 | 0,2 | 16,4 | 78,4 |
| | Хлеб ржаной | 25 | 1,7 | 0,3 | | 48,3 |

| № ТК | Наименование блюда | | Белки, г | Жиры, г | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал |
|-------------|------------------------------------------------------------------------------------|------|-------------|------------|------------------|-------------|
| | Кондитерские изделия (вафли) | 20 | 1,0 | 4,9 | 9,3 | 86,6 |
| | Итого за 'Обед ' | 770 | 22,7 | 20,2 | 96,5 | 636,6 |
| | Уплотненный полдник | | , | | 2 2,2 | |
| 35/1 | Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом | 60 | 0,8 | 3,6 | 4,8 | 51,7 |
| 8/3 | Картофель, запеченный с яйцом | 200 | 10,0 | 12,3 | 43,6 | 320,6 |
| 27/10 | Чай вариант3 | 200 | 0,1 | 0,0 | 6,9 | 26,7 |
| - | Фрукты | 150 | 0,6 | 0,6 | 17,4 | 73,0 |
| - | Хлеб ржаной | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,3 | 38,7 |
| - | Хлеб пшеничный | 20 | 1,3 | 0,1 | 9,4 | 44,8 |
| | Итого за 'Уплотненный полдник ' | 650 | 14,0 | 16,8 | 90,5 | 555,5 |
| | Итого за день | 2030 | 43,1 | 43,2 | 260,1 | 1558,5 |
| | 6 день | | | | | |
| | Завтрак | | | | | |
| 8/4 | Каша геркулесовая безмолочная с | 200 | 15 | 6.1 | 26,8 | 178,4 |
| 8/4 | раст.маслом и отубями | 200 | 4,5 | 6,4 | 20,8 | 1 / 8,4 |
| - | Масло сливочное | 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 66,1 |
| 18/10 | Напиток из цикория | 200 | 0,0 | 0,0 | 10,1 | 38,5 |
| - | Хлеб пшеничный | 40 | 2,6 | 0,3 | 18,8 | 89,6 |
| | Итого за 'Завтрак ' | 450 | 7,2 | 13,9 | 55,8 | 372,6 |
| | 10:00 | | | | | |
| - | Сок | 150 | 0,8 | 0,2 | 15,5 | 64,9 |
| | Итого за '10:00 ' | 150 | 0,8 | 0,2 | 15,5 | 64,9 |
| 44/1 | Обед Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом | 60 | 1,1 | 3,7 | 7,9 | 68,6 |
| 22/2 | Суп-лапша на курином бульоне1 | 200 | 8,1 | 9,3 | 12,6 | 165,3 |
| 5/9 | Биточки (котлеты) из мяса кур | 70 | 10,4 | 8,7 | 6,5 | 146,1 |
| 23/3 | Свекла, тушенная с яблоками | 150 | 1,9 | 8,9 | 19,2 | 156,8 |
| _ | Хлеб пшеничный | 20 | 1,3 | 0,1 | 9,4 | 44,8 |
| - | Хлеб ржаной | 30 | 2,0 | 0,4 | 12,5 | 58,0 |
| 20- 1/10 | Кисель из шиповника | 200 | 0,2 | 0,1 | 19,1 | 74,2 |
| | Итого за 'Обед ' | 730 | 25,0 | 31,2 | 87,3 | 713,8 |
| | Уплотненный полдник | | | | | |
| 1/8 | Мясо говядины отварное | 75 | 20,2 | 14,4 | 0,7 | 212,8 |
| 16/3 | Морковь тушеная | 75 | 1,1 | 2,5 | 7,9 | 54,8 |
