

СОГЛАСОВАНО
Руководитель учреждения
_____ 2024

УТВЕРЖДАЮ
Управляющий ГУ «Мозырский
районный центр по обеспечению
деятельности бюджетных организаций
в сфере образования»
Л.С.Пашкевич
«13» ноября 2024



Примерное рекомендуемое двухнедельное меню
для воспитанников учреждений дошкольного образования
12 часов пребывания на зимне-весенний период
Зона с радиационным контролем

№ рецепт	Наименование блюда	С 1 года до 3 лет				С 3 до 7 лет					
		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энергети ческая ценность, ккал	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево ды, г	Энергети ческая ценность, ккал
		I неделя									
Понедельник (завтрак)											
15.6	Чай с молоком (в 1)	150	2.31	2	12.62	75.38	200	3.08	2.66	16.82	100.5
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.27	14.01	69.3	40	3.04	0.36	18.68	92.4
2.57	Суп молочный с крутой (гречневой)	160	4.66	4.35	14.05	114.74					
4.1	Каша вязкая молочная гречневая						200	7.42	7.54	28.92	254.58
	Итого		9.25 18.66%	6.62 12.28%	40.67 20.36%	259.41 17.49%		13.54 19.99%	10.56 15.12%	64.42 23.46%	447.48 21.9%
(обед)											
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.68	72.4	80	5.28	0.96	27.36	144.8
	Сок	150	0.6	0.08	23.55	96	200	0.8	0.1	31.4	128
2.39	Суп картофельный с горохом (в2) Вит.С	150	3.29	2.72	11.99	86.32	200	4.38	3.62	15.98	115.1
10.2	Колбаса отварная	50	5.5	11.95	0.8	133	50	5.5	11.95	0.8	133
12.6	Картофель отварной	100	1.79	2.75	14.69	88.04					
1.27	Салат "Агенчик" (с кукурузой)	40	0.62	2.87	3.33	41.69	60	0.9	5.5	4.86	72.62

(обед)												
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.68	72.4	80	5.28	0.96	27.36	144.8	
10.31	Тефтели (в1) (говядина)	80	6.44	7.89	7.99	131.98						
12.7	Картофельное пюре	100	1.91	3.03	13.18	85.39						
1.71	Салат "Бурячок"	40	0.63	3.66	3.14	47.9	60	0.95	5.5	4.7	71.84	
2.21	Рассольник ленинградский (с перловой крупой), сметана	150/3	1.32	3.21	9.27	71.39	200/4	1.76	4.28	12.36	95.18	
14.5	Компот апельсиновый Вит.С	150	0.09	0.02	9.6	37.39	200	0.18	0.04	19.58	76.14	
12.11	Картофельное пюре						150	2.88	4.59	19.79	128.69	
10.33	Тефтели (в3) (говядина)						120	9.7	9.54	11.57	175.24	
	Итого		13.03	18.29	56.9	446.56		20.74	24.91	95.4	692.01	
			29.51%	38.02%	28.22%	31.38%		34.67%	38.73%	34.93%	36.02%	
(полдник)												
	Фрукты	160	1.28	0.32	13.12	64	170	1.36	0.34	13.94	68	
	Вафли	34	1.09	0.95	27.23	119	34	1.09	0.95	27.23	119	
	Кефир жирный	150	4.2	4.8	7.5	88.5	150	4.2	4.8	7.5	88.5	
	Итого		6.57	6.07	47.85	271.5		6.65	6.09	48.67	275.5	
			14.87%	12.62%	23.73%	19.08%		11.11%	9.47%	17.82%	14.34%	
(ужин)												
9.7	Котлеты (биточки) рыбные паровые, масло сливочное	50/4	6.6	4.31	4.49	84.23						
14.13	Кисель из сока яблочного	180	0.25	0	27.04	106.36						
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.18	9.34	46.2	30	2.28	0.27	14.01	69.3	
12.16	Сложный гарнир (в2)	150	3.1	3.47	10.86	94.41						
9.10	Котлеты (биточки) рыбные						70	8.36	5.35	10.45	125.95	
12.22	Сложный гарнир (в2)						150	3.11	3.47	10.85	94.41	
14.13	Кисель из сока						200	0.3	0	33.38	131.3	
	Итого		11.48	7.95	51.73	331.2		14.05	9.09	68.69	420.96	
			25.99%	16.52%	25.65%	23.28%		23.48%	14.13%	25.15%	21.91%	
			44.16	48.11	201.65	1423		59.84	64.31	273.13	1921.38	
			100%	100%	100%	100%		100%	100%	100%	100%	
			(176.63	(432.98	(806.59	(1092.5		(239.35	(578.81	(1092.5	(1921.38	
			kkal	kkal	kkal	kkal		kkal	kkal	2 kkal	56.86%	
			12.41%	30.43%	56.68%			12.46%	30.12%			
Итого за день												
Среды												

