

СОГЛАСОВАНО  
Руководитель учреждения  
\_\_\_\_\_ 2024

УТВЕРЖДАЮ  
Управляющий ГУ «Мозырский  
районный центр по обеспечению  
деятельности бюджетных организаций  
в сфере образования»  
Д.С.Пашкевич



Примерное рекомендуемое двухнедельное меню  
для воспитанников учреждений дошкольного образования  
12 часов пребывания на зимне-весенний период.

№ рецепт	Наименование блюда	от 1 года до 3 лет					от 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 крулой (гречневой)	150	4.37	4.08	13.17	107.57					
4.1	Каша вязкая молочная гречневая						200	7.42	7.54	28.92	254.58
	Итого		8.96 18.53%	6.35 12.1%	39.8 20.02%	252.24 17.27%		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 10.5	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					



"Экстра" №3													
Итого													
					12.76	15.38	44.02	364.23		18.4	24.22	60.36	532.9
					29.12%	32.26%	21.96%	25.77%		30.74%	37.67%	22.1%	27.74%
(обед)													
		40			2.64	0.48	13.68	72.4	80	5.28	0.96	27.36	144.8
10.31	Хлеб ржаной				6.44	7.89	7.99	131.98					
	Тефтели (в1) (говядина лоп.ч)	80											
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				
12.11	Картофельное пюре								150	2.88	4.59	19.79	128.69
10.33	Тефтели (в3) (говядина лоп.ч)								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
					29.73%	38.35%	28.38%	31.59%		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
					14.98%	12.73%	23.87%	19.21%		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					
14.11	Кисель из сока	180			0.25	0	27.04	106.36	200	0.3	0	33.38	131.3
14.13													
12.16	Хлеб пшеничный	20			1.52	0.18	9.34	46.2	30	2.28	0.27	14.01	69.3
9.10	Сложный гарнир (в2)	150			3.1	3.47	10.86	94.41					
12.22	Котлеты (биточки) рыбные								70	8.36	5.35	10.45	125.95
	Сложный гарнир (в2)								150	3.11	3.47	10.85	94.41
	Итого				11.48	7.95	51.73	331.2		14.05	9.09	68.69	420.96
					26.18%	16.67%	25.8%	23.43%		23.48%	14.13%	25.15%	21.91%
	Итого за день				43.84	47.69	200.5	1413.49		59.84	64.31	273.13	1921.38
					100%	100%	100%	100%		100%	100%	100%	100%
					(175.36	(429.24	(802.01			(239.35	(578.81	(1092.5	

		kkal	kkal	kkal	kkal	kkal	kkal	kkal	2 kkal		
		12.41%	30.37%	56.74%		12.46%	30.12%	56.86%			
<b>Среды</b>											
<b>(завтрак)</b>											
15.10	Кофейный напиток с молоком	150	2.11	1.68	14.77	81.65	180	2.25	1.98	15.97	88.18
15.11											
4.15	Каша жидкая молочная	150	3.97	5.21	21.95	152	180	4.77	6.21	26.28	181.67
4.16	рисовая										
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		11.15	13.04	48.33	355.96		13.34	15.88	56.76	422.76
			25.27%	27.4%	21.89%	23.81%		23.7%	26.43%	20.32%	22.3%
<b>(обед)</b>											
	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	Салат "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	150	3	3.22	18.98	116.54
2.35	Суп картофельный с крутой (рис) Вит.С	150	1.2	1.52	9.95	58.14	200	1.6	2.02	13.26	77.52
9.17	Рыбник (в1), масло сливочное						80/10	10.08	11.32	6.12	169.19
	Итого		14.75	16.21	68.8	482.94		22.56	24.69	101.15	722.75
			33.44%	34.06%	31.17%	32.31%		40.09%	41.09%	36.22%	38.12%
<b>(полдник)</b>											
	Груша	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	6.54	44.79	257.15		4.54	6.54	44.79	257.15
			10.28%	13.73%	20.29%	17.2%		8.06%	10.87%	16.04%	13.56%
<b>(ужин)</b>											
12.5	Макаронные изделия	100	3.16	2.72	21.35	125.34	130	4.11	3.58	27.76	163.23
12.9	отварные										
10.7	Зразы рубленые (говядина таз.ч)	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 (изюм)	150	0.39	0	18.62	74.1	200	0.52	0	24.82	98.8
10.27	Зразы рубленые (говядина таз.ч)						70	8.94	9.14	9.98	161.76
	Итого		13.67 31%	11.8 24.8%	58.81 26.64%	398.65 26.67%		15.85 28.16%	12.99 21.61%	76.57 27.42%	493.09 26.01%
	Итого за день		44.11 100% (176.42 kcal 11.8%)	47.59 100% (428.32 kcal 28.66%)	220.73 100% (882.91 kcal 59.07%)	1494.7 100%		56.28 100% (225.13 kcal 11.88%)	60.1 100% (540.87 kcal 28.53%)	279.26 100% (1117.0 kcal 4 kkal 58.92%)	1895.74 100%