| 1/3 | Картофель отварной | 75 | 1,5 | 1,7 | 11,9 | 67,7 |
| | Масло подсолнечное | 5 | 0,0 | 4,4 | 0,0 | 39,6 |
| - | Хлеб ржаной | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,3 | 38,7 |
| - | Хлеб пшеничный | 20 | 1,3 | 0,1 | 9,4 | 44,8 |
| 27/10 | Чай без сахара | 200 | 0,1 | 0,0 | 0,1 | 0,6 |
| | Кондитерские изделия (зефир) | 30 | 0,2 | 0,0 | 22,1 | 85,8 |
| | Итого за 'Уплотненный полдник ' | 500 | 25,6 | 23,4 | 60,4 | 544,7 |
| | Итого за день | 1830 | 58,6 | 68,6 | 218,9 | 1696,0 |

| № TK | Наименование блюда | Выход, | Белки, | Жиры, | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал |
|--------------------|---------------------------------------------------------|--------|--------|------------|------------------|-------------|
| | | 1 | 1 | 1 | ды, і | KKaJi |
| | 7 день | | | | | |
| | Завтрак | | | | | |
| 2/6-1 | Омлет безмолочный запеченный или паровой | 150 | 13,5 | 14,7 | 0,8 | 189,4 |
| | Масло подсолнечное | 5 | 0,0 | 4,4 | 0,0 | 39,6 |
| | Батон | 40 | 3,1 | 1,2 | 21,3 | 107,8 |
| - | Масло сливочное | 5 | 0,0 | 3,6 | 0,1 | 33,0 |
| 27/10 | Чай вариант 3 | 200 | 0,1 | 0,0 | 6,9 | 26,7 |
| | Итого за 'Завтрак ' | 400 | 16,7 | 24,0 | 29,1 | 396,5 |
| | 10:00 | | | | | |
| - | Фрукты | 150 | 0,6 | 0,6 | 17,4 | 73,0 |
| | Итого за '10:00 ' | 150 | 0,6 | 0,6 | 17,4 | 73,0 |
| | Обед | | | | | |
| 21/1 | Салат из свежих огурцов и томатов с растительным маслом | 60 | 0,5 | 3,6 | 2,4 | 43,3 |
| 21/2 | Суп овощной с мясными фрикадельками со сметаной | 200 | 4,7 | 10,7 | 14,2 | 170,0 |
| 9/7 | Запеканка из рыбы с морковью | 80 | 11,3 | 4.2 | 5,6 | 103,2 |
| 5/3 | Картофельное пюре с морковью | 150 | 2,8 | 4,2 3,5 | 18,4 | 114,0 |
| 12/10 | | 200 | 0,4 | 0,1 | 22,9 | 88,7 |
| | Компот из чернослива и изюма Хлеб пшеничный | 30 | 2,0 | 0,1 | 14,1 | 67,2 |
| - | Хлеб ржаной | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,3 | 38,7 |
| | Итого за 'Обед ' | 740 | 23,1 | 22,5 | 86,0 | 625,0 |
| | Уплотненный полдник | /40 | 23,1 | 22,3 | 00,0 | 023,0 |
| 34/3 | Рагу из овощей с крупой | 150 | 2,9 | 2,8 | 20,6 | 115,2 |
| J -1 /J | Хлеб ржаной | 25 | 1,7 | 0,3 | 10,4 | 48,3 |
| 12/12 | Булочка Ягодка | 75 | 6,4 | 7,6 | 45,7 | 274,1 |
| 27/10- | Чай (вариант 2) | 200 | 0,1 | 0,0 | 5,0 | 19,2 |
| - | Сок | 200 | 1,0 | 0,2 | 20,6 | 86,5 |
| | Итого за 'Уплотненный полдник ' | 650 | 12,0 | 10,9 | 102,3 | 543,3 |