(завтрак)											
4.15	Каша жидкая молочная рисовая	160	4.24	5.55	23.41	162.13					
1.6	Бутерброд с сыром	24/12/4	5.05	6.16	11.61	122.32	30/15/5	6.32	7.69	14.51	152.9
15.11	Кофейный напиток с молоком	150	2.11	1.68	14.77	81.65	180	2.25	1.98	15.97	88.18
4.16	Каша жидкая молочная рисовая						180	4.77	6.21	26.28	181.67
	Итого		11.41 25.72%	13.39 27.92%	49.79 22.41%	366.09 24.33%		13.34 21.56%	15.88 25.54%	56.76 20.22%	422.76 21.75%
(обед)											
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.68	72.4	80	5.28	0.96	27.36	144.8
	Сок	150	0.6	0.08	23.55	96	200	0.8	0.1	31.4	128
9.12	Рыбник (в1), масло сливочное	50/4	7.28	7.43	6.56	123.98					
1.66	Салаг "Розовый" (в2)	40	1.2	4.71	2.66	57.72	60	1.8	7.07	3.98	86.58
12.8	Картофельное пюре с морковью	100	1.83	2	12.37	74.58					
2.35	Суп картофельный с крупой (рис) Вит.С	150	1.2	1.52	9.95	58.14	200/15	5.9	2.81	13.34	102.53
9.17	Рыбник (в1), масло сливочное						80/10	10.08	11.32	6.12	169.19
12.12	Картофельное пюре с морковью						150	3	3.22	18.98	116.54
	Итого		14.75 33.25%	16.21 33.82%	68.8 30.96%	482.94 32.09%		26.86 43.42%	25.48 40.98%	101.23 36.05%	747.76 38.47%
(полдник)											
	Фрукты	160	0.64	0.48	15.2	67.2	160	0.64	0.48	15.2	67.2
	Йогурт	125	2.38	5.88	20.25	143.75	125	2.38	5.88	20.25	143.75
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.18	9.34	46.2	20	1.52	0.18	9.34	46.2
	Итого		4.54 10.22%	6.54 13.63%	44.79 20.16%	257.15 17.09%		4.54 7.33%	6.54 10.51%	44.79 15.95%	257.15 13.23%
(ужин)											
12.5	Макаронные изделия отварные	100	3.16	2.72	21.35	125.34					
10.7	Зразы рубленые	60	8.6	8.9	9.5	153.01					
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.18	9.34	46.2	30	2.28	0.27	14.01	69.3
14.10	Компот из плодов сушеных	150	0.39	0	18.62	74.1	200	0.52	0	24.82	98.8

