



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 35
Культикова Т. Ю.
» 04 2018 г.
Приказ № 121

Примерное десятидневное меню для детей от 2 - 3 лет; от 3 - 7 лет

**Муниципального бюджетного дошкольного
образовательного учреждения
«Детский сад № 35»
с десятичасовым пребыванием детей**

Категория: 2--3 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ ТК
			Б	Ж	У			
День 1								
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	6,14	5,69	18,21	171	0,315	15/4
ЗАВТРАК	Чай с молоком	180	1,26	1,26	10,08	31,1	0,234	12/10
ЗАВТРАК	Хлеб с маслом	20	1,30	2,56	7,86	60,2	0	1/13
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		350	8,70	9,51	36,15	262,3	0,549	
10:00	Напиток из шиповника	100	0,10	0,05	8,65	32,5	44,5	15/10
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		100	0,10	0,05	8,65	32,5	44,5	
ОБЕД	Салат из отварного картофеля с зелёным горошком и растительным маслом	30	0,90	3,30	3,60	46	0,579	32/1
ОБЕД	Суп картофельный со сметаной	150	1,35	3,30	12,58	66	12,458	31/2
ОБЕД	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	140	9,10	7,54	8,96	148,4	0,52	31/8
ОБЕД	Компот из свежих фруктов	180	0,05	0,05	11,99	48,83	1,224	19/10
ОБЕД	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1,52	0,16	9,84	46,6	0	1
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	0	2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		550	14,90	14,71	56,99	405,33	14,716	
ПОЛДНИК	Пирожки печеные из дрожжевого теста с морковью и курагой	70	3,80	3,10	19,60	112	0,38	14/12
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	150	3,57	4,08	7,58	85	2,055	6
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		220	7,37	7,18	27,18	197	2,435	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1220	31,07	31,45	128,97	897,13	62,2	

Категория: От 3 - 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ ТК
			Б	Ж	У			
День 1								
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6,50	4,00	14,20	206	0,42	15/4
ЗАВТРАК	Чай с молоком	200	1,40	1,40	11,20	61	0,26	12/10
ЗАВТРАК	Хлеб с маслом	30	2,34	4,62	14,10	90,3	0	1/13
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 430	11,24	12,02	50,50	✓ 357,3	0,68	
10:00	Напиток из шиповника	120	0,12	0,06	10,35	41	53,4	15/10
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 120	0,12	0,06	10,35	41	53,4	
ОБЕД	Салат из отварного картофеля с зелёным горошком и растительным маслом							
		40	0,53	3,33	2,73	69	0,772	32/1
ОБЕД	Суп картофельный со сметаной	200	1,80	3,40	13,10	88	16,61	12/2
ОБЕД	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	230	15,00	14,03	14,72	243,8	0,52	31/8
ОБЕД	Компот из свежих фруктов	200	0,06	0,06	24,58	54,26	1,36	19/10
ОБЕД	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	0	1
ОБЕД	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	66	0	2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 740	22,31	21,54	83,25	✓ 590,96	19,262	
полдник	Пирожки печеные из дрожжевого теста с морковью и курагой	70	6,30	3,94	21,10	125	0,38	14/12
полдник	Молоко кипяченое	200	7,60	6,18	8,60	78,34	2,74	6
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 270	7,90	7,16	29,70	✓ 203,34	3,12	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1560	41,57	40,78	176,42	1192,6	89,812	

Николаев

Категория: 2--3 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ ТК
			Б	Ж	У			
День 2								
ЗАВТРАК	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	3,75	4,16	19,70	131,25	0,3	2/4
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	180	2,70	2,11	12,56	80,1	0,468	13/10
ЗАВТРАК	Хлеб с маслом и сыром	20	3,33	4,40	9,40	91,33	0,046	4/13
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		350 ✓	9,78	10,67	41,66	✓ 302,68	0,911	
10:00	Сок фруктовый	100	0,40	0,40	9,80	44	6,6	7/17
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		100 ✓	0,40	0,40	9,80	44	6,6	7/17
ОБЕД	Салат из свежих помидор с растительным маслом	30	0,30	3,00	1,05	32,5	6,741	15/1
ОБЕД	Суп рыбный из консервов	150	0,04	0,24	9,99	40,69	1,02	37/2
ОБЕД	Азу	150	10,42	12,30	15,10	204,83	18,192	43/8
ОБЕД	Компот из яблок и кураги	150	0,23	0,00	12,80	53,25	37,56	1/10
ОБЕД	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1,52	0,16	9,84	46,6	0	1
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	0	2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		530 ✓	14,69	15,57	61,00	✓ 427,37	68,901	
ПОЛДНИК	Запеканка из рыбы с капустой	50	4,00	2,54	3,50	83,1	1,701	8/7
ПОЛДНИК	Соус сметанный	20	0,35	2,19	1,25	26,34	0,009	6/11
ПОЛДНИК	Чай с лимоном	150	0,08	0,00	14,90	27	0,6	11/10
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		220 ✓	4,43	4,73	19,65	✓ 136,44	2,31	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1200	29,30	31,37	132,11	910,49	74,122	