| | Итого за день | 1940 | 52,4 | 58,0 | 234,7 | 1637,8 |
| | | | , | , | , | , |
| | 8 день | | | | | |
| | Завтрак | | | | | |
| 46/3 | Макаронные изделия отварные | 180 | 6,4 | 3,6 | 40,9 | 220,7 |
| | Масло подсолнечное | 10 | 0,0 | 8,8 | 0,0 | 79,1 |
| - | Хлеб пшеничный | 30 | 2,0 | 0,2 | 14,1 | 67,2 |
| | Джем | 20 | 0,1 | 0,0 | 14,5 | 55,6 |
| 27/10 | Чай без сахара | 200 | 0,1 | 0,0 | 0,1 | 0,6 |
| | Итого за 'Завтрак ' | 440 | 8,5 | 12,6 | 69,6 | 423,2 |
| | 10:00 | | | | | |
| - | Сок | 150 | 0,8 | 0,2 | 15,5 | 64,9 |
| | Итого за '10:00 ' | 150 | 0,8 | 0,2 | 15,5 | 64,9 |
| | Обед | | | | | |
| | Огурец свежий | 60 | 0,5 | 0,1 | 1,9 | 8,8 |
| 16/2 | Суп картофельный с бобовыми | 200 | 4,4 | 4,5 | 19,5 | 131,2 |
| 3/8 | Мясо говядины, тушенное с овощами | 230 | 18,1 | 18,0 | 25,2 | 332,5 |
| 1/10 | Компот из яблок и кураги | 200 | 0,4 | 0,2 | 17,7 | 68,8 |
| - | Хлеб пшеничный | 30 | 2,0 | 0,2 | 14,1 | 67,2 |
| - | Хлеб ржаной | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,3 | 38,7 |
| | Итого за 'Обед ' | 740 | 26,7 | 23,1 | 86,6 | 647,2 |

| 11/4 Каша растип Масло 27/10 Чай ва - Хлеб р Вафли - Фрукт Итого Итого Итого 15/4 Каша растип Батон 27/10 Чай ва 1/6 Яйцо о Итого 10:00 - Банан Итого Обед Салат морко солен масло 35/2 Уха с 58/8-1 Запека говяди 6/10 Компо | о подсолнечное ариант3 ржаной и гы о за 'Уплотненный полдник ' о за день вак ячневая безмолочная с маслом г ариант 3 отварное о за 'Завтрак ' | 200 5 200 25 40 150 620 1950 200 40 200 40 480 | 3,8 3,8 3,1 0,1 12,0 | 5,6 4,4 0,0 0,3 9,9 0,6 20,7 56,6 4,0 1,2 0,0 4,6 9,8 | 29,1 0,0 6,9 10,4 18,7 17,4 82,5 254,1 30,2 21,3 6,9 0,3 58,7 | 182,5 39,6 26,7 48,3 173,2 73,0 543,3 1678,6 167,2 107,8 26,7 62,8 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 11/4 Каша растип Масло 27/10 Чай ва - Хлеб р Вафли - Фрукт Итого Итого Итого 15/4 Каша растип Батон 27/10 Чай ва 1/6 Яйцо о Итого 10:00 - Банан Итого Обед Салат морко солен масло 35/2 Уха с 58/8-1 Запека говяди 6/10 Компо | пшенная безмолочная с маслом голодсолнечное ариант3 ржаной и гы оза 'Уплотненный полдник 'оза день оза как ячневая безмолочная с маслом голодариант 3 отварное оза 'Завтрак ' | 5 200 25 40 150 620 1950 200 40 40 480 | 3,8 3,1 0,1 5,1 | 4,4 0,0 0,3 9,9 0,6 20,7 56,6 4,0 1,2 0,0 4,6 | 0,0 6,9 10,4 18,7 17,4 82,5 254,1 30,2 21,3 6,9 0,3 | 39,6 26,7 48,3 173,2 73,0 543,3 1678,6 |
