



Утверждаю:

Заведующий МБДОУ д/с № 6

О.В.Лахина

Приказ № 36 от 09.01.2020г.

# **ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ (ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ)**

**МБДОУ д/с № 6 города Крпоткин**

**Муниципального образования Кавказский район**

*Летне-осенний период*

№ реп.	Наименование блюда	Брутто	Нетто	выход	белки	жиры	углев.	Ккал.	Витамины (мг)		Минеральные в-ва	
									B1	C	Ca	Fe
	<b>1 день</b>											
	<b>ЗАВТРАК</b>											
	Кисель витаминизированный			1/50	0	0	4,6	18,58	0,08	4	0,48	0
	кисель	0,005	0,005									
301	Макаронные изд. отварные с сыром			1/100	6,05	5,05	17,00	137,50	0,04	0,05	103,50	0,55
	макаронные изд.	0,029	0,029									
	масло сливочное	0,002	0,002									
	сыр	0,011	0,011									
506	Чай с сахаром			1/180	0,09	0	13,5	54	0	0	4,5	0,36
	чай-заварка	0,0004	0,0004									
	сахар	0,013	0,013									
608	Кондитерское изделие (пряник)	0,04	0,04	1/40	2,36	1,88	30	146,4	0,032	0	4,4	0,32
114	Хлеб пшеничный	0,02	0,02	1/20	1,52	0,16	9,84	47	0,022	0	4	0,22
537	10-00 Сок фруктово - ягодный	0,15	0,15	1/150	0,75	0,15	15,15	69	0,015	3	10,5	2,1
	<b>ОБЕД</b>											
112	Овощи натуральные свежие			1/81	0,648	0,081	2,025	11,34	0,024	8,1	18,63	0,486
	огурец свежий	0,085	0,081									
133	Борщ с капустой и картофелем			1/200/5	1,46	4	8,52	76	0,038	8,24	27,6	0,96
	свекла	0,040	0,032									
	капуста свежая	0,020	0,016									
	картофель	0,021	0,016									
	морковь	0,013	0,010									
	лук репчатый	0,010	0,008									
	масло растительное	0,004	0,004									
	томатная паста	0,003	0,003									
	сметана	0,005	0,005									
363	Мясо отварное			1/60	16,32	11,64	0,00	169,80	0,03	0,00	7,80	2,10
	мясо говядина	0,010	0,097									
	морковь	0,004	0,003									
	лук репчатый	0,003	0,002									
434	Картофельное пюре			1/100	2,10	4,40	10,90	92,00	0,09	3,40	26,00	0,70
	картофель	0,113	0,084									
	молоко	0,016	0,015									
	масло сливочное	0,0045	0,0045									
526	Компот из свежих плодов			1/180	0,45	0,18	20,79	86,4	0,018	3,87	19,8	0,99
	яблоки свежие	0,041	0,036									
	сахар	0,013	0,013									
114	Хлеб пшеничный	0,020	0,020	1/20	1,52	0,16	9,84	47	0,022	0	4	0,22
115	Хлеб ржаной	0,035	0,035	1/35	2,31	0,42	11,69	60,9	0,063	0	12,25	1,365

ПОЛДНИК												
124	Икра свекольная			1/80	1,92	5,68	8,08	73,6	0,024	6,32	35,2	1,36
	свекла	0,076	0,060									
	лук репчатый	0,017	0,014									
	томатная паста	0,022	0,022									
	масло растительное	0,007	0,007									
307	Омлет натуральный			1/90	7,756	12,05	2,077	146,81	0,055	0,277	73,41	1,385
	яйца	1,38 шт.	0,055									
	молоко	0,035	0,035									
	масло сливочное	0,003	0,003									
514	Кофейный напиток с молоком			1/180	2,88	2,43	14,31	71,1	0,036	1,17	113,4	0,09
	кофейный напиток	0,002	0,002									
	молоко	0,090	0,090									
	сахар	0,009	0,009									
114	Хлеб пшеничный	0,02	0,02	1/20	1,52	0,16	9,84	47	0,022	0	4	0,22
	<b>ИТОГО</b>				<b>49,654</b>	<b>48,441</b>	<b>188,162</b>	<b>1354,43</b>	<b>0,611</b>	<b>38,427</b>	<b>469,47</b>	<b>13,426</b>