		30.49%	28.17%	27.51%	28.46%	40.36%	33.62%	35.39%	36.92%		
		(полдник)									
	Фрукты	160	1.28	0.32	13.12	64	170	1.36	0.34	13.94	68
	Кефир жирный	150	4.2	4.8	7.5	88.5	150	4.2	4.8	7.5	88.5
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.18	9.34	46.2	30	2.28	0.27	14.01	69.3
	Итого		7	5.3	29.96	198.7		7.84	5.41	35.45	225.8
			14%	11.03%	15.53%	14.29%		11.18%	8.83%	14.04%	12.24%
			(ужин)								
12.12	Капуста тушеная	150	3.21	4.53	14.43	117.47					
11.16	Тефтели из птицы	80	7.25	12.12	7.9	161.95	100	9.06	15.15	9.88	202.44
15.6	Чай с молоком (в 1)	180	2.77	2.39	15.14	90.45	180	2.77	2.39	15.14	90.45
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.18	9.34	46.2	20	1.52	0.18	9.34	46.2
12.18	Капуста тушеная						150	3.18	4.57	14.21	116.72
	Итого		14.75	19.22	46.81	416.07		16.53	22.3	48.56	455.81
			29.51%	40.01%	24.27%	29.92%		23.57%	36.41%	19.23%	24.71%
			49.99	48.05	192.91	1390.78		70.14	61.25	252.55	1844.75
			100%	100%	100%	100%		100%	100%	100%	100%
			(199.95	(432.49	(771.65			(280.57	(551.26	(1010.2	
			kcal	kcal	kcal			kcal	kcal	kcal	
			14.38%	31.1%	55.48%			15.21%	29.88%	54.76%	
	Итого за день										

Пятица

(завтрак)

15.9	Молоко кипяченое	150	3.97	3.48	6.74	74.05					
8.11	Запеканка из творога с мукой пшеничной	180	27.56	20.34	26.69	409.48	200	30.62	22.6	29.66	454.98
15.10	Молоко кипяченое						180	4.77	4.18	8.08	88.88
	Итого		31.53	23.82	33.43	483.54		35.39	26.78	37.74	543.86
			44.65%	40.09%	14.77%	28.09%		40.64%	38.22%	13.18%	25.72%
			(обед)								
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.68	72.4	80	5.28	0.96	27.36	144.8
11.3	Фрикадельки из птицы	50	7.83	6.34	4.16	90.99					
2.21	Рассольник ленинградский (с перловой крутой), сметана	150/3	1.32	3.21	9.27	71.39	200/4	1.76	4.28	12.36	95.18
12.8	Картофельное пюре с морковью	100	1.83	2	12.37	74.58					

К	Компот из сухофруктов Вит.С	150	0.33	0	20.28	79.38	200	0.44	0	27.04	105.84
1.42	Салат "Цветной"	40	0.55	3.22	3.79	48.44	50	0.69	4.03	4.74	60.55
11.15	Фрикадельки из птицы						80	11.15	8.93	5.99	131.02
12.12	Картофельное пюре с морковью						150	3	3.22	18.98	116.54
	Итого		14.5	15.25	63.6	437.29		22.32	21.42	96.51	654.05
			20.54%	25.68%	28.09%	25.4%		25.64%	30.57%	33.7%	30.93%

(полдник)

К	Бифитат	200	6	7	9.4	120	200	6	7	9.4	120
К	Апельсины или мандарины с сахаром	150/10	1.2	0.3	36.98	154.9	170/15	1.36	0.34	45.57	189.45
16.4	Вагрушка с повидлом	60	4.24	2.26	43.64	210.38					
16.10	Вагрушка словидлом						70	3.93	2.08	40.74	196.09
	Итого		11.44	9.56	90.02	485.28		11.29	9.42	95.71	505.54
			16.2%	16.09%	39.77%	28.19%		12.96%	13.44%	33.42%	23.91%

(ужин)

10.6	Котлеты "Здоровье"	50	7.51	4.41	3.65	85.94					
15.4	Чай с лимоном	180/5	0.09	0.02	10.7	41.56	200/7	0.12	0.02	11.93	46.65
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.27	14.01	69.3	50	3.8	0.45	23.35	115.5
3.6	Свекла тушеная	150	3.26	6.07	10.97	118.48	150	2.1	5.09	15.24	112.76
10.24	Котлеты "Здоровье"						80	12.06	6.89	5.91	136.41
	Итого		13.14	10.77	39.32	315.28		18.08	12.45	56.43	411.32
			18.61%	18.13%	17.37%	18.32%		20.76%	17.77%	19.7%	19.45%
			70.62	59.41	226.37	1721.39		87.08	70.06	286.39	2114.77
			100%	100%	100%	100%		100%	100%	100%	100%
			(282.48 kkal	(534.68 kkal	(905.46 kkal		(348.31 kkal	(1145.5 kkal	(630.56 kkal	(1145.5 kkal	(1145.5 kkal
			16.41%	31.06%	52.6%		16.47%	29.82%	54.17%		

