

Общество с ограниченной ответственностью «Комбинат школьного питания «Подросток»
(ООО «КШП «Подросток»)



Утверждаю:

И. о. генерального директора

 Ю.И. Некрасов



Утверждаю:

Заведующий МДОАУ № 166



Примерное 10 – дневное меню
рациона питания детей дошкольного возраста (3-7)
для МДОАУ с 12 – часовым режимом работы
в период с 02.10.2023 г.

Составители:

1. Зав. производством – Шлее О.В.
2. Калькулятор – Дускенова А.Б.

ООО"КШП "Подросток"
 Меню для детей 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
Завтрак 1	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	117*
Завтрак 1	Сыр порциями	10	2,56	2,61	0,00	34,30	106*
Завтрак 1	Масло сливочное порциями	5	0,025	4,13	0,04	37,40	111*
Завтрак 1	Каша молочная пшеничная жидкая (крупа пшеничная, сахар, молоко, масло сливочное)	160	5,92	5,97	29,21	194,40	270*
Завтрак 1	Чай с сахаром, вареньем, медом (с сахаром) (чай, сахар)	150	0,08	0,00	11,25	45,00	502*
Итого за Завтрак 1		365	11,58	13,87	61,06	415,90	
Завтрак 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50	0,10	10,10	46,00	537*
Итого за Завтрак 2		100	0,50	0,10	10,10	46,00	
Обед	Винегрет овощной (картофель, свекла, морковь, огурцы консервированные, лук, соль, масло растительное)	60	1,50	6,18	7,68	92,40	55*****
Обед	Рассольник ленинградский (картофель, крупа перловая, сметана, морковь, лук, огурцы консервированные, масло растительное, соль, сметана)	200	1,68	4,09	13,27	96,60	76****
Обед	Мясные шарики с овощами (мясо кур, мясо говядина, мясо свинина, крупа рисовая, лук, морковь, масло растительное)	75	10,25	11,50	8,58	165,83	тгк.1.59
Обед	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	100	3,77	0,45	19,36	96,60	297*
Обед	Компот из смеси сухофруктов (сухофрукты, сахар, лимонная кислота)	150	0,42	0,00	20,92	85,34	тгк1.116
Обед	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,36	69,60	115*
Итого за Обед		625	20,26	22,70	83,17	606,37	
Полдник	Кисель из концентрата плодового или ягодного (сахар, кисель)	200	1,40	0,00	29,00	122,00	516*
Полдник	Сдоба обыкновенная (мука, сахар, масло сливочное, соль, дрожжи, яйцо)	50	3,87	2,36	26,15	141,00	466****
Итого за Полдник		250	5,27	2,36	55,15	263,00	
Ужин	Запеканка из творога (творог, крупа манная, молоко, яйца, сахар, сметана, сухари, масло сливочное)	100	16,00	16,80	15,93	283,33	319*
Ужин	Молоко сгущенное	10	0,72	0,85	5,55	32,80	490*
Ужин	Чай с сахаром, вареньем, медом (с сахаром) (чай, сахар)	180	0,09	0,00	13,50	54,00	502*
Ужин	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	114*
Итого за Ужин		330	19,85	17,97	54,66	464,13	
Итого за день		1 670,00	57,46	57,01	264,14	1 795,40	

Зав.Производством: _____

Калькулятор: _____

Меню для детей 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 2							
Завтрак 1	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	117*
Завтрак 1	Масло сливочное порциями	10	0,050	8,26	0,08	74,80	111*
Завтрак 1	Каша пшеничная молочная жидкая (крупа пшеничная, молоко, сахар, масло сливочное)	150	5,85	7,10	26,85	212,70	273*
Завтрак 1	Какао с молоком (какао порошок, сахар, молоко)	150	2,82	2,95	19,46	115,44	269**
Итого за Завтрак 1		350	11,72	19,47	66,95	507,74	
Завтрак 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50	0,10	10,10	46,00	537*
Итого за Завтрак 2		100	0,50	0,10	10,10	46,00	
Обед	Салат "Здоровье" (морковь, масло растительное, свекла, зеленый горошек, соль)	60	1,15	5,26	5,04	72,18	ттк 1
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем (томат-паста, капуста, морковь, лук, картофель, сметана, масло растительное, соль)	200	1,40	3,98	6,22	66,40	147*
Обед	Тефтели мясные с соусом сметанным с томатом (мясо говядина, хлеб, лук, масло сливочное, мука, соль, сметана, томат-паста)	50/50	7,11	7,96	9,31	137,50	286****
Обед	Каша вязкая гречневая (крупа гречневая, масло сливочное)	130	3,97	4,34	17,79	126,10	331**
Обед	Компот из свежих плодов или ягод (яблоки, сахар, лимонная кислота)	180	0,18	0,00	32,22	127,80	ттк 1.117
Обед	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	16,70	87,00	115*
Итого за Обед		620	17,11	22,13	87,28	616,98	
Завтрак 1	Чай с молоком (чай, сахар, молоко)	200	1,51	1,31	17,40	87,00	ттк 1
Полдник	Печенье	40	3,00	3,92	29,76	166,80	609*
Итого за Полдник		240	4,51	5,23	47,16	253,80	
Ужин	Тефтели рыбные тушеные Горбуша (филе горбуши, хлеб, молоко, мука, масло растительное, соль, сметана)	80/20	10,28	4,19	12,21	128,15	261****
Ужин	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное, соль)	140	2,86	4,48	19,07	128,10	321****
Ужин	Чай с лимоном (чай, сахар, лимон)	200	0,10	0,00	15,20	61,00	ттк 1.2
Ужин	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	114*
Итого за Ужин		390	17,04	9,07	71,08	434,75	
Итого за день		1 700,00	50,88	56,00	282,57	1 859,27	

