

Подлинник	Кефир с м.д.ж 2.5-3.2%	180	5.22	4.5	7.2	90	1.26	251 ¹	6.4
	1 ренка из испеченного хлеба	40	2.84	0.44	18.56	91.6	-	4 ²	10.1
	<i>Итого:</i>		8.06	4.94	25.76	181.6	1.26		
Ужин	Салат из моркови и яблок	60	0.64	0.1	5.17	24.24	3.75	233 ¹	1.10
	Сырники запеченные	150	24.82	15.91	31.22	365.41	0.7	38 ²	6.7
	Чай с молоком	180	2.65	2.33	11.31	77	1.19	261 ¹	11.6
	<i>Итого:</i>		28.11	18.34	47.7	466.65	5.64		
Итого за XI день:			65.98	63.18	233.54	1817.61	45.44		

0

XII день: Вторник	Неделя : третья	Наименование учреждения : МБОУ СПШ № 36, дошкольные группы
----------------------	-----------------	--

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ рецептурной карты
			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша «Манная» (испеченная с яблоками)	200	8.2	11.8	37.8	292	-	168 ²	4.19
	Какао с молоком	180	1.2	1.3	13	90	0.83	372 ²	11.7
	Бутерброд с маслом сливочным, сыром	40/5/10	5.06	7.27	24.62	162.25	0.19	3 ⁵	10.3
	<i>Итого:</i>		15.91	21.4	73.73	531.25	1.38		
2 завтрак	1 рулет	180	0.72	0.54	19.62	75.6	6.48	368 ²	11.1
Обед	Отурец солёный	60	0.57	0.1	2.41	12	15	к/к	1.25
	Суп гороховый на мясном бульоне с грибами	250/10	5.49	5.27	16.32	135	5.81	36 ¹	2.5
	Суфле из отварного мяса	70	10.15	13.03	2.14	166	0.13	320 ²	7.22
	Картофельное пюре	120	2.44	3.84	16.34	110.4	14.5	206 ¹	3.1
	Компот из яблок	180	0.16	0.16	23.88	97.6	1.72	372 ²	11.12
	Хлеб ржаной	50	2.5	0.5	21.25	102.0	-	1 ²	10.1
	<i>Итого :</i>		21.31	22.9	82.34	623	37.16		

Подник	Ряженка с м.д.ж 2,5-3,2%	180	5,22	4,5	7,56	92	0,54	251 ¹	6,4
	Хлеб пшеничный	40	2,84	0,44	18,56	91,6	-	1 ²	10,1
	<i>Итого:</i>		8,06	4,94	26,12	183,6	0,54		
Ужин	Рагу из овощей	200	2,4	17,36	18,26	242	11,06	137 ²	3,6
	1 ребешок с повидлом	70	5,3	4,75	29,5	183,3	0,26	261 ¹	10,6
	Какао с молоком без сахара	180	1,2	1,3	3,4	47	0,99	417 ⁵	11,6а
	<i>Итого:</i>		8,9	23,41	51,16	472,3	12,31		
Итого за XII день			54,9	73,19	252,97	1885,75	57,87		

XII день:
Среда

Неделя : третья

Наименование учреждения : МБОУ СП № 36, дошкольные группы

Присут. пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ рецептура, технологическая карта
Завтрак	Омлет натуральный	105	9,28	8,03	2,86	193	0,18	215 ²	5,2
	Икра кабачковая	60	0,72	2,83	4,63	46,80	5,76	к/к	1,26
	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	1,17	248 ¹	11,11
	Хлеб пшеничный	40	2,84	0,44	18,56	91,6	-	6 ²	10,1
	Масло сливочное	8	0,048	6,67	-	59,84	0,056	1 ²	6,1
	<i>Итого</i>		13,36	16,44	34,42	434,44	1,4		
2 завтрак	Сок яблочно-ягодный промышленного выпуска для детского питания	180	0,95	0,07	18,23	71,32	6,8	399 ⁷	11,2
Обед	Салат из зеленого горошка с луком	60	1,57	5,08	3,9	67	6,6		1,13
	Сырный суп со сметаной	250	1,92	6,33	10,05	104,12	12,35	34 ¹	2,7
	Жаркое по-домашнему	200	7,3	5,3	14,66	227,3	8,1	153 ¹	7,13
	Компот из груш	200	0,16	0,12	24,08	98	0,86	372 ²	11,12
	Хлеб ржаной	50	2,5	0,5	21,25	102,0	-	1 ²	10,1
	<i>Итого:</i>		13,29	17,21	67,86	560,42	27,05		