	морковь	0,013	0,010									
	лук репчатый	0,012	0,010									
	томатная паста	0,013	0,013									
	мука пшеничная	0,002	0,002									
524	Кисель из сока плодового ягодного			1/180	0,18	0,108	35,1	142,2	0,0072	2,34	19,8	0,18
	сок пл.яг.	0,054	0,054									
	крахмал картофельный	0,009	0,009									
	сахар	0,022	0,022									
114	Хлеб пшеничный	0,020	0,020	1/20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,022	0,00	4,00	0,22
115	Хлеб ржаной	0,035	0,035	1/35	2,31	0,42	11,69	60,90	0,063	0,00	12,25	1,365
	<b>ПОЛДНИК</b>											
319	Запеканка из творога			1/97	15,528	16,3	15,46	273,975	0,045	0,388	192,16	0,65
	творог	0,091	0,090									
	мука пшеничная	0,008	0,008									
	яйца	0,076 шт.	0,003									
	сахар	0,006	0,006									
	сметана	0,003	0,003									
	мука пшеничная	0,003	0,003									
	масло сливочное	0,003	0,003									
449	Соус молочный сладкий			1/20	0,52	1,27	3,14	26,1	0,0066	0,146	18,02	0,03
	молоко	0,015	0,015									
	мука пшеничная	0,001	0,001									
	масло сливочное	0,0008	0,0008									
	сахар	0,002	0,002									
506	Чай с сахаром (2-ой вариант)			1/180	0,09	0	13,5	54	0	0	4,5	0,36
	чай-заварка	0,0004	0,0004									
	сахар	0,013	0,013									
	<b>ИТОГО</b>				<b>57,389</b>	<b>48,920</b>	<b>184,09</b>	<b>1345,335</b>	<b>0,9388</b>	<b>65,118</b>	<b>990,58</b>	<b>7,529</b>

№ реп.	Наименование	блюдо	Брутто	Нетто	выход	белки	жиры	углев.	Ккал.	Витамины (мг)		Минеральные в-	
										B1	C	Ca	Fe
<b>3 день</b>													
<b>ЗАВТРАК</b>													
	Кисель витаминизированный				1/50	0	0	4,6	18,5	1,08	4	0,48	0
		кисель	0,005	0,005									
171	Суп молочный с мак. изд.				1/200	5,7	5,26	18,98	146	0,076	0,92	164,4	0,36
		молоко	0,140	0,140									
		масло сливочное	0,002	0,002									
		сахар	0,002	0,002									
		вермишель	0,016	0,016									
508	Чай с молоком (1-й вариант)				1/180	1,35	1,17	14,31	72,9	0,36	1,17	114,3	0,36
		чай	0,0009	0,0009									
		молоко	0,045	0,045									
		сахар	0,013	0,013									
607	Вафли		0,045	0,045	1/45	1,26	1,485	34,785	157,5	0,014	0	7,2	0,67
114	Хлеб пшеничный		0,020	0,020	1/20	1,52	0,16	9,84	47	0,022	0	4	0,22
537	<b>10-00</b> Сок яблочный		0,150	0,150	1/150	0,75	0,15	15,15	69	0,015	3	10,5	2,1
<b>ОБЕД</b>													
17	Овощи натуральные свежие				1/61	0,488	0,061	1,525	8,54	0,018	6,1	14,03	0,36
		огурец свежий	0,064	0,061									
148	Суп из овощей с фасолью				1/200	2,94	3,52	12,22	62,6	0,088	12,56	39,8	1,16
		картофель	0,040	0,030									
		капуста свежая	0,038	0,030									
		морковь	0,010	0,008									
		лук репчатый	0,010	0,008									
		фасоль	0,008	0,008									
		масло сливочное	0,004	0,004									
411	Плов из отварной птицы				1/180	13,71	13,626	32,48	307,66	0,026	1,11	28,28	1,17
		курица	0,178	0,158									
		масло растительное	0,009	0,009									
		лук репчатый	0,019	0,015									
		морковь	0,012	0,009									
		крупа рисовая	0,034	0,034									
527	Компот из смеси сухофруктов				1/180	0,45	0	24,3	99	0,009	0,45	25	1,35
		смесь сухофруктов	0,022	0,220									
		сахар	0,013	0,013									
114	Хлеб пшеничный		0,020	0,020	1/20	1,52	0,16	9,84	47	0,022	0	4	0,22
115	Хлеб ржаной		0,035	0,035	1/35	2,31	0,42	11,69	60,9	0,063	0	12,25	1,36
<b>ПОЛДНИК</b>													
112	Овощи натуральные свежие				1/81	0,891	0,162	3,078	19,44	0,049	20,25	11,34	0,72
		помидор свежий	0,087	0,081									
338	Рыба отварная				1/80	14,24	0,56	0,32	63,20	0,048	0,48	18,40	0,32

