

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
АДМИНИСТРАЦИИ ТОМСКОГО РАЙОНА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД «РАДУЖНЫЙ» П.ЗОНАЛЬНАЯ СТАНЦИЯ»
ТОМСКОГО РАЙОНА

634507, Томская область, Томский район, п. Зональная Станция, мкр. "Радужный", дом 529
телефон/факс 8(3822) 22-17-90, E-mail: ds.raduzhyi@uotr.ru

П Р И К А З

«22» сентября 2023 г.

№ 43

О внесении изменений в приказ МБДОУ
«Детский сад «Радужный»
п.Зональная Станция» Томского района
№ 16а от 05.06.2023 г. и утверждении
новой редакции 10-дневного меню

В соответствии СанПиН 2.3/2.04.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утвержденным постановлением Главного Государственного Санитарного врача РФ от 27.10.2020 г. № 32 с целью организации сбалансированного рационального питания воспитанников муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад «Радужный» п.Зональная Станция» Томского района

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Внести изменения в приказ МБДОУ «Детский сад «Радужный» п. Зональная Станция» Томского района № 16а от 05.06.2023 г. «Об утверждении примерного 10-дневного меню в МБДОУ «Детский сад «Радужный» п.Зональная Станция» Томского района
2. Утвердить 10-дневное меню в новой редакции для детей в возрасте от 2 до 7 лет согласно приложению 1 и 2 к настоящему приказу. Ввести в действие с 02.10.2023 г.
3. Администратору сайта Колчиной Г.С., обеспечить обновление информации на сайте МБДОУ в разделе «Питание».
4. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

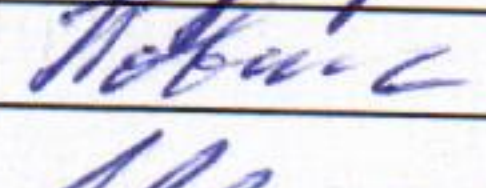
Врио заведующего

МУНИЦИПАЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ
САД "РАДУЖНЫЙ"
П.ЗОНАЛЬНАЯ СТАНЦИЯ"
ТОМСКОГО РАЙОНА

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"ДЕТСКИЙ САД "РАДУЖНЫЙ" П.ЗОНАЛЬНАЯ СТАНЦИЯ"
ТОМСКОГО РАЙОНА
DN: cn=RU, o=Томская область, street=Мкр. Радужный, д. 529,
l=П.ЗОНАЛЬНАЯ СТАНЦИЯ, title=Врио заведующего,
o=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ САД
"РАДУЖНЫЙ" П.ЗОНАЛЬНАЯ СТАНЦИЯ" ТОМСКОГО РАЙОНА,
1.2.643.100.1=120031313537303134303030393334,
1.2.643.100.3=12003133432343736303933437,
1.2.643.100.4=120037303134303630303032,
1.2.643.3.131.1.1=1200373030393030383331343837,
email=infotech.toms@mail.ru, givenName=Вера Васильевна,
sn=Храпова, cn=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ДЕТСКИЙ
САД "РАДУЖНЫЙ" П.ЗОНАЛЬНАЯ СТАНЦИЯ" ТОМСКОГО
РАЙОНА
Date: 2023.09.25 15:50:57 +0700'

В.В. Храпова

С приказом ознакомлен:

	ФИО	Должность	Подпись
1.	Дакаева Валентина Сергеевна	Кладовщик	
2.	Повицкая Марина Николаевна	Повар	
3.	Щербакова Эльмира Абдулфатаховна	Повар	
4.	Колчина Галина Сергеевна	Администратор сайта	

Период: Осень-Зима.

