

МЕНЮ ОСНОВНОГО (Организованного) ПИТАНИЯ
ДЛЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА
ОТ 1,5 ДО 3-х ЛЕТ
МАДОУ "ДЕТСКИЙ САД № 261 "ИСТОКИ"
10,5 ЧАСОВОЙ РЕЖИМ ПРЕБЫВАНИЯ

1 - 2 НЕДЕЛЯ

УТВЕРЖДЕНО:
приказом заведующего
МАДОУ «Детский сад № 261 «Истоки»

Приказ от 01.04.2024 г. № 17-осн

Т.В. Бочкарева



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3 г.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
1 НЕДЕЛЯ							
ДЕНЬ 1							
ЗАВТРАК							
	Каша вязкая (на молоке геркулес)	150,0	9,2	4,5	32,6	130,0	182
	Батон пшеничный	25,0	1,5	4,7	9,1	85,0	-
	Повидло	5,0	0,0	0,0	7,5	30,0	1 (т)
	Чай с сахаром	180,0	0,1	0,0	10,0	40,0	411
ИТОГО		360,0	10,8	9,2	59,2	285,0	
ОБЕД							
	Суп картофельный с бобовыми на м/б	150,0	5,2	3,4	24,7	120,0	87
	Сметана	9,0	0,3	1,5	0,3	8,0	-
	Сухарики пшеничные	10,0	1,6	0,4	16,9	42,5	3 (т)
	Сухарики ржано-пшеничные	10,0	1,5	0,3	7,5	19,5	4 (т)
	Винегрет	40,0	2	0,3	4	20,0	46
	Соте из субпродуктов	150,0	10,0	6,0	10,0	50,0	8 (т)
	Компот из сушеных фруктов	150,0	0,4	0,0	8,0	20,0	394
	Хлеб ржано-пшеничный	10,0	1,5	0,3	7,5	19,5	-
	Хлеб пшеничный йодированный	10,0	2,8	0,4	16,9	42,5	-
ИТОГО		539,0	25,2	12,5	95,9	342,0	
ПОЛДНИК							
	Молоко кипяченое	140,0	5,5	4,9	9,1	100,0	419
	Печенье	60,0	4,1	8,4	31,3	332,0	
ИТОГО		200,0	9,6	13,3	40,4	432,0	
УЖИН							
	Бульон из кур	165,0	1,0	6,3	2,6	58,0	116
	Яйцо отварное вкрутую	50,0	12,6	10,6	1,1	155,0	227
	Гренки из пшеничного хлеба	15,0	3,7	4,5	22,8	85,0	123
	Хлеб ржано-пшеничный	20,0	1,5	0,3	7,5	39,0	-
	Сок фруктовый	150,0	0,5	0,0	5,0	38,0	418
ИТОГО		400,0	19,2	21,7	39,1	375,0	
	Итого за первый день	1499,0	64,8	56,7	234,5	1434,0	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3 г.	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
ДЕНЬ 2							
ЗАВТРАК							
	Каша вязкая (на молоке ячка)	130,0	6,1	6,2	20,0	143,0	182
	Сыр	8,0	1,2	1,5	0,2	18,0	7
	Яйцо отварное вкрутую	50,0	6,0	5,0	0,5	155,0	227
	Батон пшеничный	25,0	1,5	4,7	9,1	85,0	-
	Масло	5,0	0,1	3,6	0,1	33,0	6
	Кофейный напиток с молоком	160,0	2,9	2,4	14,4	91,0	414
ИТОГО		378,0	17,7	23,4	44,3	525,0	
ОБЕД							
	Щи из свежей капусты с картофелем на к/б с мяс	150,0	1,1	3,1	5,4	84,0	73
	Сметана	9,0	0,3	1,5	0,3	8,0	-
	Сухарики пшеничные	10,0	1,6	0,4	16,9	42,5	3 (т)
	Сухарики ржано-пшеничные	10,0	1,5	0,3	7,5	19,5	4 (т)
	Гаше мясное/Гуляш из отварного мяса	50,0	7,7	6,2	2,0	140,0	293
	Каша гречневая с овощами	110,0	3,0	2,9	10,0	100,0	9 (т)
	Кисель из сока натурального	150,0	0,3	0,0	8,0	20,0	400
	Хлеб ржано-пшеничный	10,0	1,5	0,3	7,5	19,5	-
	Хлеб пшеничный йодированный	10,0	2,8	0,4	16,9	42,5	-
ИТОГО		509,0	19,8	15,1	74,5	476,0	
ПОЛДНИК							
	Кисломолочный напиток	180,0	3,8	3,1	5,9	52,8	420
	Рулет с творогом	60,0	4,4	7,5	40,4	214,8	10
ИТОГО		240,0	8,2	10,6	46,3	267,6	
УЖИН							
	Рагу овощное	110,0	4,6	13,0	18,0	160,0	11 (т)
	Котлета рубленая	70,0	9,3	7,3	9,4	138,0	299
	Сок фруктовый	100,0	1,0	0,0	10,0	76,0	418
	Плоды свежие	100,0	0,4	0,4	9,8	44,0	386
	Хлеб ржано-пшеничный	20,0	1,5	0,3	7,5	39,0	-
	Хлеб пшеничный йодированный	15,0	2,8	0,4	16,9	85,0	-
ИТОГО		415,0	19,6	21,4	71,6	542,0	
	Итого за второй день	1542,0	65,3	70,5	236,6	1810,6	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3 г.	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
ДЕНЬ 3							
ЗАВТРАК							
	Каша вязкая (на молоке полтавская)	150,0	4,5	6,0	26,8	135,0	182
	Сыр	8,0	1,2	1,5	0,2	18,0	7
	Батон пшеничный	25,0	1,5	4,7	9,1	85,0	-
	Масло	5,0	0,1	3,6	0,1	33,0	6
	Какао с молоком	170,0	2,6	2,3	4,0	74,2	416
ИТОГО		358,0	9,8	18,1	40,2	345,2	
ОБЕД							
	Борщ с картофелем на к/б с мяс.	150,0	2,2	6,5	16,3	68,3	64
	Сметана	9,0	0,3	1,5	0,3	8,0	-
	Сухарики пшеничные	10,0	1,6	0,4	16,9	42,5	3 (т)
	Сухарики ржано-пшеничные	10,0	1,5	0,3	7,5	19,5	4 (т)