Категория: От 3 - 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ ТК
			Б	Ж	У			
День 2								
ЗАВТРАК	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	5,00	4,90	26,60	175	0,4	2/4
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	200	3,00	2,90	15,40	89	0,52	13/10
ЗАВТРАК	Хлеб с маслом и сыром	30	5,00	6,60	14,10	137	0,069	4/13
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		430	13,00	14,40	56,10	401	1,119	
10:00	Сок фруктовый	120	0,48	0,48	13,76	52,8	7,8	7/17
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		120	0,48	0,48	13,76	52,8	7,8	
ОБЕД	Салат из свежих помидор с растительным маслом	60	6,00	6,00	2,10	65	13,482	15/1
ОБЕД	Суп рыбный из консервов	200	0,06	0,06	13,32	54,26	1,36	37/2
ОБЕД	Азу	230	14,97	17,58	20,14	272,78	26,151	43/8
ОБЕД	Компот из яблок и кураги	200	0,30	0,00	17,40	71	50,08	1/10
ОБЕД	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	0	1
ОБЕД	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	66	0	2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		760	20,92	21,03	83,31	598,94	93,763	
ПОЛДНИК	Запеканка из рыбы с капустой	80	7,04	3,07	4,00	106,4	1,944	8/7
ПОЛДНИК	Соус сметанный	40	0,47	3,42	1,67	35,12	0,012	6/11
ПОЛДНИК	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	20,20	36	0,8	11/10
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		320	7,61	6,49	25,87	177,52	2,756	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1610	42,01	42,40	179,04	1230,26	100,638	

Куров

Категория: 2-3 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ ТК
			Б	Ж	У			
День 3								
ЗАВТРАК	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	150	5,98	6,26	25,26	178,15	1,11	4/4
ЗАВТРАК	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	0,00	0,00	8,98	35,91	0	21/10
ЗАВТРАК	Хлеб с маслом и сыром	20	3,33	4,40	9,40	91,33	0,046	4/13
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		350 ✓	9,31	10,66	43,64	✓ 305,39	1,156	
10:00	Кефир	100	2,90	2,50	4,00	50	0,7	5
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		100 ✓	2,90	2,50	4,00	50	0,7	
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом	30	0,50	2,00	3,30	31	11,2	6/1
ОБЕД	Суп картофельный с крупой	150	2,03	3,30	12,22	87,75	10,2	16/2
ОБЕД	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые	40	5,70	5,55	2,60	83	0	14/8
ОБЕД	Рагу из овощей	100	1,53	2,47	9,00	64,67	7,793	18/3
ОБЕД	Компот из кураги и изюма	180	0,27	0,00	16,56	63,9	45,072	4/10
ОБЕД	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1,52	0,16	9,84	46,6	0	1
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	0	2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		550 ✓	13,23	14,79	60,94	✓ 425,42	65,801	
ПОЛДНИК	Запеканка из творога с яблоками	50	4,65	3,70	13,30	113,5	0,53	16/5
ПОЛДНИК	Молоко сгущенное	20	1,40	1,58	1,90	27	0,2	9/11
ПОЛДНИК	Чай с молоком	180	1,26	1,26	13,58	54,9	0,234	12/10
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		250 ✓	7,31	6,54	27,78	✓ 195,4	0,964	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1250	32,75	34,49	136,36	976,21	68,621	

Категория: От 3 - 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ ТК
			Б	Ж	У			
День 3								
ЗАВТРАК	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	200	7,64	8,02	36,68	237,54	1,48	4/4
ЗАВТРАК	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0,00	0,00	9,98	39,9	0	21/10
ЗАВТРАК	Хлеб с маслом и сыром	30	5,00	6,60	14,10	137	0,069	4/13
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		430	12,64	14,62	60,76	414,44	1,549	
10:00	Кефир	120	3,48	3,00	4,80	60	1,05	5
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		120	3,48	3,00	4,80	60	1,05	
ОБЕД	Салат из белокачанной капусты с луком и растительным маслом	60	0,90	4,00	6,70	61	22,4	6/1
ОБЕД	Суп картофельный с крупой	200	2,70	4,40	16,30	117	13,6	16/2
ОБЕД	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые	60	8,55	8,32	3,90	124,5	0	14/8
ОБЕД	Рагу из овощей	150	2,29	3,71	13,50	97	11,69	18/3
ОБЕД	Компот из кураги и изюма	200	0,30	0,00	18,40	71	50,08	4/10
ОБЕД	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	0	1
ОБЕД	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	66	0	2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		740	19,66	21,15	86,92	606,4	80,842	
ПОЛДНИК	Запеканка из творога с яблоками	90	7,97	6,26	14,84	184,3	0,954	16/5
ПОЛДНИК	Молоко сгущенное	25	1,75	1,98	14,00	33,75	0,25	9/11
ПОЛДНИК	Чай с молоком	200	1,40	1,40	11,20	61	0,26	12/10
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		315	11,12	9,64	40,04	279,05	1,464	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1605	46,90	48,41	192,52	1359,89	84,905	