| растип Масло 27/10 Чай ва - Хлеб ј Вафли - Фрукт Итого Итого 9 день Завтра 15/4 Каша растип Батон 27/10 Чай ва 1/6 Яйцо о Итого 10:00 - Банан Итого Обед Салат морко солени масло 35/2 Уха с 58/8-1 Запека говяди 6/10 Компо | о подсолнечное ариант3 ржаной и гы о за 'Уплотненный полдник ' о за день вак ячневая безмолочная с маслом г ариант 3 отварное о за 'Завтрак ' | 5 200 25 40 150 620 1950 200 40 40 480 | 3,8 3,1 0,1 5,1 | 4,4 0,0 0,3 9,9 0,6 20,7 56,6 4,0 1,2 0,0 4,6 | 0,0 6,9 10,4 18,7 17,4 82,5 254,1 30,2 21,3 6,9 0,3 | 39,6 26,7 48,3 173,2 73,0 543,3 1678,6 |
| 27/10 Чай ва либе управления и повед пове | ариант3 ржаной о за 'Уплотненный полдник ' о за день вак ячневая безмолочная с маслом г ариант 3 отварное о за 'Завтрак ' | 200 25 40 150 620 1950 200 40 200 40 480 | 3,8 3,1 0,1 5,1 | 0,0 0,3 9,9 0,6 20,7 56,6 4,0 1,2 0,0 4,6 | 6,9 10,4 18,7 17,4 82,5 254,1 30,2 21,3 6,9 0,3 | 26,7 48,3 173,2 73,0 543,3 1678,6 167,2 107,8 26,7 62,8 |
| - Хлеб ј Вафли - Фрукт - Итого - Итого - Удень - Завтра Каша растит - Батон - 1/6 Яйцо о - Итого - Банан: - Итого - Обед - Салат - Морко - солені - маслоі - 35/2 Уха с - 58/8-1 Запека говяді - б/10 Компо | ржаной м гы | 25 40 150 620 1950 200 40 200 40 480 | 1,7 2,1 0,6 8,7 44,7 3,8 3,1 0,1 5,1 | 0,3 9,9 0,6 20,7 56,6 4,0 1,2 0,0 4,6 | 10,4 18,7 17,4 82,5 254,1 30,2 21,3 6,9 0,3 | 48,3 173,2 73,0 543,3 1678,6 167,2 107,8 26,7 62,8 |
| - Фрукт - Итого - Итого - Итого - Удень - Завтра - Каша растит - Батон - Чай ва - 1/6 Яйцо о - Итого - Обед - Салат - Морко - солени масло - 35/2 Уха с - 58/8-1 Запека говяди - 6/10 Компо | о за 'Уплотненный полдник ' о за день в ак ячневая безмолочная с маслом г ариант 3 отварное о за 'Завтрак ' | 40 150 620 1950 200 40 200 40 480 | 2,1 0,6 8,7 44,7 3,8 3,1 0,1 5,1 | 9,9 0,6 20,7 56,6 4,0 1,2 0,0 4,6 | 18,7 17,4 82,5 254,1 30,2 21,3 6,9 0,3 | 173,2 73,0 543,3 1678,6 167,2 107,8 26,7 62,8 |
| - Фрукт Итого Итого 9 день Завтра Каша растит Батон 27/10 Чай ва 1/6 Яйцо о Итого 10:00 - Банан Итого Обед Салат морко солени маслоя 35/2 Уха с 58/8-1 Запека говяди 6/10 Компо | раза 'Уплотненный полдник ' раза день вак ячневая безмолочная с маслом г ариант 3 отварное раза 'Завтрак ' | 150 620 1950 200 40 200 40 480 | 3,8 3,1 0,1 5,1 | 0,6 20,7 56,6 4,0 1,2 0,0 4,6 | 30,2 21,3 6,9 0,3 | 73,0 543,3 1678,6 167,2 107,8 26,7 62,8 |