[illegible]

И. СОКОЛОВА «СТАНЦИЯ» ГОМСКОГО РАЙОНА Период: Осень-Зима.																						
№ рецептуры	День 1	масса порции	пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	минеральные вещества,мг												Витамины			
			белки	жиры	углеводы		Р,мг	К,мг	Са,мг	Мg,мг	Р,мг	Fe,мг	I,мг	Se,мг	С,мг	В1,мг	В2,мг	А (ретинол)	Д,мкг			
	Возрастная категория 3-7 лет																					
	Пример пищевого/пищевосовмещенного блюда																					
	Завтрак 1																					
63	Каши молочные гречневые	200	7,45	8,51	26,96	215,33	0,1	0,1	0,1	36,7	10,5	66,7	88,0	2,1	0,7	0,1	0,1	7,8	0,4			
3-6	Вареники с мясом и сыром	50	4,77	10,50	14,56	139,00	0,7	51,4	98,1	14,4	83,6	0,7	79,1	0,7	0,1	0,1	0,1	0,0	0,1			
58	Чай с сахаром	200	0,02	0,05	10,38	41,31	0,03	4,83	5,3	2,9	4,85	0,53	0,00	0,00	0,03	0,00	0,04	0,08	0,0			
	Всего за завтрак:	450	12,22	19,01	41,52	354,33	0,83	56,33	103,45	53,98	98,93	67,90	167,10	2,83	0,77	0,19	0,23	7,91	0,47			
	Обед																					
54-12с	Суп с рыбными консервами (горбуша)	200	7,9	3,84	12,44	115,66	0,9	377,2	67,0	34,6	109,0	0,9	31,8	12,0	5,8	0,1	0,1	174,6	3,5			
161	Пшеница явская	90	20,18	19,18	12,72	339,28	0,2	66,9	19,3	16,9	123,3	1,9	0,1	0,0	0,3	0,1	0,1	3,8	0,6			
205	Макарон отварные с маслом	150	5,52	2,83	35,34	188,83	0,0	12,0	10,2	5,3	26,1	0,5	0,1	0,0	0,0	0,1	0,0	2,3	0,1			
54-6мг	Компот из вишни	200	0,30	0,10	10,30	42,80	0,10	42,70	7,50	4,55	5,00	0,10	0,40	0,02	1,25	0,01	0,01	2,04	0,00			
проект.	Хлеб пшеничный	50	6,40	0,80	39,76	184,80	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,04	0,00			
	Всего за обед:	690	40,3	26,75	110,56	891,37	1,181	498,77	103,99	61,34	263,41	3,493	32,32	12,028	7,36	0,279	0,187	182,69	4,28			
83п	Полдник	50	3,15	1,05	37,80	173,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,08	0,0			
58	Пряники промышленного производства	200	0,02	0,05	10,38	41,31	0,03	4,83	5,3	2,9	4,85	0,53	0,00	0,00	0,03	0,00	0,04	0,08	0,0			
	Всего за полдник	250	3,17	1,1	48,18	214,31	0,029	4,83	5,25	2,93	4,85	0,53	0	0	0,03	0	0,04	0,08	0			
	Ужин																					
11 п	Молоко ступенчатое промышленного производства	20	1,00	1,70	11,20	64,10	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0			
120	Крупа пшеничная с рисом	200	20,68	12,34	18,68	272,47	0,1	27,0	170,9	21,0	153,1	0,5	0,0	0,0	0,2	0,1	0,1	15,2	1,8			
58	Чай с сахаром	200	0,02	0,05	10,38	41,31	0,03	4,83	5,3	2,9	4,85	0,53	0,00	0,00	0,03	0,00	0,04	0,08	0,0			
проект.	Хлеб ржаной	30	3,30	0,60	17,10	82,50	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0			
	Всего за ужин	450	18,86	16,47	53,33	437,10	53,00	163,30	212,69	38,00	217,50	1,70	0,00	0,00	0,20	0,10	0,20	0,00	0,00			
	Всего за день	1840	74,55	63,33	253,59	1897,11	55,039	723,23	212,69	156,25	584,69	73,523	199,42	14,858	8,36	0,569	0,657	190,68	4,75			
