

Утверждаю:

Директор МОУ ИРМО

«Бутырская СОШ»

Асальданов А.А.



**Примерное циклическое меню пятиразового питания (завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин)
для дошкольных образовательных организаций
Иркутского районного муниципального образования
с длительностью пребывания 12 часов
(сезон осень-зима)
возраст 1-3 года
для пищеблоков полного цикла**

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для организации питания воспитанников дошкольных организаций (от 1 до 7 лет) Новосибирск – 2021

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений Пермь-2001г.

Основное (организованное) десятидневное меню для дошкольных образовательных организаций
Иркутского районного муниципального образования педиатрического питания (завтрак, второй завтрак, обед, уплотненный полдник,
ужин)
(дошкольные учреждения с длительностью пребывания 12 часов)
(сезон ОСЕНЬ-ЗИМА)
Для пищеблоков работающих на полуфабрикатах
Возраст 1-3 лет

меню 1 день 1

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Вес блюда, г, 1-3л	энергетическая ценность (ккал)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
ЗАВТРАК						
СБ. Новосибирск 2021 № 54-19н-2020 (1-3 лет)	Суп молочный с макаронными изделиями	1/180	127,926	1,8	2,214	25,2
СБ. Новосибирск 2021 № 54-21гн-2020 (1-3 лет)	какао с молоком	1/150	61,20	2,50	2,00	8,30
ПВ	батон е/с	1/10	26,17	0,75	0,29	5,14
ПВ	хлеб ржаной	1/10	23,18	0,81	0,34	4,22
ИТОГО ЗАВТРАК			238,48	5,86	4,84	42,86
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
ПВ	сок фруктовый в ассортименте	1/150	63,15	0,75	0,15	14,70
ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК			63,15	0,75	0,15	14,70
ИТОГО ОБА ЗАВТРАКА			301,63	6,61	4,99	57,56
ОБЕД						
СБ. Новосибирск 2021 № 54-3н-2020 (1-3 лет)	помидор в маринате	1/40	17,33	0,80	0,27	2,93
СБ. Новосибирск 2021 № 54-2б-2020 (3-7 лет лет)	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1/180	81,29	1,53	4,46	3,75
СБ. Новосибирск 2021 № 54-4н-2020 (1-3 лет)	салат греческий рассольный	1/120	175,30	2,20	2,50	36,00
СБ. Пермь 2021 № 179	Курочка в соусе с томатом	1/50	104,79	3,81	6,85	6,98
ПВ	хлеб пшеничный	1/20	46,76	1,58	0,20	9,66
ПВ	хлеб ржаной	1/10	23,18	0,81	0,34	4,22
СБ. Новосибирск 2021 № 54-4гн-2020 (1-3 лет)	Чай с молоком и сахаром	1/150	37,20	1,10	0,80	6,40
ИТОГО ОБЕД			486,85	11,83	15,42	74,94
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
СБ. Новосибирск 2021 № 54-17н-2020 (1-3 лет)	Запеканка картофельная с говядиной	1/150	134,00	4,25	9,00	9,00
СБ. Новосибирск 2021 № 54-23гн-2020 (1-3 лет)	кофейный напиток с молоком	1/180	71,46	2,76	2,34	9,84
ПВ	мороженное	1/30	92,70	1,60	6,30	7,40
ПВ	хлеб пшеничный	1/20	46,76	1,58	0,20	9,66
ПВ	хлеб ржаной	1/10	23,18	1,62	0,68	8,44
ИТОГО УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			391,28	11,81	18,52	44,34
УЖИН						
ПВ	Йогурт детский в ассортименте	1/160	152,48	5,12	4,00	24,00
ПВ	Фрукт свежий (груша)	1/95	49,31	0,34	0,13	11,69
ИТОГО УЖИН			201,79	5,46	4,13	35,69
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1380,54	35,71	43,07	212,53