Подпись	Итого: 3,29% натуральный	180	5,22	4,5	7,56	92	0,54	251 ¹	6,4
	Печенье	35	2,1	2,7	21,3	166,8	-	6/н	9,1
	Итого:		7,32	7,2	28,86	258,8	0,54		
Ужин	Салат из белокочанной капусты	60	0,84	3,64	5,41	52,44	19,47	20 ²	1,6
	Котлета рыбная любительская	80	10,95	3,7	8,69	112	3,02	256 ⁶	8,9
	Соус томатный	30	0,69	1,95	3,09	31	0,39	228 ²	12,1
	Рис отварной	150	3,64	5,37	36,67	210	-	315 ²	4,2
	Чай с сахаром	180	0	0	11,98	43	0,03	248 ¹	11,4
	Итого:		17,32	15,96	66,86	495,44	22,91		
Итого за XIII день:			52,24	56,88	220,86	1820,42	58,7		

XIV день: Четверг	Неделя : третья	Наименование учреждения : МБОУ СШ № 36, дошкольные группы
----------------------	-----------------	---

Примечание	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Выход в г	№ рецептуры	№ рецептуры технологической карты
			Б	Ж	У				
Завтрак	Капша «Ассорти» молочная	200	6,41	7,73	29,71	212	1,92	171 ²	4,19
	Какао с молоком	180	3,67	1,3	13	90	1,2	248 ¹	11,7
	бутерброд с сыром	30/5/10	5,06	7,27	14,62	145	0,19	3 ⁵	10,3
	Итого:		14,32	17,41	58,69	448	3,28		
2 завтрак	Яблоко	180	0,72	0,72	17,64	84,6	12,0	368 ²	11,1
Обед:	Салат витаминный	60	0,84	3,64	5,41	52,44	19,47	22 ⁴	1,20
	Суп лапша с курицей	250	9,04	7,34	13,94	159,6	-	86 ²	2,17
	Рагу овощное	200	3,24	7,36	18,26	242	5,2	621 ⁶	7,17
	Компот из сухофруктов без сахара	180	0,44	0,02	15,96	49,32	0,4	376 ²	11,8а
	Хлеб ржаной	50	2,5	0,5	21,25	102,0	-	1 ²	10,1
	Итого:		16,06	18,86	74,82	605,36	25,07		

Подпись	Книгопомошечный продукт «Выпечка»	180	5,04	5,76	6,48	100,8	1,26	251 ¹	6,4
	Детская сметанная	80	6,2	8,13	40,26	261,3	-	211 ²	10,16
	<i>Итого:</i>		11,26	13,89	46,74	362,1	1,26		
Ужин:	Салат из кукурузы с репчатым луком	60	4,88	7,24	28,51	198	1	11 ⁷	1,14
	Картофель запеченный в сметан. соусе	200	4,82	8,14	26,02	196	5,78	151 ⁷	3,3
	Чай с сахаром	180	0	0	11,98	43	0,03	248 ¹	11,4
	Хлеб пшеничный	40	2,84	0,44	18,56	91,6	-	1 ⁷	10,1
	<i>Итого:</i>		9,7	21,42	57,74	425,62	4,83		
Итого за XV день:			58,85	7,22	294,77	1962,32	56,05		

XVI день: Понедельник	Неделя : четверг	Наименование учреждения : МБОУ СПШ № 36, дошкольные группы
--------------------------	------------------	--

Принем пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	№ рецептуры, технологическая карта
Завтрак	Макаронны запеченные с яйцом	200/5	8,11	8,23	27,4	215	0,45	208 ⁷	4,17
	Кофейный напиток с молоком ступшен	180	2	2,3	17	102	0,35	252 ¹	11,13
	Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,3	4,36	14,62	108	-	2 ⁷	10,2
	<i>Итого:</i>		12,41	14,89	59	425	0,8		
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	180	0,95	0,07	18,23	71,32	6,8	399 ⁷	11,2
Обед	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	1,13	4,56	4,09	64	4,48	53 ¹	1,1
	Суп с рыбными фрикадельками	250	7,04	3,24	15,28	114,57	16,31	45 ⁷	2,19
	Полублю летние со сметаной	200	14,12	9,04	20,26	219	20,03	151 ¹	7,12
	Компот из сухофруктов	200	0,44	0,02	27,76	113	0,4	376 ²	11,8
	Хлеб ржаной	50	2,5	0,5	21,25	102,0	-	1 ⁷	10,1
	<i>Итого:</i>		25,23	17,36	88,64	612,57	41,22		

