

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 30
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ АБИНСКИЙ РАЙОН

ПРИКАЗ

от 30.11.2021 г.

№ 170

х. Екатериновский

**Об утверждении и введении в действие
примерного 10 - дневного меню для организации питания детей
в возрасте от 1 года до 3 лет и от 3 до 7 лет с 10,5-часовым пребыванием
в МБДОУ детском саду № 30 на зимне-весенний период**

С целью выполнения требований СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утвержденных постановлением главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27 октября 2020 года № 32, на основании приказа управления образования и молодежной политики администрации муниципального образования Абинский район от 26.01.2020 №25 «Об организации питания в дошкольных образовательных организациях муниципального образования Абинский район», в соответствии с пунктом 3 статьи 9 Федерального Закона от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями от 2 июля 2021 года для осуществления присмотра и ухода за детьми дошкольного возраста, осуществления единых подходов к организации питания воспитанников муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения детский сад № 30 муниципального образования Абинский район

п р и к а з ы в а ю:

1. Утвердить примерное 10-дневное меню с учетом физиологических потребностей для организации питания детей в возрасте от 1 до 3 лет и от 3 до 7 лет в МБДОУ детском саду № 30 с 10,5-часовым пребыванием на зимне-весенний период, которое включает в себе методический комплект следующего содержания:

1.1. Примерное меню по сезонам года для групп детей раннего возраста (от 1 до 3-х лет) и дошкольного возраста (от 3-х до 7 лет) на зимне-весенний период;

1.2. Меню-раскладка для групп детей раннего возраста (от 1 до 3-х лет);

1.3. Меню-раскладка для групп детей дошкольного возраста (от 3-х до 7 лет);

1.4. Технологические карты кулинарных изделий (блюд) для двух возрастных категорий детей (от 1 до 3-х лет и от 3-х до 7 лет).

2. Осуществлять организацию питания детей в соответствии с Примерным 10 - дневным меню с 01.12.2021 г.

3. В соответствии с приложением 10 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 режим питания на основе Примерного 10-дневного меню в группах с 10,5-часовым режимом пребывания рассчитать на четыре приема пищи:

завтрак	- 8.15 – 9.00;
второй завтрак	- 10.30 – 11.00;
обед	- 12.30 – 13.10;
полдник	- 15.30 – 16.00.

4. Возложить ответственность за организованный переход на новое Примерное 10-дневное меню на Зам. зав. по АХР – Шемедько Елену Николаевну.


5. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

Заведующий МБДОУ
детский сад № 30



О.В.Беленко

Ознакомлена:



Е.Н. Шемедько

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД № 30
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ АБИНСКИЙ РАЙОН

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

МБДОУ детский сад № 30

О.В.Беленко
приказ № 170 от 30.11. 2021 г.



**МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
НА ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД**

для возрастных категорий от 1 года до 3-х лет и от 3-х до 7 лет

	вода	130	150											
	Плов с мясом			160	180	13,08	18,40	19,17	26,58	27,43	39,70	185,00	302,35	88 алгоритм
	мясо	75	85											
	рис	30	40											
	морковь	12	15											
	лук	10	12											
	масло сливочное	2	3											
	масло растительное	2	2											
	вода	50	75											
	Салат из квашенной капусты и зеленым горошком			40	60	1,11	1,48	2,32	2,47	4,30	5,70	41,00	48,00	152 орг.дет.пит.
	капуста квашеная	30	50											
	зеленый горошек	15	20											
	лук	5	6											
	масло растительное	2	2											
	Компот из сухофруктов			150	180	0,20	0,40	0,00	0,00	17,70	20,40	64,80	80,50	92 алгоритм
	сухофрукты	11	13											
	сахар	5	6											
	вода	150	180											
	Хлеб пшеничный	20	27	20	27	1,52	2,05	0,16	0,22	9,80	13,30	47,00	63,00	120 алгоритм
	Хлеб ржаной	28	35	28	35	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм
итого за обед:						19,28	26,89	26,66	35,66	86,83	113,40	530,90	728,85	
	Булочка "Витьба"			60	70	6,00	7,00	5,20	7,82	29,12	32,60	174,00	202,00	134 азб. пит.
	мука пшеничная	41	48											
	молоко	15	20											
	яйцо	6	6											
	сахар	4	5											
	дрожжи	0,7	0,9											
	масло сливочное	2	2											
	масло растительное	1	1											
	Молоко кипяченое	150	180	150	180	3,77	4,35	3,25	3,75	6,20	7,20	70,00	81,00	89 алгоритм
итого за полдник:						9,77	11,35	8,45	11,57	35,32	39,80	244,00	283,00	
	Соль йодированная	2,25	3,75	2,25	3,75									
Итого за день:						39,00	52,17	51,51	69,99	182,58	236,37	1237,76	1555,66	