лист 1 из 2

№ рецепта, сборки	Наименование блюда	Всг блюда, г, 1-3а	энергетическая ценность (ккал)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
ЗАВТРАК						
СБ, Новосибирск 2021 № 54-1а-2020 (1-3 лет)	Омлет натуральный	1/140	172,00	7,70	14,42	3,86
СБ, Новосибирск 2021 № 54-2а-2020 (1-3 лет)	Чай с сахаром	1/150	23,32	0,12	0,00	2,76
ПВ	Батиска м/л	1/20	32,34	1,30	0,58	10,28
ПВ	Хлеб ржаной	1/10	23,18	0,81	0,34	4,22
		ИТОГО ЗАВТРАК	271,04	10,13	15,34	23,12
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
СБ, Пермь 2001 № 251	Салат из овощей	1/130	77,09	3,45	4,55	5,60
		ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК	77,09	3,45	4,55	5,60
		ИТОГО ОБА ЗАВТРАКА	348,13	13,58	19,89	28,72
ОБЕД						
СБ, Новосибирск 2021 № 54-13а-2020 (1-3 лет)	Салат из овощей отварной	1/80	30,98	0,53	1,73	3,07
СБ, Новосибирск 2021 № 54-10а-2020 (2-7 лет)	Суп картофельный с куриной лапшой	1/180	112,54	1,71	4,54	16,20
СБ, Новосибирск 2021 № 54-11а-2020 (1-3 лет)	Картофельное пюре	1/110	102,12	2,34	3,83	14,48
ПВ	картофель вареный из куриной рыбы ПВ	1/80	62,81	4,90	1,63	8,00
СБ, Новосибирск 2021 № 54-1а-2020 (1-3 лет)	кнели из свиньи с картофелем	1/130	61,30	0,60	0,00	14,90
ПВ	хлеб пшеничный	1/20	46,76	1,54	0,20	9,66
ПВ	хлеб ржаной	1/10	23,18	0,81	0,34	4,22
		ИТОГО ОБЕД	438,64	11,49	12,31	78,53
ВОДЯНИК УПЛОТНЕННЫЙ						
СБ, Пермь 2001	Омлет в яичном севе (1-4 порции)	1/130	111,83	3,40	8,61	5,19
ПВ СБ, Новосибирск 54-4а-2020 (1-3 лет)	картофель запеченный	1/70	33,80	2,50	3,00	4,20
СБ, Новосибирск 2021 № 54-20а (1-3 лет)	Чай с сахаром и лимонным	1/180	7,20	0,24	0,00	1,56
ПВ	хлеб пшеничный	1/20	46,76	1,54	0,20	9,66
ПВ	хлеб ржаной	1/10	23,18	0,81	0,34	4,22
		ИТОГО ВОДЯНИК УПЛОТНЕННЫЙ	205,95	9,34	12,19	25,05
УЖИН						
СБ, Новосибирск 2021 № 54-23а-2020 (1-3 лет)	Каша, из киноа	1/170	43,63	0,23	0,11	10,41
ПВ	студия кондитерская (печенье и вафельное)	1/80	195,37	5,60	9,69	18,09
		ИТОГО УЖИН	239,00	5,83	9,80	28,50
		ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1291,93	43,58	54,49	156,88