	Рыба запеченая	70,0	19,3	4,7	13,9	195,0	12 (т)
	Овощи с рисом	110,0	2,3	3,3	20,9	122,5	334
	Сок фруктовый	150,0	0,5	0,0	5,0	38,0	418
	Хлеб ржано-пшеничный	10,0	1,5	0,3	7,5	19,5	-
	Хлеб пшеничный йодированный	10,0	2,8	0,4	16,9	42,5	-
ИТОГО		529,0	31,9	17,3	105,2	555,8	
ПОЛДНИК							
	Компот из свежих плодов (яблоки)	160,0	0,2	0,0	8,0	20,0	390
	Вафли венские	40,0	0,2	2,6	21,0	185,0	13 (т)
ИТОГО		200,0	0,4	2,6	29,0	205,0	
УЖИН							
	Запеканка из творога (с яблоками)	145,0	6,1	5,0	7,0	200,0	251
	Сгущенное молоко	10,0	0,6	7,0	9,4	26,0	-
	Морковь отварная порционно	60,0	0,3	4,8	2,0	32,0	14 (т)
	Чай с сахаром и молоком	150,0	2,7	2,3	11,3	77,0	413
	Хлеб ржано-пшеничный	15,0	1,5	0,3	7,5	39,0	-
	Хлеб пшеничный йодированный	20,0	2,8	0,4	16,9	85,0	-
ИТОГО		400,0	14,0	19,8	54,1	459,0	
	Итого за третий день	1487,0	56,1	57,8	228,5	1565,0	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3 г.	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
ДЕНЬ 4							
ЗАВТРАК							
	Каша вязкая (на молоке пшено)	150,0	3,4	6,0	27,1	100,0	183
	Батон пшеничный	25,0	1,5	4,7	9,1	85,0	-
	Масло	5,0	0,1	3,6	0,1	33,0	6
	Сыр	8,0	1,2	1,5	0,2	18,0	7
	Чай с сахаром и молоком	180,0	0,1	0,0	10,0	40,0	413
ИТОГО		368,0	6,2	15,8	46,5	276,0	
ОБЕД							
	Рассольник "Ленинградский" с мясом говяд.	150,0	9,2	6,5	21,0	80,0	82
	Сметана	9,0	0,3	1,5	0,3	8,0	-
	Сухарики пшеничные	10,0	1,6	0,4	16,9	42,5	3 (т)
	Сухарики ржано-пшеничные	10,0	1,5	0,3	7,5	19,5	4 (т)
	Биточки рубленые из курицы	70,0	10,7	2,2	5,3	50,0	14 (т)
	Овощи припущенные со слив.маслом	110,0	1,5	2,8	12,8	73,8	349
	Сок фруктовый	150,0	0,5	0,0	5,0	38,0	418
	Хлеб ржано-пшеничный	10,0	1,5	0,3	7,5	19,5	-
	Хлеб пшеничный йодированный	10,0	2,8	0,4	16,9	42,5	-
ИТОГО		529,0	29,5	14,4	93,2	373,8	
ПОЛДНИК							
	Молоко кипяченое	170,0	5,5	4,9	9,1	131,0	419
	Слойка с яблоками	50,0	7,7	6,0	26,0	265,8	16
ИТОГО		220,0	13,1	10,9	35,1	396,8	
УЖИН							
	Соус томатный	10,0	0,0	0,1	0,1	3,1	366
	Колбаски капустно-мясные	70,0	4,1	4,5	5,2	90,0	17 (т)
	Овощное пюре	110,0	2,0	3,2	13,6	85,0	18 (т)
	Какао с молоком	180,0	2,6	2,3	4,0	74,2	416
	Хлеб ржано-пшеничный	20,0	1,5	0,3	7,5	39,0	-
	Хлеб пшеничный йодированный	15,0	2,8	0,4	16,9	85,0	-
ИТОГО		405,0	13,0	10,8	47,3	376,3	
	Итого за четвертый день	1522,0	61,9	51,9	222,1	1422,9	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда 1-3 г.	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
ДЕНЬ 5							
ЗАВТРАК							
	Каша вязкая (на молоке манка)	130,0	5,4	6,2	26,2	143,0	182
	Батон пшеничный	25,0	1,5	4,7	9,1	85,0	-
	Повидло	5,0	0,0	0,0	3,2	15,0	1 (т)
	Яйцо отварное вкрутую	50,0	6,0	5,0	0,5	155,0	227
	Чай с сахаром и молоком	160,0	0,1	0,0	10,0	40,0	413
ИТОГО		370,0	13,0	15,9	49,0	438,0	
ОБЕД							
	Суп "Паутинка" на к/б с мяс.	150,0	1,3	3,2	9,0	68,3	18 (т)
	Сметана	9,0	0,3	1,5	0,3	8,0	-
	Сухарики пшеничные	10,0	1,6	0,4	16,9	42,5	3 (т)
	Сухарики ржано-пшеничные	10,0	1,5	0,3	7,5	19,5	4 (т)
	Плов мясной с перловой крупой и овощами	160,0	6,0	2,8	8,0	198,0	19 (т)
	Сок фруктовый	150,0	0,1	0,0	2,0	67,1	418
	Овощи свежие/вареные	30,0	0,2	0,8	1,6	7,5	21 (т)
	Хлеб ржано-пшеничный	10,0	1,5	0,3	7,5	19,5	-
	Хлеб пшеничный йодированный	10,0	2,8	0,4	16,9	42,5	-
ИТОГО		539,0	15,3	9,7	69,8	472,9	
ПОЛДНИК							
	Кисломолочный напиток	130,0	3,8	3,1	5,9	52,8	420
	Кекс " яблочный"	70,0	4,6	7,5	18,5	214,8	34 (т)
ИТОГО		200,0	8,4	10,6	24,4	267,6	
УЖИН							
	Суп молочный с макаронными изделиями	150,0	5,9	8,1	18,6	14,0	100
	Плоды свежие	100,0	0,4	0,4	9,8	44,0	386
	Чай с сахаром	160,0	0,1	0,0	10,0	40,0	411
	Хлеб пшеничный йодированный	15,0	2,8	0,4	16,9	85,0	-
	Хлеб ржано-пшеничный	20,0	1,5	0,3	7,5	39,0	-
ИТОГО		445,0	10,7	9,2	62,8	222,0	
Итого за пятый день		1554,0	47,4	45,4	206,0	1400,4	
Среднее значение за период:		1520,8	59,1	56,5	225,5	1526,6	