Рябенко

Категория: 2--3 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ ТК
			Б	Ж	У			
День 4								
ЗАВТРАК	Омлет с картофелем (запеченный)	120	7,68	4,57	10,44	123,6	2,125	4/6
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	180	2,70	1,61	16,06	80,1	0,468	13/10
ЗАВТРАК	Хлеб с маслом	50	3,25	6,40	19,65	150,5	0	1/13
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		350	13,63	12,58	49,15	354,2	2,593	
10:00	Бананы	80	1,20	0,40	16,80	74	10	3/17
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		80	1,20	0,40	16,80	74	10	
ОБЕД	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	30	0,20	2,95	0,70	30	2,736	14/1
ОБЕД	Суп из овощей со сметаной	150	3,82	9,23	10,35	141	9	14/2
ОБЕД	Зразы или рулет из рыбы	100	10,30	4,60	16,10	143	0,6	18/8
ОБЕД	Соус молочный (для подачи к блюду)	30	0,60	1,70	2,00	26	0,1	1/11
ОБЕД	Компот из чернослива и изюма	150	0,52	0,00	18,80	63,75	37,642	5/10
ОБЕД	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1,52	0,16	9,84	46,6	0	1
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	0	2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		510	19,14	18,55	69,41	500,85	54,748	
ПОЛДНИК	Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом (джемом)	35	2,10	1,70	21,80	107	0,315	17/12
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180	5,48	5,25	8,09	99,6	2,055	6
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		215	7,58	6,95	29,89	206,6	2,37	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1155	41,55	38,48	165,25	1135,65	69,711	

Категория: От 3 - 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ ТК
			Б	Ж	У			
День 4:								
ЗАВТРАК	Омлет с картофелем (запеченный)	150	5,94	2,00	20,18	163,72	3,188	4/6
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	200	3,00	2,90	16,40	89	0,52	13/10
ЗАВТРАК	Хлеб с маслом	50	3,25	6,40	19,65	150,5	0	1/13
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		400	12,19	14,38	56,23	403,22	3,708	
10:00	Бананы	100	1,50	0,50	21,00	95	15	3/17
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		100	1,50	0,50	21,00	95	15	
ОБЕД	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60	0,45	5,95	1,40	60	5,472	14/1
ОБЕД	Суп из овощей со сметаной	200	5,10	8,65	8,80	87	6,8	14/2
ОБЕД	Зразы или рулет из рыбы	150	12,36	7,00	21,23	214	0,6	18/8
ОБЕД	Соус молочный (для подачи к блюду)	50	1,00	2,90	3,40	43	0,1	1/11
ОБЕД	Компот из чернослива и изюма	200	0,70	0,00	22,96	85	50,19	5/10
ОБЕД	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	0	1
ОБЕД	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	66	0	2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		730	24,88	22,89	90,11	626,9	77,492	
ПОЛДНИК	Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом (джемом)	50	3,00	3,41	27,14	152	0,315	17/12
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	200	6,10	5,44	10,10	111	2,74	6
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		250	9,10	8,85	37,24	263	3,19	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1480	47,67	46,62	204,58	1388,12	99,39	

Handwritten signature

Категория: 2-3 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ ТК
			Б	Ж	У			
День 5								
ЗАВТРАК	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	150	6,16	8,26	24,30	164	0,4	6/4
ЗАВТРАК	Какао с молоком	180	3,13	3,26	22,27	133,88	0,468	14/10
ЗАВТРАК	Хлеб с сыром	20	3,27	1,93	9,33	69,33	0,046	3/13
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		350 ✓	12,56	13,45	52,78	✓ 367,21	1,504	
10:00	Сок фруктовый	100	0,40	0,40	9,80	44	6,6	7/17
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		100 ✓	0,40	0,40	9,80	44	6,6	7/17
ОБЕД	Сельдь с картофелем и сливочным маслом	30	1,30	2,30	3,60	39	0,9	36.1
ОБЕД	Суп фасолевый	150	2,55	2,93	9,92	66,75	10,77	32/2
ОБЕД	Рагу из мяса кур	140	11,86	12,58	16,94	247,8	6,341	3/9
ОБЕД	Компот из сухофруктов и шиповника	150	0,30	0,08	20,58	53,25	52,56	7/10
ОБЕД	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1,52	0,16	9,84	46,6	0	1
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	0	2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		520 ✓	19,51	18,41	70,55	✓ 502,92	76,877	
ПОЛДНИК	Суфле творожное	60	5,82	5,86	16,22	134,4	0,138	19/5
ПОЛДНИК	Чай с лимоном	150	0,08	0,00	6,90	27	0,6	11/10
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		210 ✓	5,90	5,86	23,12	✓ 161,4	0,738	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1180	38,37	38,12	156,25	1075,53	81,119	

Категория: От 3 - 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ ТК
			Б	Ж	У			
День 5								
ЗАВТРАК	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	200	7,40	7,90	32,40	219	0,5	6/4
ЗАВТРАК	Какао с молоком	200	3,48	3,62	24,74	148,76	0,52	14/10
ЗАВТРАК	Хлеб с сыром	30	4,90	2,90	14,00	104	0,069	3/13
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 430	15,26	16,54	69,24	✓ 471,92	1,909	
10:00	Сок фруктовый	150	0,60	0,60	14,70	66	9,75	7/17
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 150	0,60	0,60	14,70	✓ 66	97,5	
ОБЕД	Сельдь с картофелем и сливочным маслом	60	2,60	4,60	7,20	73	1,8	36.1
ОБЕД	Суп фасолевый	200	3,40	3,50	9,90	89	14,36	32/2
ОБЕД	Рагу из мяса кур	180	14,82	16,22	26,45	288,6	8,152	3/9
ОБЕД	Компот из сухофруктов и шиповника	200	0,40	0,10	19,10	71	70,08	7/10
ОБЕД	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	0	1
ОБЕД	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	66	0	2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 710	26,14	23,94	90,77	✓ 657,5	107,004	
ПОЛДНИК	Суфле творожное	80	9,70	9,10	27,41	224	0,23	19/5
ПОЛДНИК	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	9,20	36	0,8	11/10
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 280	9,80	9,10	36,61	✓ 260	1,03	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1620	51,80	50,18	211,32	1455,42	112,943	