неделя 1 день 3

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Вес блюда, г. 1-3д.	энергетическая ценность (ккал)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
ЗАВТРАК						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-8г-2020 (1-3 лет)	Пудинг из творога с яблоками без сахара	1/150	145,00	6,25	5,00	18,75
Сб. Новосибирск 2021 № 54-3гг-2020 (1-3 лет)	Чай с лимонном и сахаром	1/150	20,00	0,10	0,00	4,90
ПВ	батонч в/е	1/40	104,68	3,00	1,16	20,56
ПВ	хлеб ржаной	1/10	23,18	0,81	0,34	4,22
ИТОГО ЗАВТРАК			292,86	10,16	6,50	48,43
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
ПВ	сок фруктовый в ассортименте	1/150	63,15	0,75	0,15	14,70
ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК			63,15	0,75	0,15	14,70
ИТОГО ОБА ЗАВТРАКА			356,01	10,91	6,65	63,13
ОБЕД						
Сб. Новосибирск 2021 № 54-2г-2020 (1-3 лет)	отурич в пармезе	1/40	87,47	0,13	9,60	0,13
Сб. Пермь 2001 № 38	Суп картофельный с мясорезными изделиями	1/180	124,97	2,03	2,06	24,57
Сб. Новосибирск 2021 № 54-9г-2020 (1-3 лет)	рагу из овощей	1/120	105,50	2,20	5,90	10,90
ПФ/Сб. Новосибирск 2021 № 54-6м-2020 (1-3 лет)	Виточки из говядины	1/60	100,20	5,00	5,00	8,80
Сб. Новосибирск 2021 № 54-12кх-2020 (1-3 лет)	Компот из яблок	1/150	21,60	0,10	0,00	5,30
ПВ	хлеб пшеничный	1/10	23,38	0,79	0,10	4,83
ПВ	хлеб ржаной	1/10	23,18	0,81	0,34	4,22
ИТОГО ОБЕД			486,29	11,07	23,00	58,75
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ						
ПВ	Вареники с картошкой 1Ю с картофелем с мясом свиными	1/150	152,55	4,50	4,95	22,50
Сб. Новосибирск 2021 № 54-22кх-2020 (1-3 лет)	Хиндзи из вишни	1/180	47,04	0,12	0,00	11,64
Сб. Новосибирск 2021 № 54-20г-2020 (1-3 лет)	горошек зеленый	1/30	11,70	0,90	0,10	1,80
ПВ	хлеб пшеничный	1/20	46,76	1,58	0,20	9,66
ПВ	хлеб ржаной	1/20	46,36	1,62	0,68	8,44
ИТОГО УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			304,41	8,72	5,93	54,04
УЖИН						
ПВ	Напиток кисло-молочный "снежок"	1/160	135,20	5,12	4,00	18,68
ПВ	Фрукт свежий (яблоко)	1/95	46,62	0,25	0,26	10,83
ИТОГО УЖИН			181,82	5,37	4,26	30,51
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1328,53	36,06	39,84	206,43

таблица 1 день 4

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Вес блюда, г. 1-За.	энергетическая ценность (ккал)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
ЗАВТРАК						
СБ Новосибирск 2021 № 54-16а-2020 (1-3 лет)	Какао "Дружба"	1/140	147,00	1,75	4,67	24,50
СБ Новосибирск 2021 № 54-23гн-2020 (1-3 лет)	кофейный напиток с молоком	1/180	70,92	2,76	2,28	9,84
ПВ	битов в/с	1/20	52,34	1,50	0,58	10,28
ПВ	хлеб ржаной	1/10	21,18	0,81	0,34	4,22
			293,44	6,82	7,87	48,84
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
СБ Пермь 2001 № 251	напиток кисломолочный	1/150	77,09	3,45	4,55	5,60
			77,09	3,45	4,55	5,60
			370,53	10,27	12,41	54,44
ОБЕД						
СБ Пермь 2001 № 21	Салат из свежих овощей с оливковым маслом	1/40	48,53	0,84	2,72	5,17
СБ Пермь 2001 № 251	Суп-пюре из разных овощей	1/180	98,32	2,08	3,60	14,40
СБ Новосибирск 2021 №54-10а-2020 (1-3 лет)	Картофель отварной в молоке	1/110	124,76	2,38	4,13	19,33
ПФМ СБ Новосибирск 2021 № 54-7н-2020 (1-3 лет)	Шницель из говядины	1/60	105,80	5,00	6,00	8,20
СБ Пермь 2001 № 242	Компот из яблок с лимоном	1/150	157,04	0,39	0,38	38,03
ПВ	хлеб пшеничный	1/20	46,76	1,58	0,20	9,66
ПВ	хлеб ржаной	1/10	21,18	0,81	0,34	4,22
			605,28	13,08	17,26	99,28
ПОДДВИК УПЛОТНЕННЫЙ						
СБ Пермь 2001 № 46	Суп молочный с овощами	1/160	88,74	2,70	4,50	9,16
СБ Новосибирск 2021 №54-13аа-2020 (1-3 лет)	Напиток из шловоника	1/180	65,87	0,67	0,27	15,20
ПВ	хлеб уплотненный	1/20	46,76	1,58	0,30	9,66
ПВ	хлеб ржаной	1/20	46,36	1,62	0,68	8,44
			247,73	4,57	5,65	42,66
УЖИН						
СБ Новосибирск 2021 №54-6а-2020 (1-7 лет)	Яйцо вареное	1/40	56,40	4,80	4,00	0,30
СБ Новосибирск 54-20ки-2020 (1-3 лет)	Кисель из вишневого	1/160	48,32	0,32	0,11	11,52
			104,72	5,12	4,11	11,82
			1328,35	35,04	39,53	208,12