Прием пищи	Наименование блюда	Пищевые вещества					Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Вес блюда 1-3 г.	Б	Ж	У			
2 НЕДЕЛЯ								
ДЕНЬ 1								
ЗАВТРАК								
	Каша вязкая (на молоке пшеничная)	150,0	5,1	6,2	18,0	130,0	182	
	Батон пшеничный	25,0	1,5	4,7	9,1	85,0	-	
	Масло	5,0	0,1	3,6	0,1	33,0	6	
	Сыр	8,0	1,2	1,5	0,2	18,0	7	
	Чай с сахаром	170,0	0,1	0,0	10,0	40,0	411	
ИТОГО		358,0	7,9	16,0	37,4	306,0		
ОБЕД								
	Суп московский на м/б	150,0	5,8	1,8	20,8	95,0	2 (т)	
	Сметана	9,0	0,3	1,5	0,3	8,0	-	
	Сухарики пшеничные	10,0	1,6	0,4	16,9	42,5	3 (т)	
	Сухарики ржано-пшеничные	10,0	1,5	0,3	7,5	19,5	4 (т)	
	Бигус из свежей капусты с мясом говядины	160,0	9,7	5,0	14,3	110,0	22 (т)	
	Компот из сушеных фруктов	150,0	0,4	0,0	8,0	20,0	394	
	Хлеб пшеничный йодированный	10,0	2,8	0,4	16,9	42,5	-	
	Хлеб ржано-пшеничный	10,0	1,5	0,3	7,5	19,5	-	
ИТОГО		509,0	23,5	9,6	92,2	357,0		
ПОЛДНИК								
	Молоко кипяченое	150,0	5,5	4,9	9,1	131,0	419	
	Кекс "творожный"	70,0	2,0	11,6	13,0	204,8	475	
ИТОГО		220,0	7,5	16,5	22,1	335,8		
УЖИН								
	Картофель отварной	115,0	1,5	2,3	12,0	59,0	136	
	Печень с овощами	50,0	10,32	5,62	6,98	32	24 (т)	
	Овощи свежие/вареные	30,0	0,2	0,8	1,6	7,5	21 (т)	
	Сок фруктовый	170,0	0,5	0,0	5,0	60,0	418	
	Хлеб ржано-пшеничный	20,0	1,5	0,3	7,5	39,0	-	
	Хлеб пшеничный йодированный	15,0	2,8	0,4	16,9	85,0	-	
ИТОГО		400,0	16,8	9,4	50,0	282,5		
	Итого за первый день	1487,0	55,6	51,6	201,7	1281,3		