| 9 день Завтра 15/4 Каша растит Батон 27/10 Чай ва 1/6 Яйцо о Итого 10:00 - Банан Итого Обед Салат морко солени маслоя 35/2 Уха с 58/8-1 Запека | за 'Уплотненный полдник ' о за день ак ячневая безмолочная с маслом г ариант 3 отварное о за 'Завтрак ' | 200 40 200 40 480 | 3,8 3,1 0,1 5,1 | 20,7 56,6 4,0 1,2 0,0 4,6 | 82,5 254,1 30,2 21,3 6,9 0,3 | 543,3 1678,6 167,2 107,8 26,7 62,8 |
| 9 день Завтра Каша растит Батон 27/10 Чай ва 1/6 Яйцо о Итого 10:00 - Банан Итого Обед Салат морко солені маслоі 35/2 Уха с 58/8-1 Запека говядії 6/10 Компо | оза день ак ячневая безмолочная с маслом г ариант 3 отварное о за 'Завтрак ' | 200 40 200 40 480 | 3,8 3,1 0,1 5,1 | 4,0 1,2 0,0 4,6 | 30,2 21,3 6,9 0,3 | 1678,6 167,2 107,8 26,7 62,8 |
| 9 день Завтра Каша растит Батон 27/10 Чай ва 1/6 Яйцо о Итого 10:00 - Банан Итого Обед Салат морко солени маслоя 35/2 Уха с 58/8-1 Запека говяди 6/10 Компо | ак ячневая безмолочная с маслом г ариант 3 отварное о за 'Завтрак ' | 200 40 200 40 480 | 3,8 3,1 0,1 5,1 | 4,0 1,2 0,0 4,6 | 30,2 21,3 6,9 0,3 | 1678,6 167,2 107,8 26,7 62,8 |
| 9 день Завтра Каша растит Батон 27/10 Чай ва 1/6 Яйцо о Итого 10:00 - Банан Итого Обед Салат морко солени маслоя 35/2 Уха с 58/8-1 Запека говяди 6/10 Компо | ак ячневая безмолочная с маслом г ариант 3 отварное о за 'Завтрак ' | 40 200 40 480 | 3,1 0,1 5,1 | 1,2 0,0 4,6 | 21,3 6,9 0,3 | 107,8 26,7 62,8 |
| 3автра Каша растит Батон 27/10 Чай ва 1/6 Яйцо о 10:00 — Банан Итого Обед Салат морко солені маслоі 35/2 Уха с 58/8-1 Запека говяді 6/10 Компо | ак ячневая безмолочная с маслом г ариант 3 отварное о за 'Завтрак ' | 40 200 40 480 | 3,1 0,1 5,1 | 1,2 0,0 4,6 | 21,3 6,9 0,3 | 107,8 26,7 62,8 |
| 15/4 Каша растит Батон 27/10 Чай ва 1/6 Яйцо о Итого 10:00 - Банан Итого Обед Салат морко солени масло: 35/2 Уха с 58/8-1 Запека говяди 6/10 Компо | ячневая безмолочная с маслом г ариант 3 отварное о за 'Завтрак ' | 40 200 40 480 | 3,1 0,1 5,1 | 1,2 0,0 4,6 | 21,3 6,9 0,3 | 107,8 26,7 62,8 |
| 15/4 Каша растит Батон 27/10 Чай ва 1/6 Яйцо о Итого 10:00 - Банан Итого Обед Салат морко солени масло: 35/2 Уха с 58/8-1 Запека говяди 6/10 Компо | ячневая безмолочная с маслом г ариант 3 отварное о за 'Завтрак ' | 40 200 40 480 | 3,1 0,1 5,1 | 1,2 0,0 4,6 | 21,3 6,9 0,3 | 107,8 26,7 62,8 |
| растит Батон 27/10 Чай ва 1/6 Яйцо о Итого 10:00 - Банан Итого Обед Салат морко солені маслоі 35/2 Уха с 58/8-1 Запека говяді 6/10 Компо | ариант 3 отварное о за 'Завтрак ' | 40 200 40 480 | 3,1 0,1 5,1 | 1,2 0,0 4,6 | 21,3 6,9 0,3 | 107,8 26,7 62,8 |