№ рецептуры	День 2	масса порции	пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	минеральные вещества,мг												Витамины			
			белки	жиры	углеводы		Р,мг	К,мг	Са,мг	Мg,мг	Р,мг	Fe,мг	I,мг	Se,мг	С,мг	В1,мг	В2,мг	А (ретинол)	Д,мкг			
	Возрастная категория 3-7 лет																					
	Пример пищевого/пищевосовмещенного блюда																					
	Завтрак																					
54-11к	Каши вязкие молочные овсяные	200	6,50	8,10	27,80	209,80	44,0	298,0	109,0	51,0	176,0	1,5	37,0	104,0	0,5	0,2	0,1	53,7	0,1			
1	Вареники с мясом свиным	40	2,45	7,55	14,62	136,00	114,9	42,9	9,3	42,9	9,3	29,1	0,6	40,0	0,1	0,0	0,0	40,0	0,0			
54-23п	Каша пшеничная с молоком	200	3,80	2,90	11,30	86,00	20,0	184,0	111,0	31,0	107,0	1,1	9,0	1,8	0,5	0,0	0,1	13,3	0,0			
	Всего за завтрак	420	12,75	18,55	53,72	431,80	178,90	524,90	229,30	124,90	292,30	12,49	75,10	106,38	41,01	0,24	0,30	13,3	0,09			
	Обед																					
15	Рисовый суп со сметаной на К/Б	200	2,43	6,98	15,84	136,74	0,1	64,0	25,6	14,1	45,6	0,5	0,2	0,0	3,6	0,1	0,0	31,4	0,1			
12	Зеленый горошек (консервированный) с луком	40	3,08	1,2	20,04	103,6	0,0	10,1	8,8	8,8	20,0	0,5	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0			
54-31м	Плов из булгура с курицей	150	0,58	1,24	1,61	19,86	66,964	18,426	3,732	3,906	11,556	0,131	0,000	0,020	0,009	1,860	0,0	0,0	0,0			
54-13мг	Напиток из лимонника	200	14,80	6,50	29,00	234,20	61,0	291,0	25,0	104,0	195,0	1,7	33,2	9,1	0,8	0,1	0,1	137,0	0,0			
проект.	Хлеб пшеничный	50	6,40	0,80	39,76	184,80	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,27	0,00	0,00	0,00	0,03	0,00	49,00	0,00			
	Всего за обед:	620	24,8066	15,716	101,4082	744,50	128,044	377,641	59,872	123,496	253,696	2,5814	33,35	9,1654	4,4394	2,065	0,11	217,43	0,13			
64	Полдник	60	8,13	8,74	42,83	381,20	0,070	29,640	74,760	11,110	64,870	0,590	0,040	0,004	0,220	0,120	0,070	7,130	0,830			
58	Чай с сахаром	200	0,02	0,05	10,38	41,31	0,03	4,83	5,3	2,9	4,85	0,53	0,00	0,00	0,03	0,00	0,04	0,08	0,0			
	Всего за полдник	260	8,15	8,79	53,21	422,51	0,099	34,47	80,01	14,04	69,72	1,12	0,04	0,004	0,25	0,12	0,11	7,21	0,83			
	Ужин																					
58	Рыбу отварную	175	3,20	4,22	26,60	116,30	0,1	52,5	187,6	27,9	114,2	0,5	0,0	0,0	0,7	0,1	0,1	7,9	0,4			
58	Чай с сахаром	200	0,02	0,05	10,38	41,31	0,03	4,83	5,3	2,9	4,85	0,53	0,00	0,00	0,03	0,00	0,04	0,08	0,0			
проект.	Хлеб ржаной	30	3,30	0,60	17,10	82,50	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0			
	Всего за ужин	405	6,52	4,87	54,08	240,11	0,139	57,3	192,87	30,8	119,09	1,07	0,02	0,003	0,68	0,14	0,15	7,96	0,4			
	Всего за день	1705	52,2266	47,926	262,418	1838,92	307,182	994,311	562,052	293,236	734,81	17,261	108,51	115,55	46,379	2,565	0,67	232,6	1,45			