	треска филе	0,134	0,098									
	лук репчатый	0,003	0,002									
	морковь	0,003	0,002									
434	Картофельное пюре			1/100	2,10	4,40	10,90	92,00	0,09	3,40	26,00	0,70
	картофель	0,113	0,084									
	молоко	0,016	0,015*									
	масло сливочное	0,0045	0,0045									
514	Кофейный напиток с молоком (2-й вариант)			1/180	2,88	2,43	14,31	71,10	0,036	1,17	113,40	0,09
	кофейный напиток	0,0018	0,0018									
	молоко	0,090	0,090									
	сахар	0,009	0,009									
114	Хлеб пшеничный	0,020	0,020	1/20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,022	0,00	4,00	0,22
					53,629	33,724	228,168	1389,34	2,0380	54,61	597,38	11,34

№ рец.	Наименование блюда	Брутто	Нетто	выход	белки	жиры	углев.	Ккал.	Витамины (мг)		Минеральные в-ва	
									B1	C	Ca	Fe
	<b>4 день</b>											
	<b>ЗАВТРАК</b>											
	Кисель витаминизированный			1/50	0	0	4,6	18,5	0,08	4	0,48	0
	кисель	0,005	0,005									
99	Бутерброд с маслом			1/25	1,54	4,28	10,37	84,4	0,022	0	4,6	0,23
	масло сливочное	0,005	0,005									
	хлеб пшеничный	0,02	0,02									
171	Каша из хлопьев овсяных «Геркулес»			1/200	8,56	14,12	31,52	287,4	0,18	1,42	154,6	1,7
	крупа "Геркулес"	0,040	0,040									
	молоко	0,110	0,110									
	масло сливочное	0,004	0,004									
506	Чай с сахаром			1/180	0,09	0	13,5	54	0	0	4,5	0,36
	чай-заварка	0,0004	0,0004									
	сахар	0,013	0,013									
114	Хлеб пшеничный			1/20	1,52	0,16	9,84	47	0,022	0	4	0,22
118	10-00 Фрукты свежие -яблоко		133,000	1/133	0,532	0,532	13,03	62,51	0,04	13,3	21,28	2,93
	<b>ОБЕД</b>											
112	Овощи натуральные свежие			1/81	0,891	0,162	3,078	19,44	0,049	20,25	11,34	0,729
	помидор свежий	0,087	0,081									
152	Суп картофельный с макаронными изделиями			1/200	2,16	2,28	15,06	89,00	0,084	6,60	12,20	0,76
	картофель	0,080	0,060									
	макаронные изд.	0,008	0,008									
	морковь	0,010	0,008									
	лук репчатый	0,010	0,008									
	масло растительное	0,002	0,002									
376	Бифштекс рубленый паровой			1/50	14,48	9,017	1,49	144,84	0,0355	0	6,39	1,42
	говядина котлетное мясо	0,076	0,072									
	масло сливочное	0,0015	0,0015									
452	Соус сметанный натуральный			1/30	0,92	6,37	2,02	69,18	0,01	0,045	25,47	0,06
	сметана	0,030	0,030									
	мука пшеничная	0,002	0,002									
	масло сливочное	0,002	0,002									
179	Картофель отварной			1/100	1,9	4,1	12,7	95	0,1	13,9	11	0,8
	картофель	0,132	0,099									
	масло сливочное	0,004	0,004									
524	Кисель из сока плодового ягодного			1/180	0,18	0,108	35,10	142,20	0,007	2,34	19,80	0,18
	сок плодовый или ягодный	0,054	0,054									
	крахмал	0,009	0,009									
	кислота лимонная	0,0003	0,0003									
	сахар	0,022	0,022									
114	Хлеб пшеничный			1/40	3,04	0,32	18,68	94	0,044	0	8	0,44