таблица 1 дет. 5

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Вес блюда, г. 1-Зд.	энергетическая ценность (ккал)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
ЗАВТРАК						
СБ Пермь 2001 № 91	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	1/140	151,61	1,71	5,46	23,90
СБ Новосибирск 2021 № 54-21гу-2020 (1-3 лет)	паштет с яблоком	1/180	73,44	3,00	2,40	9,96
ПВ	битов в/о	1/20	52,34	1,50	0,58	10,28
ПВ	хлеб ржаной	1/10	23,18	0,81	0,34	4,22
ИТОГО ЗАВТРАК			300,57	7,02	8,78	48,36
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
ПВ	салат фруктовый в ассортименте	1/150	63,15	0,75	0,15	14,70
ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК			63,15	0,75	0,15	14,70
ИТОГО ОБА ЗАВТРАКА			363,72	7,77	8,93	63,06
ОБЕД						
СБ Пермь 2001 № 23	Салат картофельный с зеленым горошком	1/40	79,97	2,03	3,33	10,47
СБ Новосибирск 2021 № 54-12с-2020 (1-7 лет)	Суп с рыбными консервами	1/160	99,63	4,32	3,15	13,50
СБ Новосибирск 2021 № 54-1г-2020 (1-3 лет)	макаронны отварные	1/120	149,10	2,30	3,90	26,20
ПФ/СБ Новосибирск 2021 №54-8м-2020 (1-3 лет), СБ Новосибирск 2021 № 564-3соу-2020 (3-7 лет)	Тфлетси из говядины паровые с соусом красным овощным	1/60/25	101,00	5,00	5,00	9,00
ПВ	хлеб овсяно-пшеничный	1/20	46,76	1,38	0,20	9,66
ПВ	хлеб ржаной	1/10	23,18	0,81	0,34	4,22
СБ Новосибирск 2021 № 54-4з-2020 (1-3 лет)	Чай без сахара	1/150	0,40	0,10	0,00	0,00
ИТОГО ОБЕД			600,84	16,14	15,92	73,05
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ						
СБ Новосибирск 2021 № 54-1з-2020 (1-7)	сыр порезанный	1/10	34,20	2,30	3,00	0,00
СБ Пермь 2021 №112	Омлет с кивиной начинкой	1/150	203,16	3,87	13,48	12,58
СБ Пермь 2001 № 255	Молоко кипяченое	1/180	105,73	5,03	5,76	8,44
ПВ	хлеб пшеничный	1/30	70,14	2,37	0,30	14,49
ПВ	хлеб ржаной	1/30	69,54	2,43	1,02	12,66
ИТОГО УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			486,77	16,00	25,56	48,17
УЖИН						
ПВ	Йогурт питьевой в ассортименте	1/160	152,48	5,12	4,00	24,00
ПВ	Фрукты свежие (манго/яблоки)	1/55	49,58	0,77	0,29	10,06
ИТОГО УЖИН			202,06	5,89	4,29	34,06
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1552,69	45,80	54,72	219,24