№ рецептуры	День 3	масса порции	пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	минеральные вещества, мг										Витамины							
			белки	жиры	углеводы		Р, мг	К, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	Li, мг	Se, мг	С, мг	В1, мг	В2, мг	А [ретинол]	Д, мкг					
			Возрастная категория 3-7 лет																					
			Пример пищевого рациона																					
			Завтрак																					
35		200	6.95	7.23	29.73	213.13	0.1	47.1	182.9	22.3	102.0	0.3	0.0	0.0	0.7	0.1	0.1	7.8	0.7					
1	Каша рисовая молочная	40	2.45	7.55	14.62	136.00	114.9	42.9	9.3	42.9	9.3	9.9	29.1	0.6	40.0	0.1	0.0	40.0	0.0					
58	Бутерброд с маслом сливочным	200	0.02	0.05	10.38	41.31	0.03	4.83	5.3	2.9	4.85	0.53	0.00	0.00	0.03	0.00	0.04	0.08	0.0					
			Чай с сахаром																					
			Всего за завтрак																					
63-с		440	9.42	14.83	54.73	390.44	115.049	94.86	197.42	68.17	116.15	10.7	29.14	0.6206	40.68	0.12	0.18	47.83	0.65					
149	Суп борщ с фасолью на м/б с сметаной	200	5.22	6.21	21.33	164.3	0.1	144.3	65.9	29.2	73.5	1.2	0.2	0.0	13.2	0.2	0.1	34.2	0.1					
31	Биточки	80	19.41	17.88	7.71	324.38	0.2	65.1	17.4	16.0	119.5	1.8	0.1	0.0	0.3	0.1	0.1	3.8	0.6					
111-м	Гречка отварная раскатанная	150	6.32	3.10	28.63	167.20	0.0	14.8	4.7	26.7	35.6	0.9	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	2.3	0.1					
мрок.	Напиток витаминизированный "Виташа"	250	0.00	0.00	4.00	4.00	0.1	0.1	0.1	0.1	25.0	20.0	17.0	33.0	27.0	33.0	0.00	0.00	0.10					
			Хлеб пшеничный																					
			Всего за обед																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
61-мек		50	3.00	3.92	29.76	166.80	0.00	8.46	11.60	5.33	21.2	0.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.7	0.0					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
12		20	0.58	1.24	1.61	19.86	66.964	18.426	3.732	3.906	11.556	0.131	0.000	0.020	0.009	1.860	0.4	618.0	103.0					
54-30	Мюсли (консервированный)	200	11.10	15.00	5.20	201.00	74.0	215.0	101.0	27.0	189.0	2.0	37.0	21.9	1.0	0.1	0.4	0.08	0.0					
58	Омлет куриный	200	0.02	0.05	10.38	41.31	0.03	4.83	5.3	2.9	4.85	0.53	0.00	0.00	0.03	0.00	0.04	0.08	0.0					
мрок.	Чай с сахаром	30	3.30	0.60	17.10	82.50	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.04	0.08	0.0				
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржаной																					
			Всего за ужин																					
			Всего за день																					
			Полдник																					
			Печенье сливочное																					
			Сметанок																					
			Всего за полдник																					
			Ужин																					
			Мюсли (консервированный)																					
			Омлет куриный																					
			Чай с сахаром																					
			Хлеб ржан																					