115	Хлеб ржаной	0,035	0,035	1/35	2,31	0,42	11,69	60,90	0,063	0,00	12,25	1,37
	<b>ПОЛДНИК</b>											
324	Пудинг из творога с рисом			1/108	14,98	14,76	20,3	278,64	0,05	0,216	126	0,72
	творог	0,082	0,810									
	крупа рисовая	0,015	0,015									
	яйца	0,18 шт.	0,007									
	сахар	0,007	0,007									
	масло сливочное	0,003	0,003									
	сметана	0,003	0,003									
449	Соус молочный сладкий			1/20	0,52	1,27	3,14	26,1	0,006	0,146	18,02	0,03
	молоко	0,015	0,015									
	мука пшеничная	0,001	0,001									
	масло сливочное	0,0008	0,0008									
	сахар	0,002	0,002									
535	Кисломолочный напиток			1/180	9	5,76	15,3	156,6	0,054	1,08	214,2	0,18
	йогурт	0,185	0,180									
	<b>ИТОГО</b>				<b>62,62</b>	<b>63,66</b>	<b>221,418</b>	<b>1729,71</b>	<b>0,847</b>	<b>63,297</b>	<b>654,13</b>	<b>12,124</b>

№ рец.	Наименование блюда	Брутто	Нетто	выход	белки	жиры	углев.	Ккал.	Витамины (мг)		Минеральные в-ва	
									B1	C	Ca	Fe
	<b>5 день</b>											
	<b>ЗАВТРАК</b>											
	Кисель витаминизированный			1/50	0	0	4,6	18,5	0,08	4	0,48	0
	кисель	0,005	0,005									
266	Каша " Дружба "			1/200	5,26	11,66	25,06	226,2	0,08	1,32	126,6	0,56
	крупа рисовая	0,015	0,015									
	крупа пшеничная	0,011	0,011									
	молоко	0,102	0,102									
	сахар	0,005	0,005									
	масло сливочное	0,005	0,005									
514	Кофейный напиток с молоком			1/180	2,88	2,43	14,31	71,1	0,036	1,17	113,4	0,09
	кофейный напиток	0,002	0,002									
	молоко	0,090	0,090									
	сахар	0,009	0,009									
609	Кондитерское изделие (печенье)	0,030	0,030	1/30	2,25	2,94	22,32	125,1	0,024	0	8,7	0,63
114	Хлеб пшеничный	0,020	0,020	1/20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,022	0,00	4	0,22
535	<b>10-00</b> Кисломолочный напиток			1/180	5,22	4,50	7,20	90,00	0,072	1,26	216,00	0,18
	ряженка	0,184	0,180									
	<b>ОБЕД</b>											
124	Икра морковная			1/100	2,4	7,1	10,4	115	0,03	7,9	44	1,7
	морковь	0,094	0,075									
	лук репчатый	0,021	0,018									
	томатная паста	0,028	0,028									
	масло растительное	0,008	0,008									
149	Суп картофельный с бобовыми			1/200	1,84	3,4	12,1	86,4	0,156	6,94	15,2	0,74
	картофель	0,067	0,050									
	крупа гороховая	0,016	0,016									
	морковь	0,010	0,008									
	лук репчатый	0,010	0,008									
	масло сливочное	0,004	0,004									
382	Картофельная запеканка с мясом			1/170	19,81	19,98	16,07	323	0,179	3,4	21,25	2,98
	говядина котлетное мясо	0,100	0,095									
	картофель	0,187	0,140									
	масло сливочное	0,008	0,008									
	яйца	0,076	0,003									
	мука пшеничная	0,0025	0,0025									
527	Компот из смеси сухофруктов			1/180	0,45	0	24,3	99	0,009	0,45	25,5	1,35
	смесь сухофруктов	0,022	0,022									
	сахар	0,013	0,013									
114	Хлеб пшеничный	0,020		1/20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,022	0,00	4,00	0,22
115	Хлеб ржаной	0,035		1/35	2,31	0,42	11,69	60,90	0,063	0,00	12,25	1,365

ПОЛДНИК												
534	Молоко кипяченое			1/180	5,22	4,50	8,64	95,40	0,072	2,34	216,00	0,18
	молоко	0,189	0,180*									
583	Булочка домашняя			1/80	6	10,4	48,25	310,59	0,08	0	12	0,666
	мука пшеничная	0,055	0,055									
	сахар	0,008	0,008									
	масло растительное	0,011	0,011									
	яйца	0,04 шт.	0,0016									
	дрожжи прессованные	0,0013	0,0013									
118	Фрукты свежие -апельсин	0,195	0,150	1/150	1,62	0,36	14,58	77,40	0,08	108,00	61,20	0,54
	<b>ИТОГО</b>				<b>56,46</b>	<b>64,61</b>	<b>227,10</b>	<b>1706,19</b>	<b>1,000</b>	<b>129,84</b>	<b>865,38</b>	<b>10,681</b>