**Четверг**

**(завтрак)**

15.8	Какао с молоком	150	2.54	2.11	17.43	96.53	200	3.38	2.82	23.24	128.7
1.4	Бутерброд с повидлом	24/4/12	6.16	2.98	19.45	110.32	30/5/15	7.7	3.72	24.31	137.9
4.5	Каша вязкая молочная пшеница	150	5.48	5.3	29.12	188.36	180	7.42	7.15	34.87	236.12
	Итого		14.17 27.7%	10.39 21.43%	65.99 33.7%	395.2 28.11%		18.5 26.52%	13.69 22.17%	82.41 32.22%	502.72 27.07%

**(обед)**

	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.68	72.4	80	5.28	0.96	27.36	144.8
2.4	Борщ с картофелем (в1), сметана	150/3	1.22	3.14	8.48	67.22					
12.7	Картофельное пюре	100	1.91	3.03	13.18	85.39					
1.81	Салат "Ассорти" (в2)	40	0.57	3.24	2.68	42.04	60	0.85	4.86	4.02	63.06
10.3	Биточки из говядины паровые	60	8.82	3.64	5.41	91.28	80	11.76	4.89	7.21	144.77
10.18	(в1) (говядина таз.ч)										
14.5	Компот апельсиновый Виг.С	150	0.09	0.02	9.6	37.39	200	0.18	0.04	19.58	76.14
2.6	Борщ с картофелем (в1), мясо отварное протертое (добавка в суп) (говядина таз.ч), сметана						200/15/4	5.92	4.99	11.34	115.09
12.11	Картофельное пюре						150	2.88	4.59	19.79	128.69
	Итого		15.24 29.79%	13.54 27.94%	53.07 27.1%	395.84 28.16%		26.87 38.53%	20.33 32.94%	89.34 34.93%	672.67 36.22%

**(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
		13.68%	10.94%	15.3%	14.13%		11.24%	8.76%	13.86%	12.16%

(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
		28.83%	39.68%	23.9%	29.6%		23.71%	36.12%	18.99%	24.55%
Итого за день		51.16	48.45	195.83	1405.81		69.74	61.73	255.77	1857
		100%	100%	100%	100%		100%	100%	100%	100%
		(204.65	(436.01	(783.33			(278.96	(555.53	(1023.0	
		kcal	kcal	kcal			kcal	kcal	8 kkal	
		14.56%	31.01%	55.72%			15.02%	29.92%	55.09%	

Пятица

(завтрак)

15.9 Молоко кипяченое	150	3.97	3.48	6.74	74.05					
8.11 Запеканка из творога с мукой пшеничной	150	22.97	16.95	22.25	341.24	170	26.03	19.21	25.21	386.73
15.10 Молоко кипяченое						180	4.77	4.18	8.08	88.88
Итого		26.94	20.43	28.98	415.29		30.8	23.39	33.29	475.62
		40.8%	36.47%	13.06%	25.12%		37.33%	35.08%	11.81%	23.24%

(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 крупой), 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	150	3	3.22	18.98	116.54
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
	Итого		14.5	15.25	63.6		437.29							22.32	21.42	96.51	654.05
			21.96%	27.23%	28.66%		26.45%							27.06%	32.13%	34.23%	31.96%
			(полдник)														
	Бифлаг	200	6	7	9.4		120		200					6	7	9.4	120
K	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	Ватрушка с повидлом	60	4.24	2.26	43.64		210.38		70					3.93	2.08	40.74	196.09
16.10	Ватрушка сповидлом													11.29	9.42	95.71	505.54
	Итого		11.44	9.56	90.02		485.28							13.68%	14.13%	33.95%	24.7%
			17.33%	17.07%	40.56%		29.35%										

(ужин)