таблица 2 день 1

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Вес блюда, г. 1-зд.	энергетическая плотность (ккал)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
ЗАВТРАК						
СБ. Новосибирск 2021 № 54-1а-2020 (1-3 лет)	Омлет натуральный с сыром	1/130/13	177,34	7,93	14,90	2,86
СБ. Новосибирск 2021 № 54-4гн-2020 (1-3 лет)	Чай с молоком и сахаром	1/180	44,64	1,32	0,96	7,68
ПВ	батоны в/с	1/15	39,26	1,12	0,44	7,21
ПВ	хлеб ржаной	1/10	23,18	0,81	0,34	4,22
ИТОГО ЗАВТРАК			284,32	11,19	16,64	22,47
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
СБ. Пермь 2001 № 251	вашилок кисломолочный	1/150	77,09	3,45	4,55	5,60
ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК			77,09	3,45	4,55	5,60
ИТОГО ОБА ЗАВТРАКА			361,40	14,64	21,18	28,07
ОБЕД						
СБ. Новосибирск 2021 № 54-5а-2020	салат из свежих помидоров и огурцов	1/40	24,40	0,40	2,00	1,20
СБ. Пермь 2001 № 39	Суп картофельный с мясными фрикадельками	1/180/25	126,90	3,87	1,98	23,40
СБ. Новосибирск 2021 № 54-18г-2020 (1-3 лет)	капусты белоцветочная тушеная	1/120	144,10	2,30	12,10	6,50
СБ. Новосибирск 2021 № «54-25а-2020 (1-3 лет)	Курочка отварная	1/50	124,83	19,58	2,17	6,75
ПВ	сок фруктовый в ассортименте	1/150	42,10	0,50	0,10	9,80
ПВ	хлеб пшеничный	1/20	46,76	1,58	0,20	9,66
ПВ	хлеб ржаной	1/10	23,18	0,81	0,34	4,22
ИТОГО ОБЕД			532,27	29,84	18,89	61,53
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ						
ПВ	Котлеты рыбные из красной рыбы ГИФ ПФ	1/60	62,85	4,00	1,65	8,00
СБ. Новосибирск 2021 № 54-6г-2020 (1-3 лет)	Рис отварной	1/120	163,00	3,00	3,80	29,20
СБ. Новосибирск 2021 № 54-9гн-2020 (1-3 лет)	Чай с брусничной и сахаром	1/180	23,52	0,12	0,00	5,76
ПВ	хлеб пшеничный	1/20	46,76	1,58	0,20	9,66
ПВ	хлеб ржаной	1/20	46,36	1,02	0,68	8,44
ИТОГО УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			342,49	10,32	6,33	61,06
УЖИН						
СБ. Пермь 2001 № 240	Компот из свежих плодов или ягод (яблоки)	1/160	48,19	0,13	0,00	11,92
ПВ	Индюшиные котлетки (сояжик)	1/40	243,88	7,48	8,84	33,60
ИТОГО УЖИН			291,97	7,61	8,84	45,52
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1528,24	61,61	55,74	196,18

новости 2 день 2

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Вес блюда, г. 1-зд.	энергетическая ценность (ккал)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
ЗАВТРАК						
СБ. Пермь 2001 № 90	каша манная молочная жидкая	1/140	118,01	2,87	2,73	20,49
СБ. Новосибирск 2021 № 54-23гв-2020 (1-3 лет)	кофейный напиток с молоком	1/180	70,92	2,76	2,28	9,84
ПВ	батон в/о	1/20	52,34	1,50	0,58	10,28
ПВ	хлеб ржаной	1/10	23,18	0,81	0,34	4,22
ИТОГО ЗАВТРАК			264,45	7,94	5,93	44,83
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
ПВ	сок фруктовый и в ассортименте	1/150	63,15	0,75	0,15	14,70
ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК			63,15	0,75	0,15	14,70
ИТОГО ОБА ЗАВТРАКА			327,60	8,69	6,08	59,53
ОБЕД						
СБ. Новосибирск 2021 № 54-16г-2020 (1-3 лет)	венегрет с растительным маслом	1/40	44,90	0,53	3,47	2,67
СБ. Новосибирск 2021 № 54-8г-2020	Суп картофельный с горохом	1/180	118,31	2,12	2,39	22,07
СБ. Новосибирск 2021 № 54-9г-2020 (1-3 лет)	рагу из овощей	1/120	105,50	2,20	5,50	10,90
ПП/СБ. Новосибирск 54-4м-2020 (1-3 лет)	котлеты из говядины	1/60	107,60	5,00	6,00	8,40
ПВ	хлеб пшеничный	1/10	23,18	0,79	0,10	4,83
ПВ	хлеб ржаной	1/10	23,18	0,81	0,34	4,22
СБ. Новосибирск 2021 № 54-4г-2020 (1-3 лет)	Чай с молоком без сахара	1/150	37,20	1,10	0,80	6,40
ИТОГО ОБЕД			459,17	12,56	19,06	59,48
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ						
СБ. Пермь 2001 № 103	макароник	1/150	155,93	6,37	8,12	14,34
СБ. Новосибирск 2021 № 54-4м-2020 (1-3 лет)	Компот из яблок	1/200	76,40	0,40	0,13	18,40
ПВ	хлеб пшеничный	1/30	70,14	2,37	0,70	14,49
ПВ	хлеб ржаной	1/20	46,36	1,62	0,68	8,44
ИТОГО УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			348,83	10,76	9,24	55,67
УЖИН						
ПВ	Напиток кисломолочный "сижок"	1/160	135,20	5,12	4,00	19,68
ПВ	Фрукт свежий (банан)	1/95	89,78	1,43	0,48	19,95
ИТОГО УЖИНА			224,98	6,55	4,48	39,63
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1366,58	38,55	38,79	214,31