	морковь	13	17												
	лук	13	17												
	молоко	10	15												
обед:	яйцо	30	30												
	масло растительное	4	5												
	Картофельное пюре			120	150	3,86	3,95	4,20	4,43	22,32	24,80	144,00	147,00	694 сб. рец.	
	картофель:														
	01.09 - 31.10	140	180												
	31.10 - 31.12	145	185												
	31.12 - 28.02	160	200												
	29.02 - 01.09	170	210												
	молоко	20	30												
	масло сливочное	3	4												
	Овощи порционные			40	60	0,27	0,38	0,03	0,05	0,57	0,84	4,57	6,00	42 орг.дет.пит.	
	огурцы соленые или помидоры соленые	40	60												
	Компот из свежих фруктов			150	180	0,16	0,18	0,16	0,18	11,90	14,40	51,00	61,00	90 алгоритм	
	фрукты свежие	35	45												
	сахар	5	6												
	вода	150	180												
	Хлеб пшеничный	20	27	20	27	1,52	2,05	0,16	0,22	9,80	13,30	47,00	63,00	120 алгоритм	
Хлеб ржаной	28	35	28	35	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм		
итого за обед:					23,50	31,92	15,49	19,20	68,67	81,68	530,37	642,40			
полдник:	Пудинг творожный со сметаной			110/20	130/20	16,00	20,90	13,02	16,00	21,10	26,40	184,00	215,60	59 рец.бл.	
	творог	75	95												
	рис	5	7												
	яйцо	10	10												
	молоко	10	20												
	сахар	4	5												
	масло сливочное	2	3												
сметана	20	20													
Молочный продукт	150	180	150	180	3,77	4,35	3,25	3,75	6,20	7,20	70,00	81,00	89 алгоритм		
итого за полдник:					19,77	25,25	16,27	19,75	27,30	33,60	254,00	296,60			
	Соль йодированная	2,25	3,75	2,25	3,75										
Итого за день:					54,40	74,12	45,03	55,65	152,31	195,79	1196,97	1438,84			

	лук	10	12												
	яйцо	6	6												
	крахмал	7	10												
	масло растительное	3	5												
обед:	Рагу из овощей			120	150	2,83	3,64	6,45	8,50	15,49	24,09	115,97	152,82	182 рец. бл.	
	картофель:														
	01.09 - 31.10	80	100												
	31.10 - 31.12	85	105												
	31.12 - 28.02	100	120												
	29.02 - 01.09	110	130												
	капуста свежая	50	60												
	морковь	10	12												
	лук	10	12												
	томат-паста	10	12												
	масло сливочное	2	2												
	масло растительное	3	4												
	Компот из свежих фруктов			150	180	0,16	0,18	0,16	0,18	11,90	14,40	51,00	61,00	90 алгоритм	
	фрукты свежие	35	45												
	сахар	5	6												
вода	150	180													
Хлеб пшеничный	20	27	20	27	1,52	2,05	0,16	0,22	9,80	13,30	47,00	63,00	120 алгоритм		
Хлеб ржаной	28	35	28	35	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм		
итого за обед:					30,33	34,62	21,06	29,14	69,99	91,14	600,97	714,03			
полдник:	Каша гречневая молочная			150	200	5,30	6,40	2,80	2,90	26,70	37,20	152,10	203,42	679 сб. рец.	
	крупa гречневая	15	17												
	молоко	130	150												
	вода	20	50												
	сахар	4	5												
	масло сливочное	3	4												
	Хлеб пшеничный	15	20	15	20	1,14	1,52	0,12	0,16	7,35	9,80	35,25	47,00	120 алгоритм	
	Какао на молоке			180	200	3,36	3,41	2,84	3,01	14,88	16,00	99,60	101,11	89 алгоритм	
	какао-порошок	1,2	1,5												
	молоко	130	150												
вода	50	50													
сахар	5	6													
итого за полдник:					9,80	11,33	5,76	6,07	48,93	63,00	286,95	351,53			
	Соль йодированная	2,25	3,75	2,25	3,75										
Итого за день:					53,11	63,00	46,42	59,86	157,09	198,53	1293,92	1550,02			