Мерк

Категория: 2-3 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ ТК
			Б	Ж	У			
День 6								
ЗАВТРАК	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	150	4,76	4,40	19,80	132	0,4	16.4
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	180	2,70	2,61	11,06	80,1	0,468	13/10
ЗАВТРАК	Хлеб с маслом	20	1,30	2,56	7,86	60,2	0	1/13
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 350	8,76	9,57	38,72	✓ 272,3	0,858	
10:00	Мандарины	100	0,40	0,40	9,80	44	6,6	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 100	0,40	0,40	9,80	44	6,6	
ОБЕД	Салат из редиса с растительным маслом	40	0,40	3,92	1,20	42	8,9	18/1
ОБЕД	Рассольник с крупой и сметаной	150	1,35	3,38	10,41	74,25	10,777	11/2
ОБЕД	Капуста тушеная с мясом (Бигус)	160	10,45	10,55	11,69	196	65,792	47/8
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,38	0,00	16,69	54	37,62	6/10
ОБЕД	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1,52	0,16	9,84	46,6	0	1
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	0	2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 550	16,08	15,65	63,40	✓ 462,35	117,129	
ПОЛДНИК	Ватрушка с яблоками	50	3,40	4,25	24,40	146	0,3	7/12
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	150	4,57	4,08	7,58	83,2	2,055	6
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 200	7,97	8,33	31,98	✓ 229,2	6,563	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1190	33,26	33,95	143,90	994,05	126,55	

Категория: От 3 - 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергети- ческая ценность	Витамин С	№ ТК
			Б	Ж	У			
День 6								
ЗАВТРАК	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	200	6,00	4,80	26,40	175	0,5	16.4
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	200	3,00	2,90	13,40	89	0,52	13/10
ЗАВТРАК	Хлеб с маслом	30	2,34	4,62	14,10	90,3	0	1/13
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 430	11,34	12,32	49,90	✓ 354,3	1,04	
10:00	Мандарины	120	0,48	0,48	11,76	52,8	13	б/н
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 120	0,48	0,48	11,76	52,8	13	
ОБЕД	Салат из редиса с растительным маслом	60	0,60	5,88	1,80	63	13,35	18/1
ОБЕД	Рассольник с крупой и сметаной	200	1,80	4,50	12,50	99	14,37	11/2
ОБЕД	Капуста тушеная с мясом (Бигус)	230	14,33	15,61	20,14	272,15	94,576	47/8
ОБЕД	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,00	18,30	72	50,16	6/10
ОБЕД	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	0	1
ОБЕД	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	66	0	2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 760	22,45	23,23	88,56	✓ 642,05	164,986	
ПОЛДНИК	Ватрушка с яблоками	55	3,74	4,31	27,44	160,6	0,33	7/12
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	200	6,10	5,44	10,10	111	2,74	6
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 255	9,84	9,75	37,54	✓ 271,6	10,629	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1565	44,11	46,10	187,76	1320,75	179,655	

Рисов

Категория: 2-3 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ ТК
			Б	Ж	У			
День 7								
ЗАВТРАК	Макаронные изделия отварные	100	3,50	2,50	24,93	125	0	43/3
ЗАВТРАК	Сосиски отварные	50	4,90	6,55	0,40	88	0	44/8
ЗАВТРАК	Хлеб с сыром	20	3,27	1,93	9,30	69,33	0,046	3/13
ЗАВТРАК	Чай с молоком	180	1,26	1,26	11,98	54,9	0,234	12/10
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 350	12,93	12,24	46,61	✓ 337,23	0,234	
10:00	Сок	100	0,50	0,00	10,10	42,67	2	18/10
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 100	0,50	0,00	10,10	42,67	2	
ОБЕД	Помидоры свежие (нарезка)	30	0,40	0,06	1,14	7,2	7,5	1
ОБЕД	Щи из свежей капусты с крупой со сметаной	150	1,20	4,63	5,77	57	15,758	7/2
ОБЕД	Рыба (филе), припущенная с молоком и овощами	40	8,08	3,68	1,60	85,4	0,52	3/7
ОБЕД	Картофельное пюре	100	2,07	3,30	10,73	98	7,16	3/3
ОБЕД	Компот из кураги и изюма	180	0,27	0,00	16,56	63,9	45,072	4/10
ОБЕД	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1,52	0,16	9,84	46,6	0	1
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	0	2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 550	15,52	14,58	57,62	✓ 407,6	68,951	
ПОЛДНИК	Суфле из овощей	60	4,20	4,92	2,16	66,4	6,018	41/3
ПОЛДНИК	Напиток яблочно-лимонный	150	0,14	0,11	17,64	✓ 73,27	3,9	22/10
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 210	4,34	5,03	19,80	✓ 139,67	9,918	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1210	33,29	31,85	134,13	927,17	81,103	