II неделя

Понедельник

(завтрак)

15.6	Чай с молоком (в I)	150	2.31	2	12.62	75.38	200	3.08	2.66	16.82	100.5
2.57	Суп молочный с крупой (гречневой)	160	4.66	4.35	14.05	114.74	200	5.82	5.44	17.56	143.42
1.6	Бутерброд с сыром	24/12/4	5.05	6.16	11.61	122.32	30/15/5	6.32	7.69	14.51	152.9

Итого		12.02 30.11%	12.5 25.69%	38.27 18.96%	312.43 22.08%	15.22 30.54%	15.79 24.51%	48.89 18.62%	396.82 21.52%		
(обед)											
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.68	72.4	80	5.28	0.96	27.36	144.8
10.2	Колбаса отварная	50	5.5	11.95	0.8	133	50	5.5	11.95	0.8	133
12.5	Макаронные изделия отварные	120	3.79	3.26	25.62	150.41					
1.64	Салат "Осенний" (в2)	40	0.59	4.06	2.76	50.14	60	0.89	6.1	4.14	75.2
14.10	Компот из плодов сушеных (изюм) Вит.С	150	0.39	0	18.62	74.1	200	0.52	0	24.82	98.8
2.9	Щи из свежей капусты с картофелем (в1), сметана	150/3	1.25	3.14	5.9	58.35	200/4	1.66	4.18	7.88	77.8
12.9	Макаронные изделия отварные						130	4.11	3.58	27.76	163.23
	Итого		14.16 35.46%	22.89 47.04%	67.41 33.39%	538.51 38.06%		17.96 36.03%	26.76 41.52%	92.8 35.34%	692.96 37.58%
(полдник)											
	Фрукты	160	1.28	0.32	13.12	64	170	1.36	0.34	13.94	68
	Кефир жирный	150	4.2	4.8	7.5	88.5	150	4.2	4.8	7.5	88.5
	Печенье	25	1.88	2.95	18.6	109	25	1.88	2.95	18.6	109
	Итого		7.36 18.42%	8.07 16.58%	39.22 19.43%	261.5 18.48%		7.44 14.92%	8.09 12.55%	40.04 15.25%	265.5 14.4%
(ужин)											
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.18	9.34	46.2	30	2.28	0.27	14.01	69.3
14.10	Кисель из свежих яблок	150	0.09	0.08	19.76	77.94					
3.16	Запеканка овощная	150	4.79	4.95	27.89	178.43					
3.24	Запеканка овощная, масло сливочное						190/10	6.14	13.43	35.44	291.4
	Сок						200	0.8	0.1	31.4	128
	Итого		6.4 16.02%	5.21 10.69%	56.98 28.22%	302.57 21.38%		9.22 18.5%	13.8 21.42%	80.85 30.79%	488.7 26.5%
	Итого за день		39.93 100% (159.72 kcal	48.67 100% (438.03 kcal	201.88 100% (807.54 kcal	1415.01 100%		49.83 100% (199.32 kcal	64.45 100% (580.04 kcal	262.58 100% (1050.3 kcal	1843.98 100% 4 kkal