[illegible][illegible]

	Всего за январь 2:	200	0,3	0,1	10,3	152,34	0,0095	42,7	7,5	4,55	5	0,0095	0,4	0,02	1,25	0,005	0,005	2,04	0
	Обед																		
53-33с	Суп с говяжьим фаршем на м/б	200	9,04	9,26	3,08	131,86	25,0	160,0	22,8	12,8	68,4	1,0	15,5	0,2	1,7	0,0	0,1	24,2	0,1
27	Емнина в томатном соусе	80	20,77	20,48	20,01	402,84	0,7	76,3	21,0	24,3	136,3	0,2	34,5	0,1	0,1	1,0			
31	Гречка отварная расквашенная	150	6,32	3,10	28,63	167,20	0,0	14,8	4,7	26,7	35,6	0,9	0,1	0,0	0,0	0,1	0,0	2,3	0,1
54-1хн	Компот из сладких сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	0,0	0,2	50,0	2,1	4,3	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	50,0	0,0
прок.	Хлеб пшеничный	50	6,40	0,80	39,76	184,80	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	50,0	0,0
	Всего за обед	680	43,03	33,64	111,28	967,7	25,74	253,21	98,49	65,88	244,57	2,186	49,99	0,341	1,8	1,124	0,072	76,52	0,182
	Подлинник																		
83л	Пряники промышленного производства	50	3,15	1,05	37,80	173,00	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000		
58	Чай с сахаром	200	0,02	0,05	10,38	41,31	0,03	4,83	5,3	2,9	4,85	0,53	0,00	0,00	0,03	0,00	0,04	0,08	0,0
	Всего за подлинник	250	3,17	1,1	48,18	214,31	0,029	4,83	5,25	2,93	4,85	0,53	0	0	0,03	0	0,04	0,08	0
	Ужин																		
11 н	Молоко стуженное промышленного производства	20	1,00	1,70	11,20	64,10	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
226	Ливиник с творогом	200	17,86	14,77	42,13	373,00	53,00	163,30	133,6	38,0	217,50	1,70	0,00	0,00	0,20	0,10	0,20	73,00	0,0
прок.	Хлеб ржаной	30	0,60	3,30	17,10	82,50	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
58	Чай с сахаром	200	0,02	0,05	10,38	41,31	0,03	4,83	5,3	2,9	4,85	0,53	0,00	0,00	0,03	0,00	0,04	0,08	0,0
	Всего за ужин	450	36,9	24,29	60,32	601,91	139,029	126,31	149,25	10,89	15,86	4,27	6,14	0,57	0,15	0,01	0,08	7,58	1,8
	Всего за день	1820	93,35	73,78	264,70	2136,62	319,70	729,25	480,29	166,60	458,6	18,26	119,2	4,69	42,90	1,21	0,45	158,1	2,38