	хлеб пшеничный	5	9											
	масло растительное	2	2											
	Рис отварной с овощами			110	130	2,32	2,78	6,68	8,60	28,10	34,21	125,00	150,00	684 сб. рец.
	рис	33	40											
	морковь	12	15											
	лук	12	15											
	масло сливочное	2	3											
	масло растительное	2	2											
	вода	50	70											
	Салат из квашеной капусты со свеклой			40	60	1,04	1,24	2,06	3,08	2,90	3,50	36,00	48,00	115 азб. пит.
	капуста квашеная	30	45											
	свекла	20	24											
	лук	5	6											
	масло растительное	2	3											
	Кисель из сухофруктов			150	180	0,31	0,35	0,01	0,02	18,20	21,40	75,00	88,00	885 сб. рец.
	сухофрукты	11	13											
	сахар	5	6											
	крахмал	8	12											
	вода	150	180											
	Хлеб пшеничный	15	20	15	20	1,14	1,52	0,12	0,16	7,35	9,80	35,25	47,00	120 алгоритм
	Хлеб ржаной	28	35	28	35	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм
итого за обед:						21,58	28,51	27,80	39,72	93,25	112,61	569,25	699,00	
	Пирожок с повидлом			60	70	10,37	12,88	5,40	6,48	22,40	25,70	152,70	197,67	89 рец. бл.
	мука пшеничная	35	42											
	молоко	14	17											
	яйцо	7	7											
	сахар	2	3											
	дрожжи	0,8	0,9											
	масло сливочное	2	2											
	масло растительное	2	3											
	повидло	20	30											
	Кофейный напиток на молоке			180	200	4,52	4,83	3,91	4,18	17,04	19,11	122,40	134,44	57 азб. пит.
	кофейный напиток	1,8	2,25											
	молоко	130	150											
	сахар	5	6											
	вода	50	50											
итого за полдник:						14,89	17,71	9,31	10,66	39,44	44,81	275,10	332,11	
	Соль йодированная	2,25	3,75	2,25	3,75									
Итого за день:						42,12	55,81	48,02	63,24	190,91	226,47	1210,81	1481,90	

Неделя: первая
 День недели: пятница
 Период: зимне-весенний
 Возрастная категория: 1-3 года/3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Брутто		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
		ясли	сад	ясли	сад	Белки		Жиры		Углеводы		ясли	сад	
Неделя 1						ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
День 5		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
завтрак:	Каша молочная "Дружба"			150	200	5,21	6,16	6,48	7,07	20,80	27,60	155,00	237,23	99 алгоритм
	рис	7	8											
	пшено	8	9											
	молоко	130	150											
	масло сливочное	4	5											
	вода	20	50											
	сахар	4	5											
	Хлеб пшеничный с маслом			20/5	25/5	1,60	2,40	4,60	4,60	9,90	14,90	87,00	111,00	1 сб. рец.
	хлеб пшеничный	20	25											
	масло сливочное	5	5											
	второй завтрак:	Чай с сахаром			180	200	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	13,33	48,00	53,33
чай заварка		0,45	0,55											
сахар		6	7											
вода		180	200											
Фрукты свежие		102	105	102	105	0,41	0,42	0,41	0,42	10,00	10,30	48,00	49,00	847 сб. рец.
итого за завтрак:					7,22	8,98	11,49	12,09	52,70	66,13	338,00	450,56		
обед:	Борщ на мясном бульоне			150	200	4,24	6,99	5,61	7,82	14,80	18,30	123,00	167,00	185 рец. бл.
	картофель:													
	01.09 - 31.10	60	70											
	31.10 - 31.12	66	76											
	31.12 - 28.02	70	80											
	29.02 - 01.09	80	90											
	мясо	15	16											
	свекла	10	20											
	капуста свежая	20	30											
	морковь	12	15											
	лук	12	15											
	томат-паста	5	6											
	зелень	2	3											
	сметана	8	12											
	масло сливочное	2	2											
	масло растительное	3	3											
	вода на бульон	130	150											
Жаркое по-домашнему			140	160	13,53	16,36	14,34	16,66	20,30	24,90	200,00	301,00	590 сб. рец.	