таблица 2 день 3

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Вес блюда, г. 1-3д.	энергетическая ценность (ккал)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
ЗАВТРАК						
СБ Новосибирск 2021 № 54-1т-2020 (1-3 лет)	запеканка из творога	1/140	196,28	6,88	5,32	30,22
СБ Новосибирск 2021 № 54-2т-2020 (1-3 лет)	Чай с сахаром	1/180	23,32	0,12	0,00	5,76
ПВ	багет в/б	1/20	52,34	1,50	0,58	10,28
ПВ	хлеб ржаной	1/10	23,18	0,81	0,34	4,22
ИТОГО ЗАВТРАК			295,32	9,31	6,24	50,48
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
СБ Пермь 2001 № 251	вафельное кисломолочный	1/150	77,09	3,45	4,55	5,60
ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК			77,09	3,45	4,55	5,60
ИТОГО ОБА ЗАВТРАКА			372,41	12,76	10,79	56,07
ОБЕД						
СБ Новосибирск 2021 № 54-3з-2020 (1-3 лет)	попандор в карамели	1/40	17,33	0,80	0,27	2,91
СБ Новосибирск 54-47о-2020 (1-3 лет)	Суп из овощей	1/180	71,24	1,28	3,35	9,00
СБ пермь 2021 №194	рис припущенный с томатом	1/120	180,78	3,16	4,24	32,51
ПВ	Котлета рыбная из белой рыбы ПФ	1/60	66,85	4,00	1,65	9,00
СБ Новосибирск 2021 № 54-2тн-2020 (1-3 лет)	Копилот из курятины	1/150	50,00	0,70	0,00	11,80
ПВ	хлеб пшеничный	1/15	35,07	1,19	0,15	7,25
ПВ	хлеб ржаной	1/10	23,18	0,81	0,34	4,22
ИТОГО ОБЕД			444,46	11,93	9,99	76,71
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ						
ПВ	Сок фруктовый в аэрозольной упаковке	1/150	61,15	0,75	0,15	14,70
ПВ	Пельмени отварные с маслом сливочным ПФ	1/130	192,66	5,20	7,54	26,00
ПВ	Фрукт соевый груша	1/95	49,31	0,34	0,13	11,69
ПВ	хлеб пшеничный	1/10	23,38	0,79	0,10	4,83
ПВ	хлеб ржаной	1/10	23,18	0,81	0,34	4,22
ИТОГО УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			351,68	7,89	8,26	61,44
УЖИН						
СБ Пермь 2001 № 255	Молоко кипяченое	1/180	105,73	5,03	5,76	8,44
ПВ	изделие вафельное (вафли)	1/20	137,50	2,10	8,30	13,60
ИТОГО УЖИН			243,23	7,13	14,06	22,04
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			1411,77	39,72	43,10	216,26