10.6	Котлеты "Здоровье" (говядина лоп.ч)	50	7.51	4.41	3.65		85.94		80					12.06	6.89	5.91	136.41
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
	Итого		13.14	10.77	39.32		315.28							18.08	12.45	56.43	411.32
			19.9%	19.23%	17.72%		19.07%							21.91%	18.67%	20.01%	20.1%
Итого за день			66.03	56.02	221.92		1653.14							82.49	66.67	281.94	2046.53
			100%	100%	100%		100%							100%	100%	100%	100%
			(264.1	(504.17	(887.66		(329.94		(329.94					600.05	(1127.7	(7	100%
			kkal	kkal	kkal		kkal		kkal					kkal	kkal	7	kkal
			15.98%	30.5%	53.7%				16.12%					29.32%	55.11%		

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)	150	4.37	4.08	13.17		107.57		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		11.73	12.23	37.39		305.26							15.22	15.79	48.89	396.82
			29.59%	25.27%	18.6%		21.68%		30.54%					24.51%	18.62%	21.52%	
	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
2.13	Макаронные изделия отварные						130	4.11	3.58	27.76	163.23
12.9	Итого		14.16	22.89	67.41	538.51		17.96	26.76	92.8	692.96
			35.72%	47.3%	33.54%	38.25%		36.03%	41.52%	35.34%	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	8.07	39.22	261.5		7.44	8.09	40.04	265.5
			18.55%	16.67%	19.51%	18.57%		14.92%	12.55%	15.25%	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	5.21	56.98	302.57		9.22	13.8	80.85	488.7
			16.13%	10.75%	28.35%	21.49%		18.5%	21.42%	30.79%	26.5%
			39.64	48.4	201.01	1407.84		49.83	64.45	262.58	1843.98
			100%	100%	100%	100%		100%	100%	100%	100%
			(158.56	(435.58	(804.03			(199.32	(580.04	(1050.3	
			kcal	kcal	kcal			kcal	kcal	4 kkal	
			11.26%	30.94%	57.11%			10.81%	31.46%	56.96%	
Итого за день											
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	150	4.62	5.18	21.17	150.99	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			13.38	15.16	52.67	402.37		17.76	20.99	62.73	512.96
				26.35%	29.92%	26.66%	27.69%		26.29%	31.74%	24.17%	26.38%
(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	4.38	3.62	15.98	115.1
12.8	Картофельное пюре с морковью	100		1.83	2	12.37	74.58					
11.16	Тертели из птицы	80		7.25	12.12	7.9	161.95	100	9.06	15.15	9.88	202.44
1.49	Салат из морекон и белокочанной капусты	40		0.79	2.85	3.69	44.42	60	1.19	4.27	5.53	66.62
12.12	Картофельное пюре с морковью							150	3	3.22	18.98	116.54
	Итого			16.4	20.24	73.22	535.79		23.71	27.33	109.17	773.63
				32.3%	39.96%	37.06%	36.88%		35.1%	41.31%	42.06%	39.79%
(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	7.5	31.86	230.2		9.64	7.61	37.35	257.3
				17.34%	14.81%	16.13%	15.84%		14.27%	11.5%	14.39%	13.23%
(ужин)												
12.12	Капуста тушеная	150		3.21	4.53	14.43	117.47					
10.3	Биточки из говядины паровые (в1) (говядина таз.ч)	50		7.35	3.03	4.51	76.07					
	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 (говядина таз.ч)							70	10.8	5.33	2.51	138.44
	Итого			12.19	7.76	39.8	284.61		16.44	10.22	50.31	400.6
				24.01%	15.32%	20.15%	19.59%		24.34%	15.44%	19.38%	20.6%
				50.76	50.65	197.55	1452.96		67.55	66.15	259.56	1944.48
				100%	100%	100%	100%		100%	100%	100%	100%
<b>Итого за день</b>												