	мука пшеничная	0,001	0,001									
526	Компот из свежих плодов			1/180	0,45	0,18	20,79	86,4	0,018	3,87	19,8	0,99
	яблоки свежие	0,0410	0,0360									
	сахар	0,013	0,013									
114	Хлеб пшеничный	0,020	0,020	1/20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,022	0,00	4,00	0,22
115	Хлеб ржаной	0,040	0,040	1/40	2,64	0,48	13,36	69,60	0,072	0,00	14,00	1,56
	<b>ПОЛДНИК</b>											
319	Запеканка из творога			1/78	12,44	13,03	12,39	220,39	0,036	0,31	153,96	0,52
	творог	0,073	0,072									
	мука пшеничная	0,0085	0,0085									
	яйца	0,05 шт.	0,002									
	сахар	0,005	0,005									
	сметана	0,003	0,003									
	масло сливочное	0,003	0,003									
449	Соус молочный сладкий			1/20	0,52	1,27	3,14	26,1	0,0066	0,146	18,02	0,03
	молоко	0,015	0,015									
	мука пшеничная	0,001	0,001									
	масло сливочное	0,0008	0,0008									
	сахар	0,002	0,002									
535	Кисломолочный напиток			1/180	9,00	5,76	15,30	156,60	0,0054	1,08	214,20	0,18
	йогурт	0,185	0,180									
	<b>ИТОГО</b>				<b>57,471</b>	<b>58,408</b>	<b>180,918</b>	<b>1410,69</b>	<b>0,634</b>	<b>73,411</b>	<b>710,30</b>	<b>14,310</b>



	картофель	0,113	0,084									
	молоко	0,016	0,015*									
	масло сливочное	0,0045	0,0045									
527	Компот из смеси сухофруктов			1/180	0,45	0	24,3	99	0,01	0,45	25,2	1,35
	смесь сухофруктов	0,022	0,022									
	сахар	0,013	0,013									
114	Хлеб пшеничный	0,020	0,020	1/20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,022	0,00	4,00	0,22
115	Хлеб ржаной	0,040	0,040	1/40	2,64	0,48	13,36	70,00	0,07	0,00	14,00	1,56
	<b>ПОЛДНИК</b>											
203	Овощи в молочном соусе ( 1-й вариант)			1/125	4,00	13,50	16,00	201,00	0,10	17,20	83,00	1,10
	морковь	0,065	0,052									
	картофель	0,040	0,030									
	капуста белокочанная	0,050	0,040									
	горошек зеленый ( консер.)	0,032	0,020									
	масло сливочное	0,012	0,012									
444	Соус молочный к блюдам (1-й вариант)			1/75	2,57	5,21	6,65	83,76	0,032	0,488	89,780	0,13
	молоко	0,075	0,075									
	мука пшеничная	0,004	0,004									
	масло сливочное	0,004	0,004									
583	Булочка домашняя			1/80	5,999	10,397	48,25	310,59	0,08	0	11,997	0,67
	мука пшеничная	0,055	0,055									
	сахар	0,011	0,011									
	масло растительное	0,012	0,012									
	яйца	0,04 шт.	0,0016									
	дрожжи прессованные	0,0013	0,0013									
514	Кофейный напиток с молоком (2-й вариант)			1/180	2,88	2,43	14,31	71,10	0,036	1,17	113,40	0,09
	кофейный напиток	0,0018	0,0018									
	молоко	0,090	0,090									
	сахар	0,009	0,009									
114	Хлеб пшеничный	0,020	0,020	1/20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,022	0,00	4,00	0,22
	<b>ИТОГО</b>				<b>53,800</b>	<b>69,87</b>	<b>275,474</b>	<b>1920,25</b>	<b>0,947</b>	<b>58,824</b>	<b>740,617</b>	<b>11,81</b>



327	Сырники из творога запеченные			1/100	16,01	12,34	20,68	257,46	0,06	0,27	136,73	0,67
	творог	0,090	0,089									
	крупа манная	0,007	0,007									
	яйца	0,063 шт.	0,0025									
	сахар	0,010	0,010									
	мука пшеничная	0,007	0,007									
	сметана	0,003	0,003									
	масло сливочное	0,001	0,001									
449	Соус молочный сладкий			1/20	0,3	2,12	0,67	23	0,003	0,01	8,5	0,02
	молоко	0,015	0,015									
	мука пшеничная	0,0008	0,0008									
	масло сливочное	0,0008	0,0008									
	сахар	0,002	0,002									
535	Кисломолочный напиток			1/180	5,22	4,50	7,20	90,00	0,072	1,26	216,00	0,18
	ряженка	0,184	0,180									
	<b>ИТОГО</b>				<b>59,97</b>	<b>55,9</b>	<b>211,44</b>	<b>1576,86</b>	<b>0,683</b>	<b>28,097</b>	<b>968,17</b>	<b>10,57</b>