Категория: От 3 - 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ ТК
			Б	Ж	У			
День 7								
ЗАВТРАК	Макаронные изделия отварные	150	5,29	3,79	34,10	188	0	43/3
ЗАВТРАК	Сосиски отварные	50	4,90	7,55	0,40	88	0	44/8
ЗАВТРАК	Хлеб с сыром	30	3,69	2,19	10,56	78	0,069	3/13
ЗАВТРАК	Чай с молоком	200	1,40	1,40	12,20	61	0,26	12/10
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 430	15,28	14,93	57,26	✓ 415	0,26	
10:00	Сок	120	0,60	0,00	12,12	51,2	13	7/17
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 120	0,60	0,00	12,12	51,2	13	
ОБЕД	Помидоры свежие (нарезка)	40	0,44	0,08	1,52	9,6	10	1
ОБЕД	Щи из свежей капусты с крупой со сметаной	200	1,60	6,80	7,70	76	21,01	7/2
ОБЕД	Рыба (филе), припущенная с молоком и овощами	60	11,12	2,52	2,40	128,1	0,78	3/7
ОБЕД	Картофельное пюре	150	3,10	6,70	17,60	147	10,74	3/3
ОБЕД	Компот из кураги и изюма	200	0,30	0,00	17,40	71	50,08	4/10
ОБЕД	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	0	1
ОБЕД	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	✓ 66	0	2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 720	21,57	20,01	81,35	✓ 560,97	83,198	
ПОЛДНИК	Суфле из овощей	150	8,51	9,30	12,90	166	15,045	41/3
ПОЛДНИК	Напиток яблочно-лимонный	200	0,18	0,14	23,52	✓ 97,7	5,2	22/10
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 350	8,69	9,44	36,42	✓ 263,7	20,245	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1620	46,14	44,38	187,15	1290,87	106,703	

Нужно

Категория: 2-3 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ ТК
			Б	Ж	У			
День 8								
ЗАВТРАК	Каша пшенная с изюмом с маслом сливочным	150	5,50	6,07	23,60	174	0,315	8/4
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	180	2,70	2,61	12,06	80,1	0,468	13/10
ЗАВТРАК	Хлеб с маслом	20	1,30	2,56	7,86	60,2	0	1/13
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 350	9,50	11,24	43,52	✓ 314,3	0,783	
10:00	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	44	6,6	7/17
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 100	0,40	0,40	9,80	✓ 44	6,6	
ОБЕД	Салат из отварного картофеля с зеленым луком и растительным маслом	30	0,50	2,50	4,10	40	2,5	34/1
ОБЕД	Суп картофельный с клецками	150	2,03	1,65	12,49	73,36	4,98	43/2
ОБЕД	Плов из мяса кур	130	8,79	12,83	22,85	215,53	0,494	4/9
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,38	0,00	13,72	54	37,62	6/10
ОБЕД	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1,52	0,16	9,84	46,6	0	1
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	0	2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 510	15,17	17,50	69,82	✓ 478,99	50,495	
ПОЛДНИК	Пирожки печеные из дрожжевого теста с творогом	50	3,77	3,70	16,71	137,14	0,06	10/12
ПОЛДНИК	Кефир	150	4,35	3,75	6,00	75	0,7	5
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 200	8,12	7,45	29,71	✓ 212,14	0,76	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1160	33,19	36,59	152,85	1049,43	62,038	

Категория: От 3 - 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ ТК
			Б	Ж	У			
День 8								
ЗАВТРАК	Каша пшенная с изюмом с маслом сливочным	200	7,30	7,00	30,20	232	0,6	
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	200	3,00	2,90	13,40	89	0,52	13/10
ЗАВТРАК	Хлеб с маслом	30	2,34	4,62	14,10	90,3	0	1/13
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 430	12,64	14,52	57,70	✓ 411,3	0,94	
10:00	Яблоки	120	0,48	0,48	11,76	52,8	18	7/17
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 120	0,48	0,48	11,76	✓ 52,8	18	
ОБЕД	Салат из отварного картофеля с зеленым луком и растительным маслом	60	1,00	5,00	8,20	80	14,802	34/1
ОБЕД	Суп картофельный с клецками	200	2,70	2,20	13,66	97,82	6,64	43/2
ОБЕД	Плов из мяса кур	180	12,17	15,99	27,64	298,42	0,684	4/9
ОБЕД	Компот из сухофруктов	200	0,50	0,00	18,30	72	50,16	6/10
ОБЕД	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	0	1
ОБЕД	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	66	0	2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 710	20,99	22,91	89,52	✓ 649,14	72,286	
ПОЛДНИК	Пирожки печеные из дрожжевого теста с творогом	50	3,27	3,57	24,74	137,14	0,06	10/12
ПОЛДНИК	Кефир	200	5,80	5,00	8,00	✓ 100	1,05	5
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 250	9,07	8,57	32,74	✓ 237,14	1,119	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1510	43,18	46,48	191,72	1350,38	89,345	

Результат

Категория: 2--3 г.