обед:	мясо	65	71											
	картофель:													
	01.09 - 31.10	180	200											
	31.10 - 31.12	185	205											
	31.12 - 28.02	190	220											
	29.02 - 01.09	210	230											
	морковь	12	15											
	лук	12	15											
	масло сливочное	3	4											
	масло растительное	3	3											
	Салат из соленых огурцов или соленых помидоров			40	60	0,40	0,60	2,00	2,10	1,00	1,60	25,00	28,00	116 алгоритм
	огурцы соленые или помидоры соленые	40	60											
	лук	7	10											
	масло растительное	2	3											
	Компот из свежих фруктов			150	180	0,16	0,18	0,16	0,18	11,90	14,40	51,00	61,00	90 алгоритм
фрукты свежие	35	45												
сахар	5	6												
вода	150	180												
Хлеб пшеничный	20	27	20	27	1,52	2,05	0,16	0,22	9,80	13,30	47,00	63,00	120 алгоритм	
Хлеб ржаной	28	35	28	35	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм	
итого за обед:					21,42	28,14	22,58	27,37	71,60	89,80	511,00	701,00		
полдник:	Запеканка творожная со сгущенным молоком			120/10	130/20	13,69	17,84	11,45	14,31	17,20	24,80	207,00	258,00	42 азб. пит.
	творог	75	95											
	крупа манная	5	7											
	яйцо	10	10											
	сахар	4	5											
	молоко	10	20											
	масло сливочное	1	2											
	сгущенное молоко	10	20											
	Какао на молоке			180	200	3,36	3,41	2,84	3,01	14,88	16,00	99,60	101,11	89 алгоритм
	какао-порошок	1,2	1,5											
	сахар	5	6											
молоко	130	150												
вода	50	50												
итого за полдник:					17,05	21,25	14,29	17,32	32,08	40,80	306,60	359,11		
	Соль йодированная	2,25	3,75	2,25	3,75									
Итого за день:					45,69	58,37	48,36	56,78	156,38	196,73	1155,60	1510,67		

	вода	130	150											
	Субпродукты по-строгановски			60	80	8,60	11,52	3,47	4,62	33,00	44,00	102,10	130,21	50 рецептура
	субпродукты	75	95											
обед:	мука пшеничная	2	2											
	морковь	13	17											
	лук	13	17											
	сметана	10	12											
	вода	30	40											
	масло растительное	3	3											
	Вермишель отварная с маслом			110	130	1,67	2,44	2,65	3,46	12,60	15,50	94,00	120,25	414 сб. рец.
	макаронные изделия	38	45											
	масло сливочное	3	4											
	Салат из квашеной капусты со свеклой и зеленым горошком			40	60	1,11	1,48	2,32	2,47	4,30	5,70	41,00	48,00	152 орг.дет.пит.
	капуста квашеная	20	30											
	свекла	12	18											
	лук	5	6											
	зеленый горошек	15	22											
	масло растительное	2	3											
	Компот из сухофруктов			150	180	0,20	0,40	0,00	0,00	17,70	20,40	64,80	80,50	92 алгоритм
	сухофрукты	11	13											
	сахар	5	6											
вода	150	180												
Хлеб пшеничный	20	27	20	27	1,52	2,05	0,16	0,22	9,80	13,30	47,00	63,00	120 алгоритм	
Хлеб ржаной	28	35	28	35	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм	
итого за обед:					16,59	22,86	15,03	18,71	103,80	131,90	553,90	689,16		
полдник:	Булочка с "посыпкой"			60	70	5,00	5,73	5,38	6,80	22,20	26,20	145,00	189,00	85 орг. дет. пит.
	мука пшеничная	41	48											
	молоко	15	20											
	яйцо	5	5											
	сахар	4	5											
	дрожжи	0,7	0,9											
	масло сливочное	2	2											
	масло растительное	1	1											
Молочный продукт	150	180	150	180	3,77	4,35	3,25	3,75	6,20	7,20	70,00	81,00	89 алгоритм	
итого за полдник:					8,77	10,08	8,63	10,55	28,40	33,40	215,00	270,00		
	Соль йодированная	2,25	3,75	2,25	3,75									
Итого за день:					38,36	50,04	39,44	48,33	169,54	207,84	1162,15	1410,07		