			11.29%	30.96%	57.07%		10.81%	31.46%	56.96%		
Вторник (завтрак)											
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.27	14.01	69.3	30	2.28	0.27	14.01	69.3
4.13	Каша жидкая молочная манная	160	4.93	5.52	22.58	161.06	180	5.54	6.21	25.4	181.19
	Масло сливочное	5	0.04	3.62	0.06	33.05	7	0.06	5.07	0.08	46.27
15.8	Какао с молоком	150	2.54	2.11	17.43	96.53	200	3.38	2.82	23.24	128.7
1.7	Сыр (порциями)	15	3.9	3.97	0	52.5	25	6.5	6.63	0	87.5
	Итого		13.68 26.79%	15.5 30.39%	54.08 27.18%	412.43 28.19%		17.76 24%	20.99 32.92%	62.73 24.65%	512.96 26.54%
(обед)											
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.68	72.4	80	5.28	0.96	27.36	144.8
	Сок	150	0.6	0.08	23.55	96	200	0.8	0.1	31.4	128
2.38	Суп картофельный с горохом (в1) Вит.С	150	3.29	2.72	11.99	86.32	200/20	10.11	4.67	16.09	148.45
12.8	Картофельное пюре с морковью	100	1.83	2	12.37	74.58					
11.16	Тефтели из птицы	80	7.25	12.12	7.9	161.95	100	9.06	15.15	9.88	202.44
1.49	Салат из морской и белокочанной капусты	40	0.79	2.85	3.69	44.42					
12.12	Картофельное пюре с морковью						150	3	3.22	18.98	116.54
К	Морская капуста порционно						40	0.36	0.08	0	2
	Итого		16.4 32.1%	20.24 39.68%	73.22 36.8%	535.79 36.62%		28.61 38.67%	24.19 37.93%	103.75 40.77%	742.35 38.4%
(полдник)											
	Фрукты	160	1.28	0.32	13.12	64	170	1.36	0.34	13.94	68
	Бифитат	200	6	7	9.4	120	200	6	7	9.4	120
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.18	9.34	46.2	30	2.28	0.27	14.01	69.3
	Итого		8.8 17.23%	7.5 14.71%	31.86 16.01%	230.2 15.73%		9.64 13.03%	7.61 11.93%	37.35 14.68%	257.3 13.31%
(ужин)											
12.12	Капуста тушеная	150	3.21	4.53	14.43	117.47					
10.3	Биточки из говядины паровые	50	7.35	3.03	4.51	76.07					

(в1)																		
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.18	9.34	46.2				30	2.28	0.27	14.01	69.3				
14.5	Компот апельсиновый	180	0.11	0.02	11.52	44.87				200	0.18	0.04	19.58	76.14				
12.18	Капуста тушеная									150	3.18	4.57	14.21	116.72				
10.21	Котлеты, биточки, шницели									80	12.34	6.09	2.87	158.22				
	Итого		12.19	7.76	39.8	284.61					17.98	10.98	50.66	420.37				
			23.87%	15.21%	20%	19.45%					24.3%	17.21%	19.91%	21.75%				
	Итого за день		51.07	51	198.96	1463.03					74	63.77	254.5	1932.98				
			100%	100%	100%	100%					100%	100%	100%	100%				
			(204.26	(458.96	(795.82						(295.98	(573.91	(1017.9					
			kcal	kcal	kcal						kcal	kcal	8 kkal					
			13.96%	31.37%	54.4%						15.31%	29.69%	52.66%					

**Среды
(завтрак)**

8.11	Залепанка из творога с мукой пшеничной	190	29.09	21.47	28.18	432.23				190	29.09	21.47	28.18	432.23				
15.3	Чай с сахаром (в2)	150	0.3	0.16	7.65	28.43				200	0.04	0.02	10	37.9				
	Итого		29.39	21.63	35.82	460.66					29.13	21.49	38.18	470.13				
			44.5%	38.01%	20.29%	30.76%					37.22%	32.26%	16.08%	24.9%				

(обед)

	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.68	72.4				80	5.28	0.96	27.36	144.8				
2.21	Рассольник ленинградский (с перловой крупой), сметана	150/3	1.32	3.21	9.27	71.39				200/4	1.76	4.28	12.36	95.18				
12.7	Картофельное пюре	100	1.91	3.03	13.18	85.39												
1.103	Винегрет овощной (с репчатым луком) (в1)	40	0.59	2.06	3.34	34.96				60	0.89	3.08	5	52.44				
10.7	Зразы рубленые	60	8.6	8.9	9.5	153.01												
14.10	Кисель из свежих яблок Вит.С	150	0.09	0.08	19.76	77.94												
12.11	Картофельное пюре									150	2.88	4.59	19.79	128.69				
10.27	Зразы рубленые									80	10.22	10.45	11.41	184.87				
14.12	Кисель из свежих яблок Вит.С									200	0.12	0.12	26.34	103.92				
	Итого		15.16	17.76	68.77	495.2					21.15	23.48	102.3	710.02				
			22.95%	31.2%	38.95%	33.07%					27.02%	35.25%	43.08%	37.6%				