| 27/10 Чай ва 1/6 Яйцо о Итого 10:00 - Банан Итого Обед Салат морко солені маслоі 35/2 Уха с 58/8-1 Запека говяді 6/10 Компо | ариант 3 отварное о за 'Завтрак ' | 200 40 480 | 0,1 5,1 | 0,0 4,6 | 6,9 0,3 | 26,7 62,8 |
| 1/6 Яйцо о Итого 10:00 - Банан Итого Обед Салат морко солени масло: 35/2 Уха с 58/8-1 Запека говяди 6/10 Компо | отварное о за 'Завтрак ' | 40 480 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 62,8 |
| Итого 10:00 | эа 'Завтрак ' ы | 480 | | | | - |
| 10:00 - Банані Итого Обед Салат морко солені маслоі 35/2 Уха с 58/8-1 6/10 Компо | ы | | 12,0 | 9,8 | 5Q 7 | 26:- |
| - Банан Итого Обед Салат морко солені маслоі 35/2 Уха с 58/8-1 Запека говяди 6/10 Компо | | 200 | | | 30,1 | 364,5 |
| 49/1 Салат морко солени масло: 35/2 Уха с 58/8-1 Запека говяди 6/10 Компо | | 200 | Ī | | | |
| 49/1 Салат морко солени масло: 35/2 Уха с 58/8-1 Запека говяди 6/10 Компо | 140.001 | | 3,0 | 1,0 | 45,4 | 191,0 |
| 49/1 Салат морко солені маслої 35/2 Уха с 3апека говяди 6/10 Компо | за '10:00 ' | 200 | 3,0 | 1,0 | 45,4 | 191,0 |
| 49/1 морко солени маслон 35/2 Уха с 58/8-1 Запека говяди 6/10 Компо | | | | | | |
| 49/1 солени масло 35/2 Уха с 58/8-1 Запека говяди 6/10 Компо | из отварного картофеля, | | | | | |
| з5/2 Уха с 58/8-1 Запека говяди 6/10 Компо | ови, свеклы с репчатым луком, | 60 | 0,9 | 3,7 | 6,3 | 60,0 |
| 35/2 Уха с 58/8-1 Запека говяди 6/10 Компо | ым огурцом и растительным | 00 | 0,9 | 3,1 | 0,5 | 00,0 |
| 58/8-1 Запека говяди 6/10 Компо | M | | | | | |
| 6/10 Компо | крупой перловой | 200 | 7,9 | 3,9 | 13,1 | 117,7 |
| 6/10 Компо | анка капустная с мясом | 200 | 20,3 | 18,4 | 15,3 | 302,7 |
| | ины (безмолочное) | | - | | - | |
| Хлеб і | от из сухофруктов | 200 | 1,0 | 0,1 | 23,2 | 87,6 |
| | пшеничный | 30 | 2,0 | 0,2 | 14,1 | 67,2 |
| | ржаной | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,3 | 38,7 |
| | за 'Обед ' | 710 | 33,4 | 26,4 | 80,3 | 673,9 |
| | гненный полдник | | | | | |
| | адельки из мяса говядины | 80 | 11,6 | 9,4 | 6,6 | 157,8 |
| припу | ищенные | | - | - | - | |
| | фель отварной | 150 | 2,9 | 3,3 | 23,9 | 135,5 |
| | подсолнечное | 7 | 0,0 | 6,2 | 0,0 | 55,4 |
| | зариант 2) | 200 | 0,1 | 0,0 | 5,0 | 19,2 |
| | ржаной | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,3 | 38,7 |