№ рец.	Наименование блюда	Брутто	Нетто	выход	белки	жиры	углев.	Ккал.	Витамины (мг)		Минеральные в	
									B1	C	Ca	Fe
	<b>9 день</b>											
	<b>ЗАВТРАК</b>											
	Кисель витаминизированный			1/50	0	0	4,6	18,5	0,08	4	0,48	
	кисель	0,005	0,005									
99	Бутерброд с маслом			1/25	1,72	4,28	9,88	84,4	0,02	0	4,6	0,
	масло сливочное	0,005	0,005									
	хлеб пшеничный	0,02	0,02									
306	Яйца вареные			1/20	2,55	2,3	0,15	31,5	0,015	0	11	0
	яйца	0,5 шт.	0,02									
259	Каша рисовая вязкая			1/200	6,28	11,82	37	279,4	0,06	1,42	131	0,
	молоко	0,110	0,110									
	крупа рисовая	0,044	0,044									
	масло сливочное	0,010	0,010									
514	Кофейный напиток с молоком (2-й вариант)			1/180	2,88	2,43	14,31	71,10	0,036	1,17	113,40	0,0
	кофейный напиток	0,0018	0,0018									
	молоко	0,090	0,090									
	сахар	0,009	0,009									
114	Хлеб пшеничный	0,020	0,020	1/20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,022	0,00	4,00	0,2
118	10-00 Фрукты свежие -яблоко	0,149	0,133	1/133	0,53	0,53	13,03	62,51	0,04	13,3	21,28	2,9
	<b>ОБЕД</b>											
	Зеленый горошек пром. произ.	0,090	0,060	1/60	13,80	0,72	31,98	181,62	0,48	0,00	69	5,6
138	Рассольник со сметаной			1/200/5	1,48	4,06	11,28	87,60	0,072	8,08	16,20	0,7
	картофель	0,080	0,060									
	огурец соленый	0,013	0,012									
	лук репчатый	0,010	0,008									
	масло растительное	0,004	0,004									
	сметана	0,005	0,005									
353	Фрикадельки рыбные			1/80	11,76	1,68	6,08	86,4	0,064	0,24	40	0,6
	треска филе	0,087	0,064									
	хлеб пшеничный	0,011	0,011									
	яйца	0,2 шт.	0,008									
	молоко	0,016	0,016									
179	Картофель отварной			1/100	1,9	4,1	12,7	95	0,1	13,9	11	0,8
	картофель	0,132	0,099									
	масло сливочное	0,004	0,004									
520	Кисель из яблок			1/180	0,09	0,11	21,06	86,40	0,054	1,62	10,80	0,5-
	яблоки свежие	0,031	0,027									
	крахмал	0,007	0,007									
	сахар	0,018	0,018									
114	Хлеб пшеничный	0,020	0,020	1/20	1,52	0,16	9,84	47	0,022	0	4	0,22
115	Хлеб ржаной	0,035	0,035	1/35	2,31	0,42	11,69	60,9	0,06	0	12,25	1,36

ПОЛДНИК												
362	Рагу из овощей			1/70	1,754	4,112	5,244	65,80	0,0468	26,60	34,96	0
	картофель	0,043	0,032									
	морковь	0,020	0,016									
	капуста белокочанная	0,025	0,020									
	лук репчатый	0,009	0,008									
	зеленый горошек консервированный	0,024	0,016									
	масло растительное	0,004	0,004									
462	Соус томатный			1/30	0,32	1,12	2,08	19,68	0,00	0,47	1,35	0,
	мука пшеничная	0,001	0,001									
	масло сливочное	0,001	0,001									
	томатное пюре	0,005	0,005									
	сахар	0,001	0,001									
108	Колбаса вареная			1/55	14,08	14,36	0,00	188,65	0,02	0,39	495,00	0,
	колбаса вареная	0,0555	0,055									
506	Чай с сахаром (2-ой вариант)			1/180	0,09	0	13,5	54	0	0	4,5	0,
	чай-заварка	0,0004	0,0004									
	сахар	0,013	0,013									
114	Хлеб пшеничный	0,020	0,020	1/20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,022	0,00	4,00	0,
	<b>Итого</b>				<b>66,11</b>	<b>52,519</b>	<b>224,1</b>	<b>1614,46</b>	<b>1,214</b>	<b>71,185</b>	<b>988,8</b>	<b>16,</b>