форма 2, лист 4

№ заявки, сборщик	Наименование банда	Вид банда, г. 1-3а	энергетическая мощность (ккал)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
ЗАВТРАК						
С6. Новосибирск 2021 № 54-2а-2020 (1-3 лет)	Овсянка с яблоками и корицей	1740	105,34	7,56	13,03	4,48
С6. Новосибирск 2021 № 54-3а-2020 (1-3 лет)	Тайл с яблоками и корицей	1740	24,00	0,12	0,00	5,83
ПВ	банан рис	1700	32,34	1,50	0,58	10,28
ПВ	клуб. рисовый	1710	23,18	0,81	0,24	4,32
ИТОГО ЗАВТРАК			164,86	9,99	13,84	34,86
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
ПВ	для бурятия и якутия	1730	63,13	0,73	0,13	14,70
ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК			63,13	0,73	0,13	14,70
ИТОГО ОБА ЗАВТРАКА			228,01	10,74	14,00	39,56
ОБЕД						
С6. Новосибирск 2021 № 54-2б-2020	супчик с картофелем	1760	3,23	0,27	0,00	1,07
С6. Новосибирск 2021 № 54-3б-2020 (3-7 лет)	Рапсовое "Линдгемский"	1780	96,07	1,73	4,63	11,88
С6. Пермь 2591	Омлет с картофелем и грибами (3-8 человек)	1720	104,77	2,80	6,08	9,68
ПФО, С. Новосибирск 2021 № 54-4а-2020 (1-3 лет)	Пастушок из говядины	1620	97,00	5,00	5,00	8,00
С6. Новосибирск 54-4а-2020 (1-3 лет)	кнели из мяса	1730	33,00	0,20	0,10	7,60
ПВ	клуб. картофельный	1710	33,07	1,19	0,15	7,25
ПВ	клуб. рисовый	1710	23,14	0,81	0,24	4,32
ИТОГО ОБЕД			284,51	12,85	16,23	49,67
ПОУЖИНЫЕ УДОЛГОВИТЕЛЬЩИЙ						
С6. Новосибирск 2021 № 54-2г-2020 (1-3 лет)	рыба жареная	1730	127,73	7,38	3,23	12,73
С6. Пермь 2001 № 237	Емлет из картофеля и овощей	1780	28,23	0,18	0,00	6,91
ПВ	Пшеница колотая/сечка/пшеница (гфриз, жареная, мякоть)	1710	96,99	0,24	0,03	21,94
ПВ	клуб. картофельный	1710	46,78	1,58	0,20	9,66
ПВ	клуб. рисовый	1710	46,36	1,63	0,68	8,44
ИТОГО УДОЛГОВИТЕЛЬЩИЙ ПОУЖИНЫЕ			265,11	11,00	4,25	61,72
УЖИН						
ПВ	Для три недели в якутия	1740	152,48	5,12	4,00	24,00
ПВ	Фрукт свежий (объем)	1700	46,67	0,25	0,26	10,81
ИТОГО УЖИН			199,15	5,37	4,26	34,81
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			1247,73	39,15	40,89	185,78

таблица 2. лист 3

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Вес блюда, г. 1-За.	энергетическая ценность (ккал)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
ЗАВТРАК						
СБ. Пермь 2001 № 56	Каша пшеничная молочная вязкая	1/180	157,23	0,82	4,96	27,32
СБ. Новосибирск 2021 № 54-73из-2020 (1-3 года)	кофейный завтрак с йогуртом	1/180	70,02	2,76	2,28	9,81
ПВ	батоны вис	1/20	52,34	1,50	0,58	10,28
ПВ	хлеб ржаной	1/10	21,18	0,81	0,34	4,32
ИТОГО ЗАВТРАК			300,67	5,89	8,16	51,66
ВТОРОЙ ЗАВТРАК						
СБ. Пермь 2001 № 251	напиток изюмномолочный	1/150	77,36	3,45	4,38	5,60
ИТОГО ВТОРОЙ ЗАВТРАК			77,36	3,45	4,38	5,60
ИТОГО ОБА ЗАВТРАКА			381,03	9,34	12,74	87,26
ОБЕД						
СБ. Новосибирск 2021 № 54-20из-2020 (1-3 лет)	горошек зеленый	1/40	15,60	1,20	0,13	2,40
СБ. Пермь № 56	Щи из свежей капусты из смеси картофеля с картофелем	1/180	77,03	1,50	4,55	7,66
ПФ/СБ. Новосибирск 54-14из-2020 (1-3 лет), СБ Новосибирск 2021 № 54-35из-2020 (3-7 лет)	фруктовый салат из говядины с соусом красным острым	1/60/25	129,20	6,30	5,20	14,30
СБ. Новосибирск 2021 № 54-26из-2020 (1-3 лет)	картофельный суп-жюльен	1/110	238,98	5,68	6,14	40,24
СБ. Новосибирск 2021 № 54-1ки-2020 (1-3 лет)	кнели из смеси сухофруктов	1/150	0,00	0,00	0,00	0,00
ПВ	хлеб пшеничный	1/15	35,07	1,19	0,15	7,25
ПВ	хлеб ржаной	1/10	21,18	0,81	0,34	4,22
ИТОГО ОБЕД			519,66	16,68	16,52	76,07
ПОЛДНИК УПЛОТНЕННЫЙ						
СБ. Пермь 2001 № 62	Запеканка свиная	1/120	144,99	2,34	11,95	7,02
ПФ/ СБ. Новосибирск 2021 № 54-7из-2020 (1-3 лет)	Шницель из говядины	1/60	106,80	5,00	6,00	8,20
СБ. Новосибирск 2021 №54-13из-2020 (1-3 лет)	Напиток из шиповника	1/180	59,28	0,60	0,24	13,68
ПВ	хлеб пшеничный	1/20	70,14	2,37	0,30	14,49
ПВ	хлеб ржаной	1/10	21,18	0,81	0,34	4,22
ИТОГО УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК			404,39	11,11	18,83	47,61
УЖИН						
СБ. Новосибирск 2021 № 54-21из-2020 (1-3 лет)	Кнели из брусники	1/160	48,75	0,11	0,11	11,84
СБ. Новосибирск 2021 № 54-1из-2020 (1-7)	суп порционный	1/15	54,30	3,45	4,30	0,00
СБ. Новосибирск 2021 № 54-1из-2020 (1-7)	масло сливочное топленое	1/5	65,60	0,10	7,20	0,10
ПВ	хлеб пшеничный	1/10	21,18	0,79	0,10	4,83
ПВ	хлеб ржаной	1/10	21,18	0,81	0,34	4,22
ИТОГО УЖИН			215,21	5,26	12,25	26,99
ИТОГО ЗА ДЕНЬ			1510,28	42,40	60,33	201,92
ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ:			1397,05	41,76	47,00	201,76