Прием пищи	Наименование блюда	Пищевые вещества					Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Вес блюда 1-3 г.	Б	Ж	У			
ДЕНЬ 2								
	Каша вязкая (на молоке ячка)	130,0	6,1	6,2	20,0	143,0	182	
	Батон пшеничный	25,0	1,5	4,7	9,1	85,0	-	
	Масло	5,0	0,1	3,6	0,1	33,0	6	
	Фрукты свежие	100,0	0,4	0,4	9,8	44,0	386	
	Кофейный напиток с молоком	150,0	2,9	2,4	14,4	91,0	414	
ИТОГО		410,0	10,9	17,4	53,4	396,0		
ОБЕД								
	Бульон с лапшой на к/ б с мяс.	150,0	4,0	8,1	8,0	140,0	118	
	Сухарики пшеничные	10,0	1,6	0,4	16,9	42,5	3 (т)	
	Сухарики ржано-пшеничные	10,0	1,5	0,3	7,5	19,5	4 (т)	
	Котлета рубленая из птицы	50,0	9,3	9,6	15,6	158,0	322	
	Картофельное пюре	110,0	1,9	2,8	17,3	76,8	339	
	Овощи свежие/вареные	30,0	0,2	0,8	1,6	7,5	21 (т)	
	Сок ягодный	150,0	0,1	0,0	7,0	50,0	20 (т)	
	Хлеб ржано-пшеничный	10,0	1,5	0,3	7,5	19,5	-	
	Хлеб пшеничный йодированный	10,0	2,8	0,4	16,9	42,5	-	
ИТОГО		530,0	22,9	22,6	98,3	556,3		
ПОЛДНИК	Кисломолочный напиток	130,0	3,8	3,1	5,9	52,8	420	
	Рогалики с творогом	70,0	4,9	8,4	10,0	151,0	27 (т)	
ИТОГО		200,0	8,7	11,5	15,9	203,8		
УЖИН	Морковь отварная порционно	60,0	0,2	1,0	1,3	15,0	14 (т)	
	Омлет с картофелем	140,0	6,3	6,0	21,5	85,0	232	
	Компот из сушеных фруктов	180,0	0,3	0,0	8,0	20,0	394	
	Хлеб ржано-пшеничный	20,0	1,5	0,3	7,5	39,0	-	
	Хлеб пшеничный йодированный	15,0	2,8	0,4	16,9	85,0	-	
ИТОГО		415,0	11,1	7,7	55,3	244,0		
Итого за второй день		1555,0	53,6	59,2	222,9	1400,1		