№ рецептуры	День 7	масса порции	пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	минеральные вещества, мг												витамины			
			белки	жиры	углеводы		Р,мг	К,мг	Са,мг	Mg,мг	Р,мг	Fe,мг	I,мг	Se,мг	С,мг	В1,мг	В2,мг	А (ретинол)	Д,мкг			
Возрастная категория 3-7 лет																						
Пример пищевого рациона																						
Завтрак																						
5	Каша овсяная с маслом	200	7.25	7.81	28.68	215.33	0.1	52.5	187.6	27.9	114.2	0.5	0.0	0.0	0.7	0.1	0.1	7.9	0.4			
1	Бутерброд с маслом сливочным	40	2.45	7.55	14.62	136.00	114.9	42.9	9.3	42.9	9.3	9.9	29.1	0.6	40.0	0.1	0.0	40.0	0.0			
58	Чай с сахаром	200	0.02	0.05	10.38	41.31	0.03	4.83	5.3	2.9	4.85	0.53	0.00	0.00	0.03	0.00	0.04	0.08	0.0			
	Всего за завтрак	440	9.72	15.41	53.68	392.64	115.039	100.2	202.17	73.7	128.39	10.97	29.12	0.623	40.68	0.19	0.18	47.96	0.4			
Обед																						
80	Суп овощной с квасом	200	3.63	6.86	20.94	160.58	7.4	89.2	24.0	33.2	57.7	1.1	0.2	0.0	4.7	0.2	0.1	31.5	0.1			
38	Карпась тушеный с маслом	240	20.57	20.37	10.26	363.98	0.2	167.4	93.4	37.0	141.3	2.4	0.2	0.0	25.3	0.2	0.1	58.1	0.1			
54-бюк	Компот из фруктов	200	0.30	0.10	10.30	42.80	0.10	42.70	7.50	4.55	5.00	0.10	0.40	0.02	1.25	0.01	0.01	2.04	0.00			
прок.	Хлеб пшеничный	50	6.40	0.80	39.76	184.80	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0			
	Всего за обед	690	30.90	28.13	81.26	752.16	7.72	0.099	34.47	80.01	69.72	1.12	0.04	0.004	0.25	0.12	0.11	7.21	0.83			
64а	Пюре картофельное	80	8.13	8.74	42.83	281.16	0.070	29.640	74.760	11.110	64.870	0.590	0.040	0.004	0.220	0.120	0.070	7.130	0.330			
58	Чай с сахаром	200	0.02	0.05	10.38	41.31	0.03	4.83	5.3	2.9	4.85	0.53	0.00	0.00	0.03	0.00	0.04	0.08	0.0			
	Всего за полдник	280	8.15	8.79	53.21	322.47	0.099	34.47	80.01	14.04	69.72	1.12	0.04	0.004	0.25	0.12	0.11	7.21	0.83			
54-25с	Нерафинированное растительное масло	60	1.00	3.30	3.80	48.30	11.000	171.000	12.000	8.400	26.000	0.390	9.500	0.240	2.240	0.020	0.030	9.050	0.000			
315	Рис отварной	150	3.52	2.68	37.04	186.33	0.1	9.8	4.7	16.7	44.7	0.3	2.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0			
прок.	Хлеб ржаной	30	3.30	0.60	17.10	82.50	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0			
58	Чай с сахаром	200	0.02	0.05	10.38	41.31	0.03	4.83	5.3	2.9	4.85	0.53	0.00	0.00	0.03	0.00	0.04	0.08	0.0			
	Всего за ужин	440	7.84	6.63	68.32	358.44	11.159	185.62	21.97	28	75.5	1.24	11.75	0.27	2.28	0.02	0.07	9.13	0			
	Всего за день	1850	56.61	58.96	256.47	1823.71	134.01	320.29	304.15	190.47	477.6	16.87	41.72	0.93	74.42	0.64	0.54	64.30	1.46			
№ рецептуры	День 8	масса порции	пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	минеральные вещества, мг												витамины			