категория: 2--3 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ ТК
			Б	Ж	У			
День 9								
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой	150	3,62	3,53	10,65	81	0,39	22/2
ЗАВТРАК	Какао с молоком	180	5,13	3,64	18,60	133,88	0,468	14/10
ЗАВТРАК	Бутерброд с повидлом	50	2,11	3,30	13,15	74,81	0	1/13
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		350	10,86	10,47	42,40	289,69	0,628	
10:00	Апельсины	100	0,20	0,90	8,10	43	60	11/17
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		100	0,20	0,90	8,10	43	60	
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты и растительным маслом	30	0,50	2,00	3,80	32	12,1	3/1
ОБЕД	Суп крестьянский с крупой и сметаной	150	3,57	5,20	9,03	96,84	0,51	31/2
ОБЕД	Тефтели рыбные в соусе	70	5,98	3,23	5,76	76,46	0,323	11/7
ОБЕД	Гарнир овощной сборный	100	2,60	3,60	11,07	79,07	4,48	36/3
ОБЕД	Компот из яблок и кураги	150	0,23	0,00	12,80	53,25	37,56	1/10
ОБЕД	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1,52	0,16	9,84	46,6	0	1
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	0	2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		550	16,33	15,55	63,02	437,32	45,267	
ПОЛДНИК	Пудинг из творога с морковью	70	5,88	5,53	12,88	136,5	0,62	18/5
ПОЛДНИК	Чай с молоком	180	1,26	1,26	15,29	54,9	0,234	12/10
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		250	7,14	6,79	28,17	191,4	10,794	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1250	34,53	33,71	141,69	961,41	116,689	

Категория: От 3 - 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	Витамин С	№ ТК
			Б	Ж	У			
День 9								
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой	200	8,82	5,43	14,20	108	0,52	22/2
ЗАВТРАК	Какао с молоком	200	3,48	3,62	25,95	148,76	0,52	14/10
ЗАВТРАК	Бутерброд с повидлом	50	0,11	3,29	10,15	95,81	0	1/13
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		400	12,41	12,34	50,30	✓ 352,57	0,76	
10:00	Апельсины	150	0,30	1,35	12,15	64,5	90	11/17
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		150	0,30	1,35	12,15	64,5	90	
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты и растительным маслом	60	1,00	4,00	7,20	64	14,2	3/1
ОБЕД	Суп крестьянский с крупой и сметаной	200	4,76	6,60	10,04	115,12	0,68	31/2
ОБЕД	Тефтели рыбные в соусе	80	6,83	4,69	6,58	87,38	0,369	11/7
ОБЕД	Гарнир овощной сборный	150	3,90	4,90	15,60	118	6,72	36/3
ОБЕД	Компот из яблок и кураги	200	0,30	0,00	17,86	71	50,08	1/10
ОБЕД	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	0	1
ОБЕД	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	66	0	2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		760	21,71	20,91	85,40	✓ 591,4	61,041	
ПОЛДНИК	Пудинг из творога с морковью	100	8,40	7,90	18,40	195	0,62	18/5
ПОЛДНИК	Чай с молоком	200	1,40	1,40	17,10	61	0,26	12/10
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		300	9,80	9,30	35,50	✓ 256	14,392	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1610	44,22	43,90	183,35	1264,47	166,193	

Категория: 2-3 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ ТК
			Б	Ж	У			
День 10								
ЗАВТРАК	Каша молочная ассорти (пшенично - кукурузная) с маслом сливочным	150	5,50	4,50	21,30	141	0,4	19/4
ЗАВТРАК	Какао с молоком	180	3,13	3,26	22,27	133,88	0,468	14/10
ЗАВТРАК	Хлеб с маслом и сыром	20	3,33	4,40	9,40	91,33	0,046	4/13
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 350	11,96	12,61	52,97	✓ 366,21	0,829	
10:00	Сок	100	0,50	0,00	10,10	42,67	2	18/10
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 100	0,50	0,00	10,10	42,67	2	
ОБЕД	Огурцы свежие (нарезка)	40	0,33	0,06	1,14	7,2	5,6	2
ОБЕД	Борщ со сметаной	150	3,00	3,30	6,00	58,5	12,165	4/2
ОБЕД	Биточки (котлеты) из мяса говядины, запеченные со сметанным соусом	40	4,10	4,66	3,25	70,56	0,105	17/8
ОБЕД	Кабачки тушенные	100	0,93	5,00	6,00	72,67	6,007	35/3
ОБЕД	Компот из чернослива и изюма	150	0,52	0,00	15,20	63,75	37,642	5/10
ОБЕД	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	20	1,52	0,16	9,84	46,6	0	1
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	0	2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 520	12,73	13,98	55,91	✓ 399,58	59,399	
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	150	4,57	4,08	7,58	93	2,055	6
ПОЛДНИК	Шанежка с картофелем	50	4,06	3,95	23,16	126,59	5,21	39/12
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 200	8,63	8,03	30,74	✓ 219,7	2,148	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1170	33,82	34,62	149,72	1028,16	64,376	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		11985	344,63	344,63	1441,23	9955,23	806,529	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1198,5	34,11	34,46	144,12	995,52	80,6529	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за плановый период в % от калорийности			13,70	31,15	57,90	9955,23		

Категория: От 3 - 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ ТК
			Б	Ж	У			
День 10								
ЗАВТРАК	Каша молочная ассорти (пшенично - кукурузная) с маслом сливочным	200	6,00	6,00	28,40	188	0,5	19/4
ЗАВТРАК	Какао с молоком	200	3,48	3,62	24,74	146,06	0,52	14/10
ЗАВТРАК	Хлеб с маслом и сыром	30	5,00	6,60	14,10	137	0,069	4/13
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 430	14,48	16,22	68,14	✓ 471,06	1,009	
10:00	Сок	120	0,60	0,00	12,12	51,2	2,4	18/10
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 120	0,60	0,00	12,12	51,2	2,4	
ОБЕД	Огурцы свежие (нарезка)	60	0,80	0,06	1,25	7	5	2
ОБЕД	Борщ со сметаной	200	4,70	4,40	8,00	78	16,22	4/2
ОБЕД	Биточки (котлеты) из мяса говядины, запеченные со сметанным соусом	60	7,64	5,48	3,29	75,84	0,158	17/8
ОБЕД	Кабачки тушенные	150	1,40	7,50	9,00	109	9,01	35/3
ОБЕД	Компот из чернослива и изюма	200	0,70	0,00	20,70	85	50,19	5/10
ОБЕД	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	30	2,28	0,24	14,76	69,9	0	1
ОБЕД	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	66	0	2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 740	20,46	20,20	77,31	✓ 559,74	82,538	
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	200	5,10	4,44	10,10	113,34	2,74	6
ПОЛДНИК	Шанежка с картофелем	50	4,06	3,95	23,16	126,7	5,21	39/12
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		✓ 250	9,16	8,39	33,26	✓ 240,04	2,87	