| | пшеничный | 20 | 1,3 | 0,1 | 9,4 | 44,8 |
| | за 'Уплотненный полдник ' | 477 | 17,2 | 19,3 | 53,2 | 451,4 |
| ИТОГО | за день | 1867 | 65,6 | 56,5 | 237,5 | 1680,7 |
| 10 | | | | | | |
| 10 ден | 11 | | | | | |
| Завтра | | | | | | |
| //4 | ак | 1 | 4,9 | 6,2 | 29,8 | 187,3 |
| | ак гречневая безмолочная с | 200 | 0,1 | 0,0 | 6,9 | 26,7 |
| | ак гречневая безмолочная с м растительным | | | $_{0,0}$ | | |
| - Масло- Хлеб і | ак гречневая безмолочная с | 200 200 10 | 0,1 | 7,3 | 0,1 | 66,1 |

| № ТК | Наименование блюда | Выход, | Белки, г | Жиры, г | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал |
|--------|-------------------------------------------------|--------|-------------|------------|------------------|-------------|
| | Итого за 'Завтрак ' | 450 | 7,7 | 13,7 | 55,6 | 369,6 |
| | 10:00 | | | | | |
| ı | Сок | 150 | 0,8 | 0,2 | 15,5 | 64,9 |
| | Итого за '10:00 ' | 150 | 0,8 | 0,2 | 15,5 | 64,9 |
| | Обед | | | | | |
| 18/1 | Салат из моркови с изюмом и растительным маслом | 60 | 0,8 | 3,6 | 12,8 | 81,6 |
| 2/2 | Борщ (безмолочное меню) | 200 | 1,4 | 3,7 | 8,7 | 70,0 |
| 39/8 | Фрикадельки из мяса говядины припущенные | 25 | 3,6 | 2,9 | 2,1 | 49,3 |
| 1/7 | Рыба отварная | 80 | 17,4 | 4,6 | 0,0 | 111,3 |
| 4/3 | Картофельное пюре (без молока) | 150 | 2,6 | 4,1 | 21,3 | 131,2 |
| 3/10 | Компот из яблок | 200 | 0,4 | 0,4 | 19,9 | 80,0 |
| ı | Хлеб пшеничный | 30 | 2,0 | 0,2 | 14,1 | 67,2 |
| - | Хлеб ржаной | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,3 | 38,7 |
| | Итого за 'Обед ' | 765 | 29,4 | 19,7 | 87,2 | 629,3 |
| | Уплотненный полдник | | | | | |
| 28/3 | Икра из кабачков | 60 | 0,9 | 3,7 | 6,7 | 64,7 |
| 46/3 | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,3 | 3,0 | 34,1 | 183,9 |
| 9/8-1 | Печень (безмолочное меню) | 70 | 16,4 | 12,5 | 0,0 | 176,0 |
| | Масло подсолнечное | 5 | 0,0 | 4,4 | 0,0 | 39,6 |
| - | Хлеб ржаной | 25 | 1,7 | 0,3 | 10,4 | 48,3 |
| | Кондитерские изделия (вафли) | 20 | 1,0 | 4,9 | 9,3 | 86,6 |
| 27/10- | Чай (вариант 2) | 200 | 0,1 | 0,0 | 5,0 | 19,2 |
| | Итого за 'Уплотненный полдник ' | 530 | 25,5 | 28,6 | 65,5 | 618,5 |
| | Итого за день | 1895 | 61,0 | 60,4 | 223,8 | 1682 |
| | Среднее значение за период | | 54,5 | 55,4 | 236 | 1625 |

ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПРОДУКТОВОГО НАБОРА по массе нетто.