			белки	жиры	углеводы		Р,мг	К,мг	Са,мг	Mg,мг	Р,мг	Fe,мг	I,мг	Se,мг	С,мг	В1,мг	В2,мг	А (ретинол)	Д,мкг			
Возрастная категория 3-7 лет																						
Пример пищевого рациона																						
Завтрак																						
227	Молоко вареное	1 шт	5.08	4.60	0.28	63.00	53.600	56.000	22.000	4.800	76.800	1.000	100.000	0.003	0.180	0.000	0.0	2.3	0.1			
31	Леченая овсяная каша	150	6.32	3.10	28.63	167.20	0.0	14.8	4.7	26.7	35.6	0.9	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	2.3	0.1			
3-в-б	Бутерброд с маслом и сыром	50	4.77	10.50	14.56	139.00	0.7	51.4	98.1	14.4	83.6	0.7	79.1	0.7	0.1	0.1	0.1	0.0	0.1			
54-21а	Каша на молоке	200	4.60	3.60	12.60	100.40	38.0	220.0	143.0	34.0	130.0	1.1	12.0	2.3	0.7	0.0	0.2	17.3	0.0			
	Всего за завтрак	455	13.76	18.3	55.46	408.40	159.8	362.1	278.2	70.2	364.5	2.59	111.1	3.09	0.8	0.09	0.23	17.3	0.07			
54-25с	Суп скарлетт на квасе	200	4.6	2.64	10.86	85.78	27.6	314.8	25.2	20.8	45.4	1.0	17.8	0.4	5.4	0.0	0.0	98.6	5.4			
265	Зрелый картофель с маслом	90	21.99	9.73	16.38	233.98	2.0	95.5	63.1	41.6	187.0	1.2	0.1	0.0	0.4	0.2	0.1	14.9	2.9			
205	Макаронные изделия с маслом	150	5.52	2.83	35.34	188.83	0.0	12.0	10.2	5.3	26.1	0.5	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	2.3	0.1			
1111а-м	Напиток витаминизированный "Витонин"	200	0.00	0.00	4.00	4.00	0.1	0.1	0.1	0.1	25.0	20.0	17.0	33.0	27.0	33.0	0.00	0.00	0.10			
прок.	Хлеб пшеничный	50	6.40	0.80	39.76	184.80	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0			
	Всего за обед	690	33.91	13.36	95.48	697.39	29.75	422.36	98.61	67.84	283.53	22.74	34.94	33.46	32.83	33.29	0.17	115.77	8.50			
составляю	Полдник																					
61-бюк	Печенье сливочное	50	3.00	3.92	29.76	166.80	0.00	8.46	11.60	5.33	21.2	0.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.7	0.0			
	Полдник																					
11-бюк	Молоко ступенчатое сгущенное с сахаром	20	1.00	1.70	11.20	64.10	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0			
249	Пудинг из творога (вареный)	200	15.14	10.75	24.33	235.00	70.6	189.9	129.9	22.9	190.7	1.0	68.0	0.1	0.2	0.2	0.0	0.0	0.0			
прок.	Хлеб ржаной	30	3.30	0.60	17.10	82.50	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0			
58	Чай с сахаром	200	0.02	0.05	10.38	41.31	0.03	4.83	5.3	2.9	4.85	0.53	0.00	0.00	0.03	0.00	0.04	0.08	0.0			
	Всего за ужин	450	19.46	13.1	63.01	442.91	70.629	194.73	135.15	25.83	195.55	1.5	68	0.06	0.26	0.19	0.04	0.08	0.0			
	Всего за день	1825	75.35	53.18	250.91	1807.9	260.279	1038.23	739.56	186	960.05	27.47	214.05	36.615	34.31	33.656	0.582	140.48	8.57			