**АНАЛИЗ**  
**рекомендуемых наборов продуктов для организации питания детей (нетто)**  
**в дошкольных образовательных организациях с 3 - 7 лет.**

наименование продуктов	среднесут.н аборы пищ.прод (нетто)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	всего за 10 дней	факт на 1 чел.	% выполни я нор
молоко и кисломол.прод.	450	140	436	290	305	552	282	286	560	216	333	3400	340	71
творог	40	0	90	0	81	0	72	0	89	0	0	332	33,2	83
сметана	11	5	8	0	33	0	5	14	3	5	20	93	9,3	84
сыр	6,4	11	13	0	0	0	0	13	0	0	13	50	5	78
мясо (бескостное)	55	97	0	0	72	95	58	0	58	0	64	444	44,4	80
птица 1 кат.пот.	24	0	0	158	0	0	0	27	0	0	0	185	18,5	78
колб. изд.	6,9	0	0	0	0	0	0	0	0	55	0	55	5,5	79
рыба (филе) , в т.ч. слабо соленая	37	0	64	98	0	0	0	61	0	64	0	287	28,7	77
яйцо куриное столовое	24	55	8	0	7	4,6	70	3,6	2,5	28	9,3	188	18,8	78
картофель (25%)	140	100	60	114	159	190	118	154	20	191	24	1130	113	80
овощи , зелень	260	251	311	216	97	137	305,4	236	161	141	149	2004,4	200,44	79
фрукты(плоды ) свежие	100	36	0	0	133	150	36	157	0	160	133	805	80,5	80
фрукты (плоды) сухие	11	0	0	22	0	22	0	22	0	0	22	88	8,8	80
соки фруктовые (овощные)	100	150	54	150	54	0	150	0	180	0	150	888	88,8	88
напиток витаминизированный	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	500	50	100
хлеб ржаной	50	35	35	35	35	35	40	40	40	35	40	370	37	75
хлеб пшеничный	80	60	65	60	80	40	51	75	40	91	55	617	61,7	77
крупы , бобовые	43	0	20	42	55	42	0	50	59	44	46	358	35,8	83
макаронные изделия	12	29	0	16	8	0	0	0	15	0	30	98	9,8	81
мука пшеничная	29	0	14	0	3	57,5	10,5	66	7,8	1	63	222,8	22,28	76
масло сливочное	21	9,5	19,3	10,5	20,3	17	16,8	37,2	10,8	20	17,5	178,9	17,89	84
масло растительное	11	11	4	9	2	19	3	19	11	8	4	90	9	86
кондитерские изделия	20	40	0	45	0	30	0	0	40	0	0	155	15,5	77
чай , фиточай	0,6	0,4	0,4	0,9	0,4	0	0,4	0,4	0,9	0,4	0	4,2	0,42	70
какао-порошок	0,6	0	2,4	0	0	0	0	0	0	0	2,4	4,8	0,48	81
кофейный напиток	1,2	2	0	1,8	0	2	0	1,8	0	1,8	0	9,4	0,94	78
сахар	47	35	60	37	44	35	33	46	27	41	41	399	39,9	84
дрожжи	0,5	0	0	0	0	1,3	0	1,3	0	0	0,9	3,5	0,35	70
крахмал	3	0	9	0	9	0	0	0	0	7	0	25	2,5	83
соль	6	4,9	4,9	4,9	4,9	4,9	4,9	4,9	4,9	4,9	4,9	49	4,9	81

**АНАЛИЗ**  
**рекомендуемых наборов продуктов для организации питания детей (брутто)**  
**в дошкольных образовательных организациях с 3 - 7 лет.**