Дошкольные организации. Для детей 3-7 лет безмолочное. СанПиН 2.3/2.4.3590-20

(пребывание в дошкольных образовательных учреждениях 10,5 часов) Режим питания: четырехразовое

| Наименование продукта | Норма | Среднее в день | Выполнение нормы, % | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Факт. за 10 дн. |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----------------------|
| Молоко, кисломолочные продукты | 450 | 6,4 | 1,4 | | | | | | 18 | 19 | | 21 | 7 | 64 |
| Творог (5%-9% м.д.ж.) | 40 | | | | | | | | | | | | | 0 |
| Сметана | 11 | 2,7 | 24,2 | | | | 4 | | 8 | 11 | | 4 | | 27 |
| Сыр | 6 | | | | | | | | | | | | | |
| Мясо 1-й категории | 55 | 56,2 | 102,1 | | 24 | 62 | 64 | | 120 | 17 | 92 | 164 | 19 | 562 |
| Птица (куры, цыплята- бройлеры, индейка порошенная, 1 кат.) | 24 | 21,7 | 90,5 | 131 | | | | | 86 | | | | | 217 |
| Субпродукты (печень, язык, сердце) | 25 | 19,4 | 78 | | 97 | | | | | | | | 97 | 194 |
| Рыба-филе, в т.ч. филе слабо- и малосоленое | 37 | 47,5 | 128,3 | | 98 | 92 | 48 | 52 | | 52 | | 36 | 98 | 475 |
| Яйца | 40 | 31 | 77,5 | 21 | 40 | | 40 | 44 | | 121 | | 44 | | 310 |
| Картофель | 140 | 159,3 | 113,8 | 32 | 186 | 50 | 171 | 270 | 109 | 212 | 194 | 215 | 155 | 1593 |
| Овощи (свежие, мороженные), включая соленые и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень | 220 | 229,5 | 104,3 | 231 | 217 | 232 | 296 | 415 | 209 | 225 | 98 | 202 | 172 | 2295 |
| Фрукты свежие | 100 | 155,5 | 150 | 131 | 135 | 210 | 275 | 150 | 55 | 150 | 190 | 200 | 90 | 1555 |

| Наименование продукта | Норма | Среднее в день | Выполнение нормы, % | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | Факт. за 10 дн. |
|--------------------------------------|-------|-------------------|---------------------|------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----------------------|
| Сухофрукты | 11 | 11,9 | 107,9 | 20 | | | 20 | 20 | | 22 | 5 | 20 | 12 | 119 |
| Соки фруктовые и овощные | 100 | 130 | 130 | 150 | 200 | 150 | | 150 | 150 | 200 | 150 | | 150 | 1300 |
| Витаминизированные напитки | 50 | | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб ржаной | 50 | 46,4 | 92,8 | 45 | 45 | 50 | 54 | 45 | 50 | 45 | 45 | 40 | 45 | 464 |
| Хлеб пшеничный | 80 | 79,8 | 99,7 | 60 | 92 | 80 | 74 | 95 | 91 | 70 | 60 | 102 | 74 | 798 |
| Крупы, бобовые | 43 | 47 | 109 | 77,5 | 36 | 100 | 19 | 38 | 36 | 12 | 56 | 55 | 40 | 510 |
| Макаронные изделия | 12 | 20,5 | 70,0 | 16 | | | 61 | | 16 | | 61 | | 51 | 205 |
| Мука пшеничная | 29 | 8,1 | 70,0 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 7 | 58 | | | | 81 |
| Масло сливочное | 21 | 13,6 | 64,7 | 8 | | 18 | 20 | 12 | 20 | 27 | 5 | 14 | 14 | 136 |
| Масло растительное | 11 | 23,5 | 213,4 | 17 | 28 | 23 | 24 | 20 | 25 | 19 | 31 | 19 | 30 | 235 |
| Кондитерские изделия | 20 | 16 | 80,0 | 30 | 20 | | | 20 | 30 | | 40 | | 20 | 160 |
| Чай | 0,6 | 0,7 | 113,3 | 0,8 | 0,4 | 0,4 | 0,8 | 0,8 | 0,4 | 0,8 | 0,8 | 0,8 | 0,8 | 6,8 |
| Какао-порошок | 0,6 | | | | | | | | | | | | | |
| Кофейный напиток | 1,2 | | | | | | | | | | | | | |
| Caxap | 30 | 28,9 | 96,5 | 35 | 21 | 29 | 27 | 35 | 29 | 31 | 31 | 26 | 27 | 289 |
| Крахмал | 3 | 1,4 | 46,7 | 8 | | | | | 6 | | | | | 14 |
| Соль пищевая поваренная йодированная | 5 | 4,2 | 83,4 | 4,1 | 3,9 | 3,9 | 4 | 5,5 | 3,5 | 4,4 | 4,2 | 4,1 | 4,1 | 41,7 |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484470

Владелец Скидан Екатерина Васильевна

Действителен С 03.12.2024 по 03.12.2025

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484470

Владелец Скидан Екатерина Васильевна

Действителен С 03.12.2024 по 03.12.2025