Подписки	Кефир с м.д.ж 2.5-3.2%	180	5,22	4,5	7,2	90	1,26	251 ¹	6,4
	Гренка из хлеба пшеничного	40	2,84	0,44	18,56	91,6	-	1 ²	10,1
	<i>Итого:</i>		8,06	4,94	25,76	181,6	1,26		
Ужин:	Салат из моркови	60	0,74	0,05	16,96	31,38	2,88	41 ²	1,5
	Пудинг из творога с яблоками	150	20,46	18,09	22,11	333	2,07	240 ²	6,10
	Соус сметанный	50	0,7	2,04	2,93	37	-	354 ²	8,2
	Чай с молоком	180	2,65	2,33	11,31	77	1,19	261 ²	11,6
	<i>Итого:</i>		24,55	22,51	53,31	478,38	6,14		
Итого за XIV день:			63,71	64,44	230,22	1797,94	47,75		

XV день:
Пятница

Неделя : третья

Наименование учреждения : МБОУ СШ № 36. дошкольные группы

Принем пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептурного	№ рецептурной кулинарной карты
			Б	Ж	У				
Завтрак	Каши рисовая молочная	200	5,55	5,43	42,79	192	-	173 ³	4,6
	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	1,17	395 ⁴	11,11
	Хлеб пшеничный	40	2,84	0,44	18,56	91,6	-	1 ²	10,1
	Масло сливочное	8	0,048	6,67	-	59,84	0,056	6 ²	6,1
	<i>Итого:</i>		12,1	13,84	74,35	433,44	1,25		
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	180	0,95	0,07	18,23	71,32	6,8	399 ⁷	11,2
Обед	Икра свекольная	60	1,22	4,49	5,32	64,64	8,34	54 ⁷	1,27
	Рассольник «Ленинградский» со сметаной	250	4,1	7,16	20,93	145	8,2	33 ¹	2,10
	Виточки рыбные	70	10,09	3,26	6,79	97	0,24	255 ²	8,1
	Овощи в молочном соусе	240	6,77	5,47	19,34	163,2	28,91	84 ⁷	3,8
	Компот из груш	200	0,16	0,12	24,08	98	0,86	372 ²	11,12
	Хлеб ржаной	50	2,5	0,5	21,25	102,0	-	1 ²	10,1
	<i>Итого:</i>		24,84	21	97,71	669,84	41,91		

Подпись	Кефир с м.д.ж 2,5-3,2%	180	5,22	4,5	7,2	90	1,26	251 ¹	6,4
	Пирожки	40	2,6	3	28,8	152,6	-	6/н	9,4
	Итого:		7,82	7,5	36	242,6	1,26		
Ужин	Салат из яблок и лимона	60	0,55	0,05	6,96	51,8	2,88	26 ³	1,23
	Запеканка творожно-морковная	150	17	15	22,8	300	2,13	240 ²	6,11
	Соеус сметанный сладкий	50	0,7	2,04	2,93	37	-	354 ²	12,3
	Какао с молоком без сахара	180	1	1,3	1,04	42,24	1,2	248 ¹	11,7
	Хлеб пшеничный	40	2,84	0,44	18,56	91,6	-	1 ²	10,1
	Итого:		22,09	18,82	52,29	522,64	6,21		
Итого за XVI день:			68,5	58,64	254,16	1874,13	56,29		

XVII день: Вторник	Неделя : Четвертая	Наименование учреждения : МБОУ СП № 36, дошкольные группы
-----------------------	--------------------	---

Примечание	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Выход с кг	№ рецептуры	№ рецептуры, технологический этап
			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	200	6,35	8,51	27,13	187	1,95	93 ¹	4,8
	Чай с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	1,17	261 ²	11,11
	Булгур с сыром	40/5/10	5,06	7,27	14,62	145	0,19	3 ⁵	10,3
	Итого:		14,26	18,19	56,11	423	3,31		
2 завтрак	Груша	180	0,72	0,54	19,62	75,6	6,48	368 ²	11,1
Обед	Салат из моркови	60	0,74	0,05	16,96	31,38	2,88	41 ²	1,5
	Суп молочный с рисом	250	5,76	6,63	18,28	156	1,17	43 ¹	2,13
	Суфле из пшена	70	15,5	7	5,3	161,6	10,4	321 ²	7,18
	Овощное пюре	150	3,06	4,8	20,43	138	18,15	322 ²	3,1
	Кисель из концентрата	200	0	0	18	60	-	233 ¹	11,10
	Хлеб ржачой	50	2,5	0,5	21,25	102,0	-	1 ²	10,1
	Итого:		26,82	18,93	83,26	617,6	30,12		