		(203,03 kkal 13.97%	(455,86 kkal 31.37%	(790,18 kkal 54.38%		(270,19 kkal 13.9%)	(595,31 kkal 30.62%	(1038,2 5 kkal 53.39%			
<b>Средн</b>											
<b>(завтрак)</b>											
8.11	Залежанка из творога с мукой пшеничной	170	26.03	19.21	25.21	386.73	170	26.03	19.21	25.21	386.73
15.3	Чай с сахаром (в2)	150	0.3	0.16	7.65	28.43	200	0.04	0.02	10	37.9
	Итого		26.33 44.7%	19.37 38.85%	32.85 16.14%	415.16 27.55%		26.07 37.64%	19.23 32.79%	35.21 15.28%	424.63 24.28%
<b>(обед)</b>											
	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					
1.90	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 (говядина	60	8.6	8.9	9.5	153.01	60	7.66	7.83	8.55	138.65
10.27	лоп.ч)										
14.10	Кисель из свежих яблок Вит.С	150	0.09	0.08	19.76	77.94	200	0.12	0.12	26.34	103.92
14.12											
12.11	Картофельное пюре						150	2.88	4.59	19.79	128.69
	Итого		15.16 25.73%	17.76 35.62%	68.77 33.78%	495.2 32.86%		18.59 26.85%	20.87 35.59%	99.45 43.16%	663.81 37.95%
<b>(полдник)</b>											
	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 11.88%	5.3 10.63%	29.96 14.72%	198.7 13.18%		7.84 11.32%	5.41 9.23%	35.45 15.39%	225.8 12.91%
<b>(ужин)</b>											
4.35	Манник, масло сливочное	150/5	8.05	7.21	37.61	251.98					
	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.18	9.34	46.2	40	3.04	0.36	18.68	92.4
К	Салат из моркови с сахаром	40	0.52	0.04	4.76	20.4					
К	Компот из сухофруктов	150	0.33	0	20.28	79.38	200	0.44	0	27.04	105.84

12.22	Сложный гарнир (в2)											150						3.11	3.47	10.85	94.41
10.38	Оладьи из печени											60						10.16	9.3	3.72	142.16
	Итого																	16.75	13.13	60.29	434.81
																		24.19%	22.39%	26.17%	24.86%
<b>Итого за день</b>																		69.25	58.64	230.4	1749.05
																		100%	100%	100%	100%
																		(277	(527.74	(921.6	
																		kkal	kkal	kkal	
																		15.84%	30.17%	52.69%	

**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	Сул. молочный с овсяными хлопьями "Экстра №3"	150	4.08	4.21	11.69	101.03						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		8.73	11.54	38.39	291.98											11.64	15.87	51.2	393.71
			21.63%	26.51%	20.55%	22.23%											21.13%	27.26%	19.47%	21.69%

**(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	150/3	1.04	3.09	6.83	62.36						200/4					1.38	4.12	9.1	83.16	
2.3	(в1), сметана Вит.С																				
12.8	Картофельное пюре с морковью	100	1.83	2	12.37	74.58												0.97	6.06	4.26	74.95
1.79	Салаг "Здоровье"	40	0.65	4.04	2.84	49.97						60									
9.19	Тефтели рыбные (в2)	80	6.37	6.14	8.34	116.96															
9.24	Тефтели рыбные (в2)											120					8.95	7.2	11.86	151.61	
12.12	Картофельное пюре с морковью											150					3	3.22	18.98	116.54	
	Итого		13.12	15.83	67.65	472.38											20.38	21.67	103	699.18	
			32.52%	36.35%	36.21%	35.97%											36.99%	37.21%	39.17%	38.52%	

**(полдник)**

	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.18	9.34	46.2						30					2.28	0.27	14.01	69.3	
	Фрукты	160	0.64	0.48	15.2	67.2						170					0.68	0.51	16.15	71.4	
15.9	Молоко кипяченое	150	3.97	3.48	6.74	74.05															
15.10	Молоко кипяченое											150					3.97	3.48	6.74	74.07	

Итого			6.14	4.14	31.28	187.46	6.94	4.26	36.9	214.77
			15.2%	9.51%	16.74%	14.28%	12.59%	7.32%	14.03%	11.83%
<b>(ужин)</b>										
12.4	Каша вязкая рисовая	100	1.55	2.15	15.6	89.57				
10.36	Фрикадельки в соусе (говядина лоп.ч)	80	8.64	6.46	9.23	132.26	10.8	8.08	11.54	165.32
14.5	Хлеб пшеничный	20	1.52	0.18	9.34	46.2	2.28	0.27	14.01	69.3
1.42	Компот апельсиновый	180	0.11	0.02	11.52	44.87	0.18	0.04	19.58	76.14
12.8	Салат "Цветной"	40	0.55	3.22	3.79	48.44	0.83	4.84	5.69	72.66
	Каша вязкая рисовая						2.06	3.2	21.05	124.05
	Итого		12.37	12.04	49.48	361.34	16.14	16.42	71.86	507.47
			30.66%	27.64%	26.49%	27.52%	29.3%	28.21%	27.33%	27.96%
<b>Итого за день</b>										
			40.35	43.54	186.8	1313.15	55.1	58.22	262.96	1815.13
			100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%
			(161.42	(391.87	(747.2	(220.41	(523.94	(1051.8	(1051.8	(1051.8
			kcal	kcal	kcal	kcal	kcal	kcal	kcal	kcal
			12.29%	29.84%	56.9%		12.14%	28.87%	57.95%	