Неро

ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1540	44,70	44,81	190,83	1322,04	89,417	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:	15720	452,30	454,06	1904,69	13174,8	1119,001	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1572	45,23	45,40	190,46	1317,4	111,9001	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за плановый период в % от калорийности		13,70	31,00	57,80	13174,8		

Ручка

Ведомость контроля за рационом питания для "2 - 3 года".

№ п/п	Наименование группы продуктов	Норма продукта в г брутто на 10 дней	Фактически выдано продуктов по дням (всего), г на одного человека										В среднем за 10 дней	Отклонение от нормы в % (+/-)
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
1	Дрожжи хлебопекарные	0,30	1,10	0,00	0,00	0,00	0,00	1,10	0,00	1,10	0,00	1,10	0,44 73 (0,13)	
2	Какао-порошок	0,38	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,13	0,00	0,00	1,13	1,13	0,34 44,73 (-0,44)	
3	Картофель	90,00	267,30	313,70	139,30	106,70	170,10	80,00	157,60	53,40	66,40	57,80	141,23 113,98 (23,98)	
4	Кофейный напиток	0,75	0,00	1,80	0,00	1,80	0,00	1,80	0,00	1,80	0,00	0,00	0,72 98 (-0,03)	
5	Крупы (злаки), бобовые	22,50	36,00	28,90	31,50	21,70	26,20	30,50	4,50	38,50	7,60	0,00	22,50 100,00	
6	Макаронные изделия	6,00	0,00	0,00	0,00	22,00	0,00	0,00	22,00	0,00	12,00	0,00	5,60 94 (0,5)	
7	Масло коровье сладкосливочное	13,50	15,48	14,87	10,83	8,10	8,80	10,83	12,78	10,78	21,36	9,10	12,29 93,81 (-1,21)	
8	Масло растительное	6,75	5,54	2,70	7,52	7,25	7,04	6,93	6,80	8,94	5,28	7,14	6,51 96,44 (-3,24)	
9	Молоко и кисломолочные продукты с м.д.ж. не менее 2,5%	292,50	263,50	312,70	291,67	289,09	278,89	308,64	291,67	281,11	291,24	275,00	260,46 98,71 (-32)	
10	Мука пшеничная хлебопекарная	18,75	32,10	3,96	1,33	0,00	6,44	26,13	0,92	30,00	20,31	26,67	26,90 143 (8,15)	
11	Мясо (бескостное/на кости)	37,50	76,12	79,26	40,75	27,61	0,00	79,33	0,00	0,00	0,00	46,77	34,98 93,28 (-3,7)	
12	Овощи, зелень	153,75	126,60	124,80	112,30	80,70	64,70	267,20	159,00	82,40	178,30	207,20	140,32 91 (-13,43)	
13	Птица (куры 1 кат.потр./цыплята-бройлеры)	15,00	0,00	0,00	0,00	0,00	78,80	0,00	0,00	75,93	15,37	0,00	17,01 113,4 (2,01)	
14	Рыба (филе), в т.ч. филе с/с или м/с	24,00	0,00	71,00	0,00	70,45	0,00	0,00	42,00	0,00	54,42	0,00	23,78 99(0,22)	
15	Сахар	27,75	26,30	27,30	32,50	24,00	39,50	28,90	29,90	27,00	39,40	35,90	31,07 111 (3,32)	
16	Сметана с м.д.ж. не более 15%	6,75	3,75	7,50	6,00	3,75	6,00	3,75	6,00	3,51	3,75	12,70	5,67 84 (-1,08)	
17	Соки фруктовые (овощные)	75,00	0,00	150,00	0,00	0,00	150,00	0,00	100,00	0,00	0,00	150,00	55,00 74 (-20)	
18	Соль пищевая поваренная	3,00	2,69	1,39	2,82	2,31	3,32	2,28	2,86	1,20	3,03	2,78	2,46 82 (-0,54)	
19	Сыр твердый	3,00	0,00	7,27	7,27	0,00	5,45	0,00	0,00	0,00	0,00	7,27	2,72 95,16 (-0,28)	
20	Творог, творожные изделия с м.д.ж. не более 5%	22,50	0,00	0,00	35,70	0,00	44,10	0,00	0,00	33,00	80,80	19,23	21,28 94 (-1,22)	
21	Фрукты (плоды) свежие	71,25	27,30	9,10	16,50	167,00	16,60	150,00	54,80	164,00	143,80	0,00	74,91 105 (3,66)	
22	Фрукты (плоды) сухие	6,75	10,00	3,80	8,20	12,10	3,80	7,50	12,30	7,50	3,80	12,10	8,11 120 (1,36)	
23	Хлеб пшеничный (Валетек - 8)	45,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00 67 (-15)	
24	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00	30,00 100,00	
25	Чай, включая фиточай	0,38	0,18	0,15	0,18	0,00	0,15	0,00	0,18	0,00	0,18	0,00	0,10 30,26 (-0,28)	
26	Яйцо куриное столовое	15,00	7,00	5,00	5,00	64,00	7,00	5,00	7,00	7,00	9,00	10,00	12,60 84(2,4)	

Ведомость контроля за рационом питания для "3 - 7 лет".