	Голубцы ленивые со сметанным соусом			150/30	180/30	10,41	15,30	14,30	18,60	13,90	22,30	265,00	296,00	14 азб. пит.
	мясо	65	70											
	рис	6	8											
	капуста свежая	180	200											
	лук	8	12											
	морковь	8	12											
	томат-паста	10	12											
	масло растительное	2	2											
	для соуса:													
	сметана	13	13											
	мука пшеничная	2	3											
	масло сливочное	2	2											
	вода	20	20											
	Овощи порционные			40	60	0,27	0,38	0,03	0,05	0,57	0,84	4,57	6,00	42 орг. дет. пит.
	огурцы соленые или помидоры соленые	40	60											
	Компот из свежих фруктов			150	180	0,16	0,18	0,16	0,18	11,90	14,40	51,00	61,00	90 алгоритм
	фрукты свежие	35	45											
	сахар	5	6											
	вода	150	180											
	Хлеб пшеничный	20	27	20	27	1,52	2,05	0,16	0,22	9,80	13,30	47,00	63,00	120 алгоритм
	Хлеб ржаной	28	35	28	35	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм
итого за обед:						17,13	24,45	19,97	27,93	67,97	91,64	531,57	643,00	
	Сырники из творога со сгущенным молоком			110/20	120/30	18,66	23,65	10,93	13,48	18,30	23,35	182,10	239,20	463 сб. рец.
	творог	100	110											
	мука пшеничная	13	15											
	яйцо	5	5											
	сахар	4	5											
	масло растительное	2	2											
	сгущенное молоко	20	30											
	Молоко кипяченое	150	180	150	180	3,77	4,35	3,25	3,75	6,20	7,20	70,00	81,00	89 алгоритм
итого за полдник:						22,43	28,00	14,18	17,23	24,50	30,55	252,10	320,20	
	Соль йодированная	2,25	3,75	2,25	3,75									
Итого за день:						44,97	62,17	44,96	57,08	152,97	195,92	1141,67	1414,03	

	Шницель из мяса птицы запеченный			60	70	10,50	12,83	10,53	11,95	3,30	3,80	115,00	118,00	50 орг. дет. пит.
	мясо птицы	85	102											
	лук	10	12											
	хлеб пшеничный	5	7											
	масло растительное	3	4											
	Каша гречневая			110	130	2,40	3,57	2,98	3,71	20,00	22,00	113,70	117,63	113 рецептура
	крупа гречневая	30	40											
	вода	60	70											
	масло сливочное	2	3											
	Овощи порционные			40	60	0,27	0,38	0,03	0,05	0,57	0,84	4,57	6,00	42 орг. дет. пит
	огурцы соленые или помидоры соленые	40	60											
	Компот из сухофруктов			150	180	0,20	0,40	0,00	0,00	17,70	20,40	64,80	80,50	92 алгоритм
	сухофрукты	11	13											
	сахар	5	6											
	вода	150	180											
	Хлеб пшеничный	20	27	20	27	1,52	2,05	0,16	0,22	9,80	13,30	47,00	63,00	120 алгоритм
	Хлеб ржаной	28	35	28	35	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм
итого за обед:						20,74	28,04	24,61	30,12	68,17	81,39	590,13	666,96	
	Яйцо отварное	40	40	40	40	2,08	2,08	2,60	2,60	0,21	0,21	43,00	43,00	77 рецептура
	Икра кабачковая	40	60	40	60	0,72	1,08	3,56	5,34	3,12	4,68	48,00	72,00	119 сб. рец.
	Хлеб ржаной	20	30	20	30	1,12	1,68	0,22	0,33	9,90	10,90	46,00	56,00	121 алгоритм
	Сок фруктовый	150	180	150	180	0,75	0,90	0,15	0,90	20,12	23,95	100,25	115,50	437 кар. блюд
	Кондитерское изделие	20	50	20	50	4,35	6,25	4,98	6,68	20,60	37,65	56,40	114,30	120 алгоритм
итого за полдник:						9,02	11,99	11,51	15,85	53,95	77,39	293,65	400,80	
	Соль йодированная	2,25	3,75	2,25	3,75									
Итого за день:						40,19	53,98	50,87	64,77	181,96	231,39	1268,18	1565,20	