наименование продуктов	ут.набор ы пищ.про											всего за 10 дней	факт на 1 чел.	% выполне ния норм
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
молоко и кисломол.прод.	450	141	440	291	310	565	287	287	573	216	338	3448	344,8	76,60
творог	40	0	91	0	82	0	73	0	90	0	0	336	33,6	84,00
сметана	11	5	8	0	33	0	5	14	3	5	20	93	9,3	84,55
сыр	6,4	11	13	0	0	0	0	13	0	0	13	50	5	78,13
мясо (бескостное)	60,5	102	0	0	76	100	61	0	61	0	67	467	46,7	77,19
птица 1 кат.пот.	27	0	0	178	0	0	0	31	0	0	0	209	20,9	77,41
колб.изд.	7	0	0	0	0	0	0	0	0	55	0	55	5,5	78,57
рыба (филе) , в т.ч. слабо солленое	39	0	102	134	0	0	0	83	0	87	0	406	40,6	104,00
яйцо куриное столовое	0,6 шт.	1,38	0,203	0	0,18	0,116	1,77	0,09	0,063	0,7	0,233	4,735	0,47шт.	78,33
картофель (25%)	187	134	80	153	212	254	158	206	27	255	32,0	1511	151,1	80,80
овощи , зелень	325	293	370	246	107	163	363	288	196	196	171	2393	239,3	73,63
фрукты(плоды) свежие	114	41	0	0	149	195	41	202	0	180	149	957	95,7	83,95
фрукты (плоды) сухие	11	0	0	22	0	22	0	22	0	0	22	88	8,8	80,00
соки фруктовые (овощные)	100	150	54	150	54	0	150	0	180	0	150	888	88,8	88,80
Напиток витаминизированны	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	500	50	100,00
хлеб ржаной	50	35	35	35	35	35	40	40	40	35	40	370	37	74,00
хлеб пшеничный	80	60	65	60	80	40	51	75	40	91	55	617	61,7	77,13
крупы , бобовые	43	0	20	42	55	42	0	50	59	44	46	358	35,8	83,26
макаронные изделия	12	29	0	16	8	0	0	0	15	0	30	98	9,8	81,67
мука пшеничная	29	0	14	0	3	57,5	10,5	66	7,8	1	63	222,8	22,28	76,83
масло сливочное	21	9,5	19,3	10,5	20,3	17	16,8	37,2	10,8	20	17,5	178,9	17,489	85,19
масло растительное	11	11	4	9	2	19	3	19	11	8	4	90	9	81,82
кондитерские изделия	20	40	0	45	0	30	0	0	40	0	0	155	15,5	77,50
чай , фиточай	0,6	0,4	0,4	0,9	0,4	0	0,4	0,4	0,9	0,4	0	4,2	0,42	70,00
какао-порошок	0,6	0	2,4	0	0	0	0	0	0	0	2,4	4,8	0,48	80,00
кофейный напиток	1,2	2	0	1,8	0	2	0	1,8	0	1,8	0	9,4	0,94	78,33
сахар	47	35	60	37	44	35	33	46	27	41	41	399	39,9	84,89
дрожжи	0,5	0	0	0	0	1,3	0	1,3	0	0	0,9	3,5	0,35	70,00
крахмал	3	0	9	0	9	0	0	0	0	7	0	25	2,5	83,33
соль	6	4,9	4,9	4,9	4,9	4,9	4,9	4,9	4,9	4,9	4,9	49	4,9	81,67
	<b>1752,8</b>												<b>1398,2</b>	<b>79,78</b>

В среднем % выполнения норм = 79,78%

	Б	Ж	У	Ккал	В1	С	Са	Fe
1 день	49,654	48,441	188,162	1354,43	0,611	38,427	469,47	13,426
2 день	57,389	48,92	184,09	1345,335	0,9388	65,118	990,58	7,529
3 день	53,629	33,724	228,168	1389,34	2,038	54,61	597,38	11,345
4 день	62,62	63,66	221,418	17,29,71	0,847	63,297	654,13	12,124
5 день	56,46	64,61	227,1	1706,19	1	129,84	865,38	10,681
6 день	57,471	58,408	180,918	1410,69	0,634	73,411	710,3	14,31
7 день	53,8	69,87	275,474	1920,25	0,947	58,824	740,617	11,81
8 день	59,97	55,9	211,44	1576,86	0,683	28,097	968,17	10,57
9 день	66,11	52,519	224,1	1614,46	1,214	71,185	988,8	16,28
10 день	61,877	50,704	247,223	1713,95	0,822	59,275	705	17,312
	578,98	546,756	2188,093	14031,51	9,7348	642,084	7689,827	125,387
	57,9	54,68	218,81	1403,15	0,735	64,208	768,98	12,54

Всего на 1 реб. За 10 дней  
В среднем на 1 реб. в день