№ рецептуры	День 9	масса порции	пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	минеральные вещества, мг												Витамины			
			белки	жиры	углеводы		Р, мг	К, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	I, мг	Se, мг	C, мг	B1, мг	B2, мг	A (ретинол)	D, мкг			
Возрастная категория 3-7 лет																						
Пример пищевого рациона																						
Завтрак																						
38	Вареники с начинкой	200	6,57	6,51	6,51	199,30	0,4	47,0	184,4	16,1	90,0	0,3	7,0	0,1	0,1	0,7						
2	Бутерброд с маслом	55	2,51	3,93	28,88	161,00	114,6	71,8	10,5	11,7	31,2	0,7	20,0	0,1	0,0	0,5	0					
54-2шт	Каша из овсянки с маслом	200	3,80	2,90	11,30	86,00	20,0	184,0	111,0	31,0	107,0	1,1	9,0	1,8	0,5	0,0	0,1	13,3	0,0			
Всего за завтрак																						
72	Овощи	455	12,88	13,34	46,69	446,3	134,96	302,79	305,93	58,84	228,2	2,07	36	1,89	0,66	1,16	0,13	13,3	0,0			
162	Суп из свежих овощей	200	1,36	3,86	5,35	61,60	86,9	209,6	40,2	14,6	29,8	0,5		0,0								
30	Пюре картофельное	140	26,02	8,18	10,08	252,90	0,9	75,8	20,3	18,9	242,9	5,6	0,1	0,0	14,2	0,4	1,2	1772,8	5,0			
54-6шт	Компот из свежих ягод (черешня, вишня)	200	2,21	3,15	6,14	250,30	0,0	55,4	46,6	13,8	26,5	0,5	0,3	0,0	13,0	0,1	0,0	28,6	0,0			
проц.	Хлеб пшеничный	50	0,30	0,10	10,30	152,34	0,10	42,70	7,30	4,55	5,00	0,10	0,40	0,02	1,25	0,01	0,01	2,04	0,00			
Всего за обед																						
54-1шт	Полдник	740	36,29	16,086	71,63	901,94	87,885	383,46	114,62	51,87	304,24	6,633	0,75	0,0631	28,456	16,433	1,245	1803,38	4,98			
38	Булочка с маком	60	4,60	4,10	30,52	187,00	11,0	50,5	18,0	6,5	41,0	0,6	33,0	3,2	0,0	0,1	0,0	19,1	0,2			
58	Чай с сахаром	200	0,02	0,05	10,38	41,31	0,03	4,83	5,3	2,9	4,85	0,53	0,00	0,00	0,03	0,00	0,04	0,08	0,0			
Всего за полдник																						
25	Ужин	260	4,62	4,15	40,9	228,31	11,029	55,33	23,25	9,43	45,85	1,09	33	3,15	0,03	0,05	0,06	19,18	0,15			
31	Салат "Винегрет"	60	0,64	3,66	3,14	89,30	0,0	84,1	10,3	7,0	15,6	0,5	0,0	0,0	0,0	4,1	0,0	2,3	0,1			
проц.	Гречка отварная с маслом	150	6,32	3,10	28,63	167,20	0,0	14,8	4,7	26,7	35,6	0,9	0,1	0,0	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0			
58	Хлеб ржаной	30	0,30	0,60	17,10	82,30	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0			
проц.	Чай с сахаром	200	0,02	0,05	10,38	41,31	0,03	4,83	5,3	2,9	4,85	0,53	0,00	0,00	0,03	0,00	0,04	0,08	0,0			
Всего за ужин																						
58	Всего за день	440	9,62	3,70	45,73	249,70	0,01			26,67	35,59	0,85	0,06	0,00	0,00	0,08	0,02	0,08	0,0			
Всего за день																						
№ рецептуры	День 10	масса порции	пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	минеральные вещества, мг												Витамины			
Возрастная категория 3-7 лет																						
Пример пищевого рациона																						
Завтрак																						
37	Каша молочная "Полтинник"	200	7,32	7,81	26,36	206,83	0,2	53,4	190,9	24,0	118,4	6,4	0,0	0,0	0,7	0,1	0,1	7,8	0,4			
1	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,45	7,55	14,62	136,00	114,9	42,9	9,3	42,9	9,3	9,9	29,1	0,6	40,0	0,1	0,0	40,0	0,0			
54-2шт	Каша на молоке	200	4,60	3,60	12,60	100,40	38,0	220,0	143,0	34,0	130,0	1,1	12,0	2,3	0,7	0,0	0,2	17,3	0,0			
Всего за завтрак																						
87	Овощи	440	14,57	18,96	53,58	443,23	153,05	316,28	343,17	100,91	257,65	17,35	41,11	2,913	41,33	0,21	0,32	65,05	0,4			
54-2шт	Суп картофельный с горохом тушеным	200	4,392	4,216	13,058	107,8	86,2	376,2	30,5	28,2	69,7	1,6	0,0	0,1	0,1	4,7	0,030	9,090	0,000			
24	Ленивый	60	1,00	3,30	3,80	48,30	11,000	171,000	12,000	8,400	26,000	0,390	9,300	0,240	2,240	0,020	0,030	9,090	0,000			
57	Компот из свежих яблок и лимона	210	26,38	26,03	39,21	497,08	0,2	70,0	30,3	35,9	171,6	1,7	46,9	0,1	0,1	1,9						
проц.	Хлеб пшеничный	50	0,29	0,21	15,08	66,33	0,0	29,4	12,1	3,7	4,5	0,7	0,4	0,0	0,0	0,0	19,6					
Всего за обед																						
720	Полдник	720	38,462	34,556	110,908	904,31	97,33	648,53	84,9	76,23	271,75	4,46	56,87	0,45	2,43	26,19	0,03	9,05	0,0			
58	Зеленый чай	50	3,00	3,92	29,76	166,80	0,00	8,46	11,60	5,33	21,2	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,7	0,0			
Всего за полдник																						
250	Ужин	250	3,02	3,97	40,14	208,11	0,029	13,29	16,85	8,26	26,03	1,06	0	0	0,03	0,03	0,05	0,81	0			
386	Булочка с маком	100	1,50	0,50	21,00	95,00	31,0	348,0	8,0	42,0	28,0	0,6	0,0	0,0	0,1	10,0						
182	Каша гречневая с маслом	205	4,39	4,20	28,30	169,00	121,1	90,7	37,1	21,8	150,9	0,8	20,0	0,1	0,0	0,0						
проц.	Хлеб ржаной	30	3,30	0,60	17,10	82,30	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0			
58	Чай с сахаром	200	0,02	0,05	10,38	41,31	0,03	4,83	5,3	2,9	4,85	0,53	0,00	0,00	0,03	0,00	0,04	0,08	0,0			
Всего за ужин																						
535	Всего за день	535	9,21	5,35	76,78	387,81	152,129	443,53	50,35	66,73	183,75	1,93	20	0,12	0,11	10	0,04	0,08	0,0			
Всего за день																						
1945	Всего за день	1945	65,262	62,836	281,408	1943,46	402,538	1421,63	495,27	252,13	739,18	24,8	117,98	3,483	43,9	36,43	0,44	74,99	0,4			