

Утверждаю:
 заведующий МКДОУ
 Быковский д/с №5 «Аленка»
 Н.Н. Титкова

Дата: 7 февраля 2024 г.

Утверждаю:
 заведующий МКДОУ
 Быковский д/с №5 «Аленка»
 Н.Н. Титкова

Дата: 7 февраля 2024 г.

10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 1-3 года

| № рец. по сбор. | Наименование блюд | Пищевые вещества/г | | | | Энергет. ценность ккал | Витамины (мг) |
|-------------------|---|--------------------|---------------|-------------|--------------|------------------------|---------------|
| | | ас. бл. | Б | Ж | У | | |
| 1 | 2 | 1-3 года | 1-3 года | 1-3 года | 1-3 года | 1-3 года | 1-3 года |
| неделя 1 / день 3 | | | | | | | |
| завтрак | | | | | | | |
| 183/2017м | каша жидкая молочная гречневая с маслом и сахаром | 150 | 6,79 | 6,79 | 24,97 | 188,15 | 0,42 |
| 2/2017м | Бутерброд с повидлом 30/5/10 | 45 | 1,96 | 3,16 | 20,88 | 119,8 | 0,48 |
| 54-21гн/2022н | чай с сахаром | 180 | 0,18 | 0 | 9,34 | 38,08 | 1,02 |
| | Итого | 375 | 8,9 | 10,0 | 55,2 | 346,0 | 1,9 |
| 2и-завтрак | | | | | | | |
| 389/2017м | соки овощные, фруктовые и ягодные | 100 | 0,50 | 0,00 | 10,10 | 42,40 | 40,00 |
| | Итого | 100 | 0,5 | 0,0 | 10,1 | 42,4 | 40,0 |
| обед | | | | | | | |
| 54-13з/2022н | свекла отварная с растительным маслом | 30 | 0,40 | 1,35 | 2,30 | 22,95 | 2,85 |
| 54-7с/2022н | суп картофельный с макаронными изделиями | 150 | 2,02 | 1,95 | 14,17 | 83,25 | 4,95 |
| 289/2017м | рагу из птицы | 150 | 15,68 | 5,25 | 13,22 | 163,05 | 0,00 |
| 360/2017м | кисель из повидла с витамином С | 150 | 0,08 | 0,00 | 21,80 | 88,50 | 1,35 |
| 702/2010м | хлеб ржаной | 20 | 1,12 | 0,22 | 10,88 | 49,98 | 0,00 |
| 701/2010м | хлеб пшеничный | 20 | 1,57 | 0,20 | 9,67 | 46,76 | 0,00 |
| | Итого | 520 | 20,865 | 8,97 | 72,04 | 454,49 | 9,15 |
| полдник | | | | | | | |
| 406/2017м | пирожок с картофелем и луком | 80 | 5,04 | 2,91 | 42,73 | 217,27 | 0,03 |
| 54-21гн/2022н | какао с молоком | 150 | 3,5 | 2,7 | 9,5 | 76,3 | 0,56 |
| | Итого | 230 | 8,54 | 5,61 | 52,23 | 293,57 | 0,59 |
| | Всего на день | 1225 | 38,8 | 24,5 | 189,6 | 1136,5 | 51,7 |
| | Соль йодированная | 5 | | | | | |
| | Норма по СанПин 75%+ - 5% | | 30,45-32,5 | 34,07-36,42 | 47,17-157,3 | 1015-1395 | |

10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 3-7

| № рец. | Наименование блюд | Пищевые вещества/г | | | | Энергет. ценность ккал | Витамины (мг) |
|-------------------|---|--------------------|--------------|--------------|--------------|------------------------|---------------|
| | | ас. бл. | Б | Ж | У | | |
| 1 | 2 | 3-7 лет | 3-7 лет | 3-7 лет | 3-7 лет | 3-7 лет | 3-7 лет |
| неделя 1 / день 3 | | | | | | | |
| завтрак | | | | | | | |
| 183/2017м | каша жидкая молочная гречневая с маслом и сахаром | 170 | 7,70 | 7,96 | 28,30 | 215,64 | 0,48 |
| 2/2017м | Бутерброд с повидлом 30/5/15 | 50 | 2,17 | 3,52 | 23,2 | 133,16 | 0,48 |
| 54-2гн/2022н | чай с сахаром | 180 | 0,18 | 0 | 9,34 | 38,08 | 1,02 |
| | Итого | 400 | 10,1 | 11,5 | 60,8 | 386,9 | 2,0 |
| 2и-завтрак | | | | | | | |
| 389/2017м | соки овощные, фруктовые и ягодные | 100 | 0,50 | 0,00 | 10,10 | 42,40 | 40,00 |
| | Итого | 100 | 0,5 | 0,0 | 10,1 | 42,4 | 40,0 |
| обед | | | | | | | |
| 54-13з/2022н | свекла отварная с растительным маслом | 50 | 0,67 | 2,25 | 3,83 | 38,00 | 4,75 |
| 54-7с/2022н | суп картофельный с макаронными изделиями | 180 | 2,43 | 2,34 | 17,01 | 99,90 | 5,94 |
| 289/2017м | рагу из птицы | 180 | 18,96 | 6,30 | 15,86 | 195,66 | 0,00 |
| 360/2017м | кисель из повидла с витамином С | 180 | 0,09 | 0,00 | 26,16 | 105,02 | 1,62 |
| 702/2010м | хлеб ржаной | 30 | 2,00 | 0,33 | 16,47 | 76,85 | 0,00 |
| 701/2010м | хлеб пшеничный | 20 | 1,57 | 0,20 | 9,67 | 46,76 | 0,00 |
| | Итого | 640 | 25,72 | 11,42 | 89 | 562,19 | 12,31 |
| полдник | | | | | | | |
| 406/2017м | пирожок с картофелем и луком | 80 | 5,04 | 2,91 | 42,73 | 217,27 | 0,03 |
| 54-21гн/2022н | какао с молоком | 180 | 4,2 | 3,24 | 11,4 | 90,36 | 0,68 |
| | Итого | 260 | 9,24 | 6,15 | 54,13 | 307,63 | 0,71 |
| | Всего на день | 1400 | 45,5 | 29,1 | 214,1 | 1299,1 | 55,0 |
| | Соль йодированная | 5 | | | | | |
| | Норма по СанПин 75%+ - 5% | | 39,15-41,8 | 43,5-46,5 | 5,22-20,2 | 1305-1395 | |