Прием пищи	Наименование блюда	Пищевые вещества					Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Вес блюда 1-3 г.	Б	Ж	У			
ДЕНЬ 3								
ЗАВТРАК								
	Пудинг из творога с рисом	155,0	12,0	6,2	34,0	170,0	250	
	Сгущенное молоко	10,0	0,6	7,0	9,4	26,0	-	
	Батон пшеничный	25,0	1,5	4,7	9,1	85,0	-	
	Масло	5,0	0,1	3,6	0,1	33,0	6	
	Какао с молоком	160,0	2,6	2,3	4,0	200,0	416	
ИТОГО		355,0	16,8	23,9	56,6	514,0		
ОБЕД								
	Суп украинский на к/б с мяс.	150,0	1,8	6,9	8,0	102,4	28	
	Сметана	9,0	0,3	1,5	0,3	8,0	-	
	Сухарики пшеничные	10,0	1,6	0,4	16,9	42,5	3 (т)	
	Сухарики ржано-пшеничные	10,0	1,5	0,3	7,5	19,5	4 (т)	
	Макаронные изделия отварные с маслом	90,0	3,8	3,0	21,0	130,0	219	
	Котлета рубленая	70,0	9,3	7,3	9,4	138,0	299	
	Компот из свежих плодов (яблок)	150,0	0,3	0,0	8,7	20,0	390	
	Хлеб ржано-пшеничный	10,0	1,5	0,3	7,5	19,5	-	
	Хлеб пшеничный йодированный	10,0	2,8	0,4	16,9	42,5	-	
ИТОГО		509,0	22,9	20,1	96,2	522,4		
ПОЛДНИК								
	Молоко кипяченое	150,0	5,0	4,0	9,0	120,0	419	
	Крендель сахарный	60,0	3,0	1,2	15,0	110,0	443	
ИТОГО		210,0	8,0	5,2	24,0	230,0		
УЖИН								
	Жаркое по- домашнему с мясом говядины	160,0	4,1	1,2	4,0	44,2	292	
	Овощи свежие/вареные	30,0	0,2	0,8	1,6	7,5	21 (т)	
	Хлеб пшеничный йодированный	15,0	2,8	0,4	16,9	85,0	-	
	Хлеб ржано-пшеничный	20,0	1,5	0,3	7,5	39,0	-	
	Сок фруктовый	180,0	0,5	0,0	5,0	38,0	418	
ИТОГО		405,0	9,1	2,7	35,0	213,7		
Итого за третий день		1479,0	56,7	51,9	211,8	1480,1		

Прием пищи	Наименование блюда	Пищевые вещества					Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Вес блюда 1-3 г.	Б	Ж	У			
ДЕНЬ 4								
ЗАВТРАК								
	Каша вязкая (на молоке рис)	160,0	4,1	6,2	28,0	143,0	182	
	Батон пшеничный	25,0	1,5	4,7	9,1	85,0	7	
	Масло	5,0	0,1	3,6	0,1	33,0	-	
	Сыр	8,0	1,2	1,5	0,2	18,0	6	
	Чай с сахаром и лимоном	160,0	0,3	0,2	10,2	49,1	412	
ИТОГО		358,0	7,2	16,2	47,6	328,1		
ОБЕД								
	Суп из разных овощей на к/б с мяс.	150,0	1,6	6,0	13,5	85,0	30	
	Сметана	9,0	0,3	1,5	0,3	8,0	-	
	Сухарики пшеничные	10,0	1,6	0,4	16,9	42,5	3 (т)	
	Сухарики ржано-пшеничные	10,0	1,5	0,3	7,5	19,5	4 (т)	
	Рыба порционная	70,0	16,0	5,0	10,0	70,0	31 (т)	
	Гречневый гарнир с овощами	110,0	0,9	0,9	13,0	50,0	32 (т)	
	Напиток из плодов шиповника	140,0	0,5	1,3	7,6	50,0	417	
	Хлеб ржано-пшеничный	10,0	1,5	0,3	7,5	19,5	-	
	Хлеб пшеничный йодированный	10,0	2,8	0,4	16,9	42,5	-	
ИТОГО		519,0	26,7	16,0	93,3	387,0		
ПОЛДНИК								
	Кисломолочный напиток	150,0	3,8	3,1	5,9	52,8	420	
	Маффин	50,0	3,9	4,9	41,0	223,8	38 (т)	
ИТОГО		200,0	7,7	8,0	46,9	276,6		
УЖИН								
	Рагу овощное с сердцем	160,0	3,5	11,9	6,0	90,0	39 (т)	
	Яйцо отварное вкрутую	50,0	12,6	10,6	1,1	155,0	227	
	Чай с сахаром	160,0	0,1	0,0	10,0	40,0	411	
	Хлеб ржано-пшеничный	20,0	1,5	0,3	7,5	39,0	-	
	Хлеб пшеничный йодированный	15,0	2,8	0,4	16,9	85,0	-	
ИТОГО		405,0	20,4	23,2	41,5	409,0		
	Итого за четвертый день	1482,0	61,9	63,5	229,3	1400,7		