Подлинк	Ряженка с м.д.ж 2,5-3,2%	180	5,22	4,5	7,56	92	0,54	251 ¹	6,4
	Хлеб пшеничный	40	2,84	0,44	18,56	91,6	-	1 ²	10,1
	<i>Итого:</i>		8,06	4,94	26,12	183,6	0,54		
Ужин :	Салат из свеклы с морковью	60	0,6	6	4,96	76,71	4,6	42 ²	1,24
	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	240	11,2	10,1	28,5	237	1,34	151 ¹	8,11
	Чай с сахаром	180	0	0	11,98	43	0,03	392 ¹	11,3
Итого:			11,8	16,1	45,44	356,71	5,97		
Итого за XVII день:			61,66	58,7	230,55	1656,51	46,42		

XVII день: Среда	Неделя : четверг	Наименование учреждения : МБОУ СПШ № 36, дошкольные группы							
---------------------	------------------	--	--	--	--	--	--	--	--

Присм пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С мг	№ рецептуры	№ рецептуры, технологическая карта
			Б	Ж	У				
Завтрак	Омлет натуральный	105	9,28	8,03	2,86	193	0,18	215 ²	5,2
	Какао с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	1,17	248 ¹	11,7
	Хлеб пшеничный	40	2,84	0,44	18,56	91,6	-	1 ²	10,1
	Масло сливочное	8	0,048	6,67	-	59,84	0,056	6 ²	6,1
	<i>Итого:</i>		15,02	17,55	35,78	435,44	1,04		
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	180	0,95	0,07	18,23	71,32	6,8	399 ⁷	11,2
Обед	Салат из свежей капусты со свеклой	60	0,55	2,6	3,5	38	13,9	21 ³	1,16
	Суп овощной с зел. горошком, сметаной	250	2,8	3,2	10,02	74,5	31,24	40 ²	2,21
	Курица тушеная в томатном соусе	70	7,42	9,33	2,58	106	1,5	179 ¹	7,8
	Рис с овощами	150	3,86	7	25,6	212	5,95	315 ²	4,4
	Компот из груш	200	0,16	0,12	24,08	98	0,86	372 ²	11,12
	Хлеб ржаной	50	2,5	0,5	21,25	102,0	-	1 ²	10,1
	<i>Итого:</i>		17,29	22,75	87,03	630,5	65,49		

Подлинник	Йогурт питьевой 3,2% натуральный Хлеб пшеничный Итого:	180 40	5,22 2,84 8,06	4,5 0,44 4,94	7,56 18,56 26,12	92 91,6 183,6	0,54 - 0,54	251 ¹ 1 ²	6,4 10,1
Ужин	Сельдь малосоленая Салат из картофеля и зеленым горошком, яйцом «Зимний» Чай с молоком Итого:	60 200 180	5,3 9 2,65 14,3	6,5 10,4 2,33 16,9	0,91 14 11,31 26,89	116 232 77 391	1 55,6 1,19 56,63	24 ¹ 25 ³ 261 ²	1,15 1,17 11,6
Итого за XVIII день:			55,57	62,14	194	1716,14	75,88		
XIX день: Четверг	Неделя : четвертая								

Наименование учреждения : МБОУ СПН № 36, дошкольные группы

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С мг	№ рецептуры	№ рецептуры технологической карты
Завтрак	Капша пшеничная молочная	200	6,44	4,08	33,38	193	1,95	98 ¹	4,9
	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	1,17	253 ¹	11,12
	Хлеб пшеничный	40	2,84	0,44	18,56	91,6	-	1 ²	10,1
	Масло сливочное Итого:	8	0,048 12,18	6,67 13,6	- 66,3	59,84 435,44	0,056 3,18	6 ²	6,1
2 завтрак	Яблоко	180	0,72	0,72	17,64	84,6	12,0	368 ²	11,1
Обед	Салат из свеклы с яблоками	60	1,88	3,8	2,85	53,12	3,28	35 ²	1,3
	Булочка с яйцом, трюфлями	250	5,47	2,55	12,93	75,9	0,47	35 ⁶	2,20
	Суфле куриное с рисом	70	11,8	11,6	3,2	164	-	311 ²	7,6
	Каруста тушеная	180	3,6	5,48	10,82	122,8	0,06	200 ¹	3,4
	Кисель из концентрата	200	-	-	18	60	-	233 ¹	11,10
	Хлеб ржаной Итого:	50	2,5 25,25	0,5 23,93	21,25 69,03	102,0 577,82	- 6,11	1 ²	10,1