(полдник)

	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.18	9.34	46.2				30	2.28	0.27	14.01	69.3				
--	----------------	----	------	------	------	------	--	--	--	----	------	------	-------	------	--	--	--	--

Фрукты	160	1.28	0.32	13.12	64	170	1.36	0.34	13.94	68
Кефир жирный	150	4.2	4.8	7.5	88.5	150	4.2	4.8	7.5	88.5
Итого		7	5.3	29.96	198.7		7.84	5.41	35.45	225.8
		10.6%	9.31%	16.97%	13.27%		10.02%	8.12%	14.93%	11.96%
(ужин)										
Хлеб пшеничный	20	1.52	0.18	9.34	46.2	40	3.04	0.36	18.68	92.4
К	150	0.33	0	20.28	79.38	200	0.44	0	27.04	105.84
10.14	60	10.16	9.26	3.7	141.68					
12.16	120	2.48	2.77	8.69	75.53					
12.22						150	3.11	3.47	10.85	94.41
10.38						80	13.55	12.4	4.96	189.54
Итого		14.5	12.22	42	342.79		20.14	16.23	61.53	482.19
		21.95%	21.47%	23.79%	22.89%		25.74%	24.37%	25.91%	25.54%
Итого за день		66.04	56.9	176.55	1497.35		78.25	66.61	237.46	1888.15
		100%	100%	100%	100%		100%	100%	100%	100%
		(264.17	(512.08	(706.2			(313.02	(599.48	(949.83	
		kkal	kkal	kkal			kkal	kkal	kkal	
		17.64%	32.2%)	53.16%			16.58%	31.75%	53.3%)	

Четверг

(завтрак)

15.6	Чай с молоком (в 1)	150	2.31	2	12.62	75.38	200	3.08	2.66	16.82	100.5
К	Суп молочный с овсяными хлопьями "Экстра №3"	160	4.35	4.49	12.46	107.77	200	5.44	5.61	15.58	134.71
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.27	14.01	69.3	40	3.04	0.36	18.68	92.4
	Масло сливочное	7	0.06	5.07	0.08	46.27	10	0.08	7.24	0.12	66.1
	Итого		9	11.82	39.17	298.71		11.64	15.87	51.2	393.71
			21.98%	26.71%	20.54%	22.33%		20.33%	26.53%	19.3%	21.3%
(обед)											
	Сок	150	0.6	0.08	23.55	96	200	0.8	0.1	31.4	128
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.68	72.4	80	5.28	0.96	27.36	144.8
2.1	Борщ с капустой и картофелем (в1), сметана Вит.С	150/3	1.04	3.09	6.83	62.36					
12.8	Картофельное пюре с морковью	100	1.83	2	12.37	74.58					
1.79	Салат "Здоровье"	40	0.65	4.04	2.84	49.97	60	0.97	6.06	4.26	74.95

15.12	Кофейный напиток с молоком (в2)	150	1.88	1.65	13.31	73.49	200	2.5	2.2	17.74	97.98
1.4	Бутерброд с повидлом						30/5/15	7.7	3.72	24.31	137.9
4.16	Каша жидкая молочная рисовая						200	5.3	6.9	29.2	201.86
	Итого		8.48	14.71	50.84	371.01		15.5	12.82	71.25	437.74
			15.27%	25.66%	22.2%	21.81%		20.55%	19.55%	26.37%	21.84%

(обед)

	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.68	72.4	80	5.28	0.96	27.36	144.8
12.1	Каша вязкая гречневая	120	3.31	3.2	16.45	110.45					
2.15	Щи из квашеной капусты с картофелем, сметана	150/3	1.01	1.98	3.87	38.82	200/4	1.34	2.64	5.16	51.76
10.31	Тефтели (в1) (говядина)	80	6.44	7.89	7.99	131.98					
1.67	Салат "Заря" (в1)	40	0.51	0.46	2.93	49.06	60	0.77	0.7	4.39	73.58
14.10	Компот из плодов сушеных (изюм) Вит.С	150	0.39	0	18.62	74.1	200	0.52	0	24.82	98.8
10.33	Тефтели (в3) (говядина)						120	9.7	9.54	11.57	175.24
12.10	Картофель отварной						150	2.69	4.16	22.04	132.41
	Итого		14.3	14.02	63.54	476.8		20.29	17.99	95.38	676.71
			25.77%	24.45%	27.74%	28.03%		26.9%	27.44%	35.31%	33.76%