		Ккал (ккал/сут)	Б (г/сут)	Ж (г/сут)	У (г/сут)
распределение калорийности					
завтрак 20%	норма	280	8,40	9,40	40,60
	факт	280	8,4	9,4	40,6
Завтрак 5%	норма	70	2,10	2,35	10,15
	факт	70	2,10	2,35	10,15
обед 35 %	норма	490	14,70	16,45	71,05
	факт	490	14,58	16,47	69,99
полдник уплотненный 25 %	норма	350	10,50	11,75	50,75
	факт	350	10,50	11,75	50,75
ужин 15%	норма	210	6,30	7,05	30,45
	факт	210	6,30	7,05	30,45
Итого за 10 дней норма		1400	42,00	47,00	203,00
Итого за 10 дней факт		1400	42,00	47,00	203,00

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений. Пермь 2001.

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для организаций для организации питания воспитанников дошкольных учреждений (от 1 до 7 лет) Новосибирск 2021.

наименование продуктов	нормы, нетто1-3 10,5 ч, (г)	факт, нетто (г)	отклонение от нормы +/- (%)
молоко, кисломолочные продукты	390,00	346,32	-11,20
творог	30,00	28,54	-4,88
сметана	9,00	8,59	-4,57
сыр	4,00	4,00	0,00
мясо	50,00	46,03	-7,95
птица	20,00	20,95	4,74
субпродукты	20,00	0,00	-100,00
рыба	32,00	17,28	-46,00
яйцо гр	40,00	39,58	-1,06
картофель	120,00	124,10	3,42
овощи	180,00	142,90	-20,61
фрукты свежие	95,00	86,90	-8,53
сухофрукты	9,00	10,86	20,67
сок	100,00	100,00	0,00
витаминизированные напитки	0,00	0,00	#ДЕЛ/0!
хлеб ржаной	40,00	40,00	0,00
хлеб пшеничный	60,00	60,00	0,00
крупы, бобовые	30,00	29,48	-1,73
макаронные изделия	8,00	10,63	32,88
мука пшеничная	25,00	9,58	-61,67
масло сливочное	18,00	18,77	4,30
масло растительное	9,00	6,23	-30,76
кондитерские изделия	12,00	12,00	0,00
чай	0,50	1,02	104,80
какао-порошок	0,50	0,48	-3,20
кофейный напиток	1,00	0,72	-28,00
сахар	25,00	24,13	-3,48
дрожжи	0,40	0,00	-100,00
крахмал	2,00	2,01	0,50
соль	3,00	1,08	-63,84