Подпись	Кефир с м.д.ж 2,5-3,2%	180	5,22	4,5	7,2	90	1,26	251 ¹	6,4
	Хлеб пшеничный	40	2,84	0,44	18,56	91,6	-	1 ²	10,1
	<i>Итого:</i>		8,06	4,94	25,76	181,6	1,26		
Ужин	Салат из моркови и яблок	60	0,64	0,1	5,17	24,24	3,75	38 ²	1,10
	Крупеник с творогом	200	17,0	15,0	22,8	300	2,13	377 ²	6,13
	Сметанный соус	50	0,7	2,04	2,93	37	0,019	354 ²	12,3
	Чай с молоком без сахара	180	1,75	1,3	1,84	24,35	1,19	261 ²	11,6а
	<i>Итого:</i>		20,09	18,44	32,74	385,59	7,09		
Итого XIX за день:			66,3	61,63	211,47	1738,05	39,21		

XX день: Пятница	Неделя : четверг	Наименование учреждения : МБОУ СШ № 36, дошкольные группы
---------------------	------------------	---

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Выход С, мг	№ рецептуры	№ рецептуры, технологической карты
			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша рисовая молочная	200	5,55	5,43	42,79	192	-	173 ⁵	4,6
	Чай с молоком	180	2,65	2,33	11,31	77	1,19	261 ²	11,6
	Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,3	4,36	14,62	108	-	2 ²	10,2
	<i>Итого:</i>		10,5	12,12	68,72	377	1,19		
2 завтрак	Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	180	0,95	0,07	18,23	71,32	6,8	399⁷	11,2
Обед	Салат из свежих с чесноком	60	0,85	3,65	5,19	56,34	5,7	33 ²	1,1
	Суп «Юлешевый»	250	8,54	9	21,8	202	8,2	79 ²	2,10
	Ежики рыбные в томатном соусе	80/30	13,6	8,3	13,9	184,3	-	23 ²	8,8
	Компот из сухофруктов без сахара	180	0,44	0,02	15,96	49,32	0,4	376 ⁷	11,8а
	Хлеб ржачий	50	2,5	0,5	21,25	102,0	-	1 ²	10,1
	<i>Итого:</i>		25,93	21,47	78,1	593,96	14,3		



Подлинник	Кисло-молочный напиток «Бифидок»	180	5,22	4,5	7,2	90	1,26	251 ¹	6,4
	Булочка с изюмом «Австрийская»	60	4,9	6,09	34,14	210,7	-	461 ¹	10,15
	Итого:		10,12	10,59	41,34	300,7	1,26		
Ужин	Запеканка овощная	200	6	11	24,7	203	1,3	82 ¹	3,8
	Соус сметанный	50	0,7	2,04	2,93	37,05	0,019	354 ²	12,2
	Какао с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	1,17	248 ¹	11,7
	Хлеб пшеничный	40	2,84	0,44	18,56	91,6	-	1 ²	10,1
	Итого:		9,55	15,45	41,99	331,05	2,49		
Итого за XX день:			57	59,63	248,38	1674,03	26,04		

АНАЛИЗ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ХИМИЧЕСКОГО СОСТАВА ПО БЕЛКАМ, ЖИРАМ, УГЛЕВОДАМ В ПРИМЕРНОМ МЕНЮ ЗА 20 ДНЕЙ

Питание детей 3 – 7 лет (12-часовой режим пребывания)

№ дня	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
1	65,29	66,45	240,47	1863,06
2	57,86	59,81	222,91	1682,3
3	53,7	70,49	2348,93	1961,16
4	61,99	65,39	238,91	1822,49
5	59,61	59,18	285,26	1891,87
6	63,15	59,47	232,21	1746,96
7	62,66	56,9	253,97	1761,38
8	51,73	71,72	215	1835,96
9	70	67,97	230,91	1794,02
10	58,67	64,42	323,56	1929,71
11	63,95	62,08	235,18	1835,29
12	52,14	70,28	242,97	1831,5
13	52,24	56,88	220,86	1820,42
14	62,26	63,41	231,91	1810,94
15	58,85	7,22	294,77	1962,32

16	68,5	58,64	254,16	1874,13
17	61,66	58,7	230,55	1756,51
18	55,57	62,14	194	1716,14
19	64,9	61,4	230,82	1738,05
20	57	59,63	248,38	1674,03
Итого:	1165,45	1209,81	5182,3	35722,6
Среднее значение за период (20 дней)	58,2	60,49	259,1	1786,13
Норма	54	60	261	1800
(среднее значение)				
Выполнение в %	107	100,1	99,3	99,2
соотношении				
Отклонения от нормы	+ 7%	+0,1%	- 0,7%	-0,8%

Согласно приложению №10 к СанПиН 2.4.1.3049-13 допустимы отклонения +/- 10%