(полдник)

	Йогурт	125	2.38	5.88	20.25	143.75	125	2.38	5.88	20.25	143.75
14.18	Яблоки печеные	150	0.63	0.6	26.45	112.5					
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.18	9.34	46.2	30	2.28	0.27	14.01	69.3
	Фрукты						170	0.68	0.68	16.66	76.5
	Итого		4.53	6.66	56.04	302.45		5.34	6.83	50.92	289.55
			8.15%	11.61%	24.46%	17.78%		7.07%	10.41%	18.85%	14.44%

(ужин)

1.74	Салат из моркови с яблоками (в1)	40	0.34	0.09	6.3	28.82					
8.7	Сырники, запеченные со сметаной	200	27.56	21.7	44.7	493.54					
15.3	Чай с сахаром (в2)	150	0.3	0.16	7.65	28.43	200	0.04	0.02	10	37.9
8.2	Сырники из творога, сметана						200/20	34.26	27.92	42.58	562.66
	Итого		28.2	21.94	58.64	550.78		34.3	27.94	52.58	600.56

Итого за день	50.81%	38.28%	25.6%	32.38%	45.48%	42.61%	19.46%	29.96%	55.49	57.33	229.05	1701.05	75.42	65.57	270.13	2004.56					
	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	(221.98	(515.97	(916.2	100%	100%	100%	100%	100%					
	kcal	kcal	kcal	kcal	kcal	kcal	kcal	kcal													
	13.05%	30.33%	53.86%										15.05%	29.44%	53.9%						



Инженер отдела по организации питания

С.В.Тарасюк

Меню составлено на основании «Сборника технологических карт блюд и изделий для детей раннего и дошкольного возраста», Минск 2016

Для организации сбалансированного питания воспитанников от 1-3 лет, в соответствии с санитарными нормами и правилами «Требования для учреждений дошкольного образования» (приложение 9), соблюдения общей калорийности суточного рациона, выполнения денежных норм питания, в примерное меню добавлена колбаса отварная с превышением нормы (200%). Данная корректировка согласована с Мозырским зональным центром.

Гигиеническая оценка от

Стоимость рационов рассчитана по ценам продуктов питания на 01.10.2024 года.

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ

Группа питания: 1-3 года
4-х разовое питание

ВЫПОЛНЕНИЕ НОРМ ПОТРЕБЛЕНИЯ ОСНОВНЫХ ПРОДУКТОВ

№ п/п	Наименование продукта	Норма на 1 ребенка в граммах	Выполнение норм факт, г	Выполнение норм %
1.	Хлеб пшеничный	65	66,5	102,3
2.	Хлеб ржаной	40	40	100
3.	Мука пшеничная	10	11	110
4.	Крахмал картофельный	2	2,1	105
5.	Макаронные изделия	7	7,5	107,1
6.	Крупы	26	23,4	90
7.	Бобовые	3	2,4	80
8.	Картофель	110	108,5	98,6
9.	Овощи	170	174,7	102,8
10.	Томат-пюре	1	1	100
11.	Фрукты	170	172,2	101,3
12.	Сухофрукты	7,5	7,5	107,1
13.	Шиповник сухой	5	0	0
14.	Соя	60	65,4	109
15.	Мясо	28	27,4	97,9
16.	Птица	10	10,9	109
17.	Колбасные изделия	5	10	200
18.	Субпродукты	8	6	75
19.	Молоко и кисломолочные продукты	400	379,9	95
20.	Масло сливочное	15	14,8	98,7
21.	Творог	55	49,5	90
22.	Сметана	11	12	109,1
23.	Сыр	5	5,4	108
24.	Яйца	20	18,6	93
25.	Рыба	10	10,8	108
26.	Морепродукты	2	0,8	40
27.	Масло растительное	11	12,1	110,1
28.	Сахар	34	43,2	127,1
29.	Мед	2	0	0
30.	Кондитерские изделия	13	14,3	110
31.	Дрожжи	0,2	0,1	50
32.	Чай	0,1	0,15	150
33.	Кофейный напиток	1,6	1,6	100
34.	Какао-порошок	0,8	0,9	112,5
35.	Соль	4	4	100
36.	Лимонная кислота	0,1	0,1	100
37.	Аскорбиновая кислота	0,05	0,05	100