**Пятица**

**(завтрак)**

4.15	Каша жидкая молочная рисовая	150	3.97	5.21	21.95	152				
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.27	14.01	69.3				
	Масло сливочное	10	0.08	7.24	0.12	66.1				
15.12	Кофейный напиток с молоком (в2)	150	1.88	1.65	13.31	73.49	200	2.5	17.74	97.98
1.4	Бутерброд с повидлом									
4.16	Каша жидкая молочная рисовая						30/5/15	7.7	24.31	137.9
	Итого		8.21	14.37	49.38	360.88	200	5.3	29.2	201.86
			17.18%	28.16%	23.11%	23.3%		15.5	12.82	437.74
								21.51%	20.29%	22.42%
<b>(обед)</b>										
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.68	72.4	80	5.28	27.36	144.8
12.1	Каша вязкая гречневая	100	2.76	2.67	13.71	92.04				
2.15	Щи из квашеной капусты с картофелем, сметана	150/3	1.01	1.98	3.87	38.82	200/4	1.34	5.16	51.76
10.31	Тефтели (в1) (говядина таз.ч)	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	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 таз.ч)						120	9.7	9.54	11.57	175.24
12.10	Картофель отварной						150	2.69	4.16	22.04	132.41
	Итого		13.75 28.77%	13.48 26.43%	60.79 28.45%	458.4 29.59%		20.29 28.16%	17.99 28.48%	95.38 35.87%	676.71 34.66%
			(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 9.47%	6.66 13.04%	56.04 26.23%	302.45 19.52%		5.34 7.4%	6.83 10.8%	50.92 19.15%	289.55 14.83%
			(ужин)								
1.74	Салат из моркови с яблоками (в1)	40	0.34	0.09	6.3	28.82					
8.7	Сырники, запеченные со сметаной	150	20.67	16.27	33.53	370.16					
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						180/20	30.89	25.53	38.38	510.51
	Итого		21.31 44.58%	16.52 32.38%	47.46 22.21%	427.4 27.59%		30.93 42.93%	25.55 40.44%	48.38 18.19%	548.41 28.09%
	Итого за день		47.79 100% (191.15 kkal)	51.02 100% (459.21 kkal)	213.67 100% (854.68 kkal)	1549.12 100%		72.06 100% (288.22 kkal)	63.18 100% (568.64 kkal)	265.93 100% (1063.7 kkal)	1952.42 100% (2 kkal)
								14.76%	29.12%	54.48%	



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: Ясли чистая 12ч  
4-х разовое питание

### ВЫПОЛНЕНИЕ НОРМ ПОТРЕБЛЕНИЯ ОСНОВНЫХ ПРОДУКТОВ

№ п/п	Наименование продукта	Норма на 1 ребенка в граммах		Выполнение нормы	
		факт, г	%	факт, г	%
1.	Хлеб пшеничный	60	110.2	66.1	110.2
2.	Хлеб ржаной	40	100	40	100
3.	Мука пшеничная	10	12.5	12.5	125
4.	Крахмал картофельный	2	10.5	2.1	10.5
5.	Макаронные изделия	7	107.1	7.5	107.1
6.	Крупы	25	101.6	25.4	101.6
7.	Бобовые	2	120	2.4	120
8.	Картофель	100	108.5	108.5	108.5
9.	Овощи	170	167.1	167.1	98.3
10.	Томат-пюре	0.5	100	0.5	100
11.	Фрукты	170	172.2	172.2	101.3
12.	Сухофрукты	7	107.1	7.5	107.1
13.	Соя	60	109	65.4	109
14.	Мясо	26	105.4	27.4	105.4
15.	Птица	10	109	10.9	109
16.	Колбасные изделия	5	200	10	200
17.	Молоко и кисломолочные продукты	390	385.7	385.7	98.9
18.	Масло сливочное	16	14.8	14.8	92.5
19.	Творог	45	91.1	41	91.1
20.	Сметана	11	11.3	11.3	102.7
21.	Сыр	5	108	5.4	108
22.	Яйцо	18	102.2	18.4	102.2
23.	Рыба	10	108	10.8	108
24.	Масло растительное	10	110	11	110
25.	Сахар	39	111.3	43.4	111.3
26.	Кондитерские изделия	16	14.6	14.6	91.3
27.	Дрожжи	0.2	50	0.1	50
28.	Чай	0.1	150	0.15	150
29.	Кофейный напиток	1.6	100	1.6	100
30.	Квас-паралок	0.8	112.5	0.9	112.5
31.	Соль	4	100	4	100
32.	Лимонная кислота	0.1	100	0.1	100
33.	Аскорбиновая кислота	0.05	100	0.05	100