	молоко	10	20											
	масло сливочное	2	2											
	масло растительное	1	2											
обед:	лук	12	15											
	Икра свекольная			110	130	0,89	1,21	3,50	4,82	4,90	6,60	50,00	54,00	380 карт. блюд
	свекла	130	160											
	лук	10	12											
	томат-паста	6	10											
	чеснок	1	2											
	масло сливочное	1	2											
	масло растительное	1	2											
	Компот из сухофруктов			150	180	0,20	0,40	0,00	0,00	17,70	20,40	64,80	80,50	92 алгоритм
	сухофрукты	11	13											
	сахар	5	6											
	вода	150	180											
	Хлеб пшеничный	20	27	20	27	1,52	2,05	0,16	0,22	9,80	13,30	47,00	63,00	120 алгоритм
	Хлеб ржаной	28	35	28	35	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм
итого за обед:					25,61	33,60	16,00	22,51	64,30	80,50	490,50	648,50		
полдник:	Булочка молочная			60	70	7,20	7,50	5,52	6,78	31,33	36,55	168,40	185,80	84 рецептура
	мука пшеничная	41	48											
	молоко	15	20											
	яйцо	6	6											
	сахар	4	5											
	дрожжи	0,8	0,9											
	масло растительное	1	2											
	масло сливочное	2	2											
	Кофейный напиток на молоке			180	200	4,52	4,83	3,91	4,18	17,04	19,11	122,40	134,44	57 азб. пит.
	кофейный напиток	1,8	2,25											
молоко	130	150												
сахар	5	6												
вода	50	50												
итого за полдник:					11,72	12,33	9,43	10,96	48,37	55,66	290,80	320,24		
	Соль йодированная	2,25	3,75	2,25	3,75									
Итого за день:					42,83	55,73	35,93	45,07	173,27	209,69	1151,30	1430,40		

	хлеб пшеничный	5	10											
	масло растительное	3	3											
	для соуса:													
	морковь	5	5											
	лук	8	9											
	томат-паста	4	5											
	масло растительное	1	1											
	Картофельное пюре			120	150	3,86	3,95	4,20	4,43	22,32	24,80	144,00	147,00	694 сб. рец.
	картофель:													
	01.09 - 31.10	140	180											
	31.10 - 31.12	145	185											
	31.12 - 28.02	160	200											
	29.02 - 01.09	170	210											
	молоко	20	30											
	масло сливочное	3	4											
	Салат из свеклы с зеленым горошком			40	60	0,60	0,80	2,10	2,12	3,80	5,10	37,00	53,00	152 орг.дет.п.
	свекла	30	50											
	лук	7	10											
	зеленый горошек	15	20											
	масло растительное	2	3											
	Компот из сухофруктов			150	180	0,20	0,40	0,00	0,00	17,70	20,40	64,80	80,50	92 алгоритм
	сухофрукты	11	13											
	сахар	5	6											
	вода	150	180											
	Хлеб пшеничный	20	27	20	27	1,52	2,05	0,16	0,22	9,80	13,30	47,00	63,00	120 алгоритм
	Хлеб ржаной	28	35	28	35	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм
итого за обед:						30,96	34,07	22,14	29,41	90,92	106,40	662,80	767,50	
	Кондитерское изделие	50	70	50	70	6,25	7,98	6,68	9,01	37,65	40,99	114,30	167,80	120 алгоритм
	Чай с сахаром			180	200	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	13,33	48,00	53,33	56 азб. пит.
	чай заварка	0,45	0,55											
	сахар	6	7											
	вода	180	200											
	Фрукты свежие	102	105	102	105	0,41	0,42	0,41	0,42	10,00	10,30	48,00	49,00	847 сб. рец.
итого за полдник:						6,66	8,40	7,09	9,43	59,65	64,62	210,30	270,13	
	Соль йодированная	2,25	3,75	2,25	3,75									
Итого за день:						49,99	56,69	43,58	56,18	206,27	237,24	1315,16	1546,20	
Среднее значение за период:						45,066	58,208	45,412	57,695	172,328	213,597	1213,352	1490,299	