ВЫПОЛНЕНИЕ ДЕНЕЖНЫХ НОРМ И НОРМ ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЙ ПОТРЕБНОСТИ В ПРОДУКТАХ ПИТАНИЯ

№ п/п	Наименование	Норма на 1 ребенка	Выполнение норм факт	Выполнение норм %
1.	Белки в т.ч. суточная норма	36-56	51,22	100
2.	Жиры в т.ч. суточная норма	36-56	51,22	100
3.	Углеводы в т.ч. суточная норма	40-53	51,55	100
4.	Калорийность в т.ч. суточная норма	175-210	204,01	100
5.	Стоимость, руб.	1200-1500	1493,74	100
		1200-1500	1493,74	100
		4,92	5,06	102,85

НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ

Группа питания: 3-6 лет
4-х разовое питание

ВЫПОЛНЕНИЕ НОРМ ПОТРЕБЛЕНИЯ ОСНОВНЫХ ПРОДУКТОВ

№ п/п	Наименование продукта	Норма на 1 ребенка в граммах	Выполнение норм факт, г	Выполнение норм %
1.	Хлеб пшеничный	90	92,6	102,9
2.	Хлеб ржаной	80	80	100
3.	Мука пшеничная	15	15	100
4.	Крахмал картофельный	2	1,8	90
5.	Макаронные изделия	9	8,8	97,8
6.	Крупы	28	28,7	102,5
7.	Бобовые	4	3,2	80
8.	Картофель	160	169,9	106,2
9.	Овощи	210	214,1	102
10.	Томат-пюре	2	2	100
11.	Фрукты	200	180,8	90,4
12.	Сухофрукты	10	10	100
13.	Шиповник сухой	6	0	0
14.	Соя	100	106	106
15.	Мясо	55	50,7	92,2
16.	Птица	15	15	100
17.	Колбасные изделия	10	10	100
18.	Субпродукты	14	8	57,1
19.	Молоко и кисломолочные продукты	400	430,6	107,7
20.	Масло сливочное	20	19,2	96
21.	Творог	60	54,4	90,7
22.	Сметана	12	12,2	101,7
23.	Сыр	8	8	100
24.	Яйца	25	23,2	92,8
25.	Рыба	14	14,8	105,7
26.	Морепродукты	4	4	100
27.	Масло растительное	14	15,4	110,2
28.	Сахар	40	48,7	121,8
29.	Мед	5	0	0
30.	Кондитерские изделия	15	16,5	110
31.	Дрожжи	0,2	0,11	55
32.	Чай	0,2	0,18	90
33.	Кофейный напиток	2,4	1,9	79,2
34.	Какао-порошок	1,6	1,2	75
35.	Соль	5	5	100
36.	Лимонная кислота	0,2	0,2	100
37.	Аскорбиновая кислота	0,05	0,05	100

ВЫПОЛНЕНИЕ ДЕНЕЖНЫХ НОРМ И НОРМ ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЙ ПОТРЕБНОСТИ В ПРОДУКТАХ ПИТАНИЯ

№ п/п	Наименование	Норма на 1 ребенка	Выполнение норм факт	Выполнение норм %
1.	Белки в т.ч. суточная норма	49-75	68,14	100
2.	Жиры в т.ч. суточная норма	49-75	68,14	100
3.	Углеводы в т.ч. суточная норма	50-71	64,79	100
4.	Калорийность в т.ч. суточная норма	203-280	265,73	100
5.	Стоимость, руб.	1500-2000	1938,55	100
		1500-2000	1938,55	100
		6,18	6,69	108,25