### ВЫПОЛНЕНИЕ ДЕНЕЖНЫХ НОРМ И НОРМ ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЙ ПОТРЕБНОСТИ В ПРОДУКТАХ ПИТАНИЯ

№ п/п	Наименование	Норма на 1 ребенка		Выполнение нормы	
		факт	%	факт	%
1.	Белки	36-56	100	49.09	100
	в т.ч. суточная норма	36-56	100	49.09	100
2.	Жиры	40-53	100	49.56	100
	в т.ч. суточная норма	40-53	100	49.56	100
3.	Углеводы	175-210	100	204.03	100
	в т.ч. суточная норма	175-210	100	204.03	100
4.	Калорийность	1200-1500	100	1465.77	100
	в т.ч. суточная норма	1200-1500	100	1465.77	100
5.	Стоимость, руб.	4.62	106.28	4.91	106.28

## НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ

Группа питания: Сад чистая 12ч  
4-х разовое питание

### ВЫПОЛНЕНИЕ НОРМ ПОТРЕБЛЕНИЯ ОСНОВНЫХ ПРОДУКТОВ

№ п/п	Наименование продукта	Норма на 1 ребенка в граммах		Выполнение нормы	
		факт, г	%	факт, г	%
1.	Хлеб пшеничный	80	91.5	80	114.4
2.	Хлеб ржаной	80	100	80	100
3.	Мука пшеничная	15	14.1	14.1	94
4.	Крахмал картофельный	2	1.8	2	90
5.	Макаронные изделия	9	8.8	8.8	97.8
6.	Крупы	29	28.7	29	99
7.	Бобовые	3	106.7	3.2	106.7
8.	Картофель	160	169.9	169.9	106.2
9.	Овощи	210	219.9	219.9	104.7
10.	Томат-пюре	2	1.5	2	75
11.	Фрукты	190	180.8	180.8	95.2
12.	Сухофрукты	10	100	10	100
13.	Соя	100	106	106	106
14.	Мясо	50	46.6	46.6	93.2
15.	Птица	15	15	15	100
16.	Колбасные изделия	10	100	10	100
17.	Молоко и кисломолочные продукты	400	429	429	107.3
18.	Масло сливочное	21	19.1	19.1	91
19.	Творог	50	47.9	47.9	95.8
20.	Сметана	12	12.1	12.1	100.8
21.	Сыр	8	8	8	100
22.	Яйцо	23	22.8	22.8	91.2
23.	Рыба	14	14.8	14.8	105.7
24.	Масло растительное	14	110	14	110
25.	Сахар	41	48.4	48.4	110
26.	Кондитерские изделия	16	16.7	16.7	104.4
27.	Дрожжи	0.2	0.11	0.11	55
28.	Чай	0.2	0.18	0.18	90
29.	Кофейный напиток	2.4	1.9	1.9	79.2
30.	Квас-паралок	1.6	1.2	1.2	75
31.	Соль	5	5	5	100
32.	Лимонная кислота	0.2	0.2	0.2	100
33.	Аскорбиновая кислота	0.05	0.05	0.05	100

### ВЫПОЛНЕНИЕ ДЕНЕЖНЫХ НОРМ И НОРМ ФИЗИОЛОГИЧЕСКОЙ ПОТРЕБНОСТИ В ПРОДУКТАХ ПИТАНИЯ

№ п/п	Наименование	Норма на 1 ребенка		Выполнение нормы	
		факт	%	факт	%
1.	Белки	49-75	100	64.59	100
	в т.ч. суточная норма	49-75	100	64.59	100
2.	Жиры	50-71	100	63.33	100
	в т.ч. суточная норма	50-71	100	63.33	100
3.	Углеводы	203-280	100	264.61	100
	в т.ч. суточная норма	203-280	100	264.61	100
4.	Калорийность	1500-2000	100	1966.86	100
	в т.ч. суточная норма	1500-2000	100	1966.86	100
5.	Стоимость, руб.	5.71	110.86	6.33	110.86