№ п/п	Наименование группы продуктов	Норма продукта в г брутто на 10 дней	Фактически выдано продуктов по дням (всего), г на одного человека										В среднем за 10 дней	Отклонение от нормы в % (+/-)
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
1	Дрожжи хлебопекарные	0,38	1,17	0,00	0,00	0,00	0,00	1,17	0,00	1,17	0,00	1,17	0,46	121,05 (0,08)
2	Какао-порошок	0,45	0,00	0,00	0,00	0,00	1,18	0,00	0,00	0,00	1,18	1,18	0,35	77,7 (-0,1)
3	Картофель	105,00	35,60	212,60	195,60	142,30	119,90	106,70	136,40	71,20	99,60	97,90	121,78	115 (16,78)
4	Кофейный напиток	0,90	0,00	2,00	0,00	2,00	0,00	2,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,80	88 (-0,1)
5	Крупы (злаки), бобовые	32,25	48,00	38,00	56,50	31,00	35,00	54,00	6,00	72,90	10,10	0,00	35,15	108 (2,9)
6	Макаронные изделия	9,00	0,00	0,00	0,00	40,00	0,00	0,00	40,00	0,00	16,20	0,00	9,62	106 (0,62)
7	Масло коровье сладкосливочное	15,75	17,98	16,5	9,99	9,99	7,00	15,50	22,48	10,94	30,10	10,15	15,06	95 (-0,69)
8	Масло растительное	8,25	10,33	10,50	5,50	0,50	9,80	9,85	11,36	11,35	10,50	9,45	8,91	108 (0,66)
9	Молоко и кисломолочные продукты с м.д.ж. не менее 2,5%	337,50	354,00	423,10	391,76	340,60	374,67	345,11	322,31	248,17	238,50	300,00	333,80	98 (-3,7)
10	Мука пшеничная хлебопекарная	21,75	32,60	5,54	2,00	0,00	9,88	45,06	2,30	34,29	28,92	37,83	19,84	91 (-1,9)
11	Мясо (бескостное/на кости)	41,25	87,00	113,94	61,13	23,48	0,00	99,66	0,00	0,00	0,00	40,15	42,53	103 (1,28)
12	Овощи, зелень	195,00	152,90	161,50	183,70	125,90	104,90	387,50	276,90	137,50	241,60	303,50	207,59	106 (12,59)
13	Птица (куры 1 кат.потр./цыплята-бройлеры 1 кат.потр./индейка 1 кат.потр.)	18,00	0,00	0,00	0,00	0,00	95,60	0,00	0,00	103,70	33,60	0,00	23,29	129 (5,29)
14	Рыба (филе), в т.ч. филе с/с или м/с	27,75	0,00	84,00	0,00	77,00	0,00	0,00	79,00	0,00	73,85	0,00	37,31	134 (9,5)
15	Сахар	32,25	35,60	40,50	48,00	30,30	40,80	37,50	40,80	33,40	40,80	40,80	38,85	120 (6,6)
16	Сметана с м.д.ж. не более 15%	8,25	7,00	10,00	1,80	7,00	9,50	5,00	7,00	4,68	5,14	17,78	7,49	90 (-0,76)
17	Соки фруктовые (овощные)	75,00	0,00	200,00	0,00	0,00	200,00	0,00	200,00	0,00	0,00	200,00	40,00	53 (-35)
18	Соль пищевая поваренная	4,50	3,48	1,85	4,16	3,31	4,74	3,12	4,44	1,70	4,16	4,03	3,40	75 (-1,1)
19	Сыр твердый	4,50	0,00	10,90	10,90	0,00	8,18	0,00	0,00	0,00	0,00	10,90	4,08	90 (-0,42)
20	Творог, творожные изделия с м.д.ж. не более	30,00	0,00	0,00	64,25	0,00	73,50	0,00	0,00	37,71	121,20	26,92	32,35	107 (2,35)
21	Фрукты (плоды) свежие	75,00	33,20	12,10	29,60	150,50	25,60	200,00	73,00	200,00	163,00	0,00	88,80	118 (13,8)
22	Фрукты (плоды) сухие	8,50	10,00	5,00	9,10	16,10	5,00	10,00	14,60	10,00	5,00	16,10	10,09	118 (1,59)
23	Хлеб пшеничный (Валетек - 8)	60,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	66 (-20)
24	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	37,50	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	106 (2,5)
25	Чай, включая фиточай	0,30	0,20	0,20	0,20	0,00	0,20	0,00	0,20	0,00	0,20	0,00	0,12	40 (-0,18)
26	Яйцо куриное столовое	18,00	8,00	8,00	8,00	83,00	10,00	8,00	14,00	8,00	11,00	11,00	16,90	94 (-1,1)

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575781

Владелец Культикова Татьяна Юрьевна

Действителен с 18.02.2022 по 18.02.2023