Прием пищи	Наименование блюда	Пищевые вещества					№ рецептуры
		Вес блюда	Б	Ж	У	Энергетическая	
ДЕНЬ 5							
ЗАВТРАК							
	Каша вязкая (на молоке манка)	150,0	6,1	4,5	28,0	143,0	182
	Батон пшеничный	25,0	1,5	4,7	9,1	85,0	-
	Масло	5,0	0,1	3,6	0,1	33,0	6
	Чай с сахаром и молоком	150,0	0,1	0,0	10,0	40,0	413
	Яйцо отварное вкрутую	50,0	12,6	10,6	1,1	155,0	227
ИТОГО		380,0	20,3	23,5	48,3	456,0	
ОБЕД							
	Борщ на кур.бульоне	150,0	1,8	4,9	12,8	102,4	62
	Сметана	9,0	0,3	1,5	0,3	8,0	-
	Сухарики пшеничные	10,0	1,6	0,4	16,9	42,5	3 (т)
	Сухарики ржано-пшеничные	10,0	1,5	0,3	7,5	19,5	4 (т)
	Тефтели мясные	60,0	8,9	7,5	9,0	130,0	304
	Соус сметанный с томатом	10,0	0,2	0,6	0,8	8,0	372
	Овощная пюре	120,0	1,0	0,0	4,0	30,0	33 (т)
	Сок ягодный	150,0	0,1	0,0	7,0	78,5	418
	Хлеб ржано-пшеничный	20,0	1,5	0,3	7,5	39,0	-
	Хлеб пшеничный йодированный	10,0	2,8	0,4	8,0	42,5	-
ИТОГО		549,0	19,7	15,9	73,8	500,4	
ПОЛДНИК							
	Кисломолочный напиток	170,0	3,8	3,1	5,9	80,0	420
	Блинчики	35,0	9,3	10,2	40,0	10,0	430
	Повидло	10,0	0,0	0,0	7,5	30,0	1 (т)
	Плоды свежие	100,0	0,4	0,4	9,8	44,0	386
ИТОГО		315,0	13,6	13,7	63,2	164,0	
УЖИН							
	Суп молочный с крупой	150,0	22,4	15,9	13,8	110,0	101
	Чай с сахаром	160,0	0,1	0,0	10,0	40,0	411
	Хлеб пшеничный йодированный	15,0	1,5	0,3	7,5	39,0	-
	Хлеб ржано-пшеничный	20,0	2,8	0,4	16,9	85,0	-
	Морковь отварная порционно	60,0	0,2	1,0	1,3	15,0	14 (т)
ИТОГО		405,0	26,9	17,6	49,5	289,0	
Итого за пятый день		1649,0	80,5	70,7	234,8	1409,4	
Среднее значение за период:		1530,4	61,7	59,4	220,1	1394,3	

ПРИЛОЖЕНИЕ

к основному меню (организованного) питания

При изготовлении блюд, включенных в меню МАДОУ «Детский сад № 261 «Истоки» используются продукты с содержанием йода:

Молоко йодированное;

Соль йодированная;

Хлеб йодированный.

Используемая литература:

Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"

Сборник рецептур блюд на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / 2-е издание дополненное и переработанное .Москва, Дели Плюс, 2015. Руководитель разработки сборника М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 240 страниц (реферативно).

Основные пищевые вещества и энергия удовлетворяющие физиологические потребности детей от 1,5 до 3-х лет

Показатели	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			ЭЦ (Ккал)
		Б	Ж	У	
Итого за весь период	15256,0	603,7	579,1	2228,2	14604,4
Среднее значение	1526	60	58	223	1460
Норма физиологической потребности	1418	42	47	203	1400