Зав.Производством: _____

Калькулятор: _____

ООО"КНП "Подросток"
 Меню для детей 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 3							
Завтрак 1	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	117*
Завтрак 1	Повидло порциями	10	0,017	0,00	6,49	25,67	П 2013*
Завтрак 1	Масло сливочное порциями	5	0,025	4,13	0,04	37,40	111*
Завтрак 1	Каша рисовая молочная жидкая (крупа рисовая,молоко, сахар, масло сливочное)	160	4,36	6,90	25,92	183,48	274*
Завтрак 1	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток, сахар, молоко)	180	1,26	1,44	15,62	80,39	287**
Итого за Завтрак 1		385	7,91	13,34	63,49	405,54	
Завтрак 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50	0,10	10,10	46,00	537*
Итого за Завтрак 2		100	0,50	0,10	10,10	46,00	
Обед	Овощи натуральные (огурцы)	20	0,16	0,02	0,50	2,80	112*
Обед	Свекольник (свекла, морковь, лук, картофель, масло сливочное, сахар, томат-пюре, сметана)	200	1,74	3,55	9,62	77,60	136*
Обед	Котлеты,биточки шницели рубленные (мясо говядина,хлеб,сухари панировочные, лук, масло сливочное)	60	9,32	7,07	9,64	139,00	282**
Обед	Каша ячневая рассыпчатая (крупа ячневая, масло сливочное,соль)	150	4,94	6,84	30,77	204,30	250*
Обед	Кисель из концентрата плодового или ягодного (сахар, кисель)	200	1,40	0,00	29,00	122,00	516*
Обед	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	16,70	87,00	115*
Итого за Обед		680	20,86	18,08	96,23	632,70	
Полдник	Молоко кипяченое	150	4,43	5,10	7,43	92,25	666*****
Полдник	Булочка домашняя (мука в/с,сахар-песок,масло раст,яйцо,дрожжи)	50	3,64	6,26	26,96	179,00	469**
Итого за Полдник		200	8,06	11,36	34,39	271,25	
Ужин	Котлеты рубленные из птицы (мясо кур,хлеб,сухари панировочные, лук, масло сливочное)	50	7,86	8,04	8,32	136,67	305**
Ужин	Рагу из овощей (картофель, морковь, капуста, лук, масло растительное, мука,соль, масло сливочное, сметана)	150	2,72	10,88	16,52	174,87	92**
Ужин	Чай с сахаром, вареньем, медом (с сахаром) (чай, сахар)	160	0,08	0,00	12,00	48,00	502*
Ужин	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	114*
Итого за Ужин		400	13,70	19,24	56,52	453,54	
Итого за день		1 765,00	51,03	62,13	260,73	1 809,02	

Зав.Производством: _____

Калькулятор: _____

ООО"КШП "Подросток"
 Меню для детей 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 4							
Завтрак 1	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	117*
Завтрак 1	Сыр порциями	10	2,56	2,61	0,00	34,30	106*
Завтрак 1	Масло сливочное порциями	5	0,025	4,13	0,04	37,40	111*
Завтрак 1	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая (крупа геркулесовая, сахар, молоко, масло сливочное, соль)	150	5,37	7,05	21,60	171,30	272*
Завтрак 1	Чай с сахаром, вареньем, медом (с сахаром) (чай, сахар)	180	0,09	0,00	13,50	54,00	502*
Итого за Завтрак 1		385	11,05	14,95	55,70	401,80	
Завтрак 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50	0,10	10,10	46,00	537*
Итого за Завтрак 2		100	0,50	0,10	10,10	46,00	
Обед	Салат картофельный с кукурузой и морковью (картофель, кукуруза консерв, морковь, масло растительное, соль)	50	1,55	3,45	10,95	81,00	69*
Обед	Суп картофельный с крупой (пшено) (картофель, крупа пшено, морковь, лук, масло растительное, соль, лавровый лист)	200	1,58	2,19	11,67	72,60	80****
Обед	Шницель "Детский" (мясо кур, мясо свинина, мясо говядина, хлеб, лук, сухари панировочные, масло сливочное, соль)	60	9,88	7,33	7,87	137,98	тгк. 1.7
Обед	Капуста тушеная (капуста, масло растительное, сахар, морковь, лук)	150	2,97	5,56	23,00	118,50	132****
Обед	Компот из свежих плодов или ягод (яблоки, сахар, лимонная кислота)	200	0,20	0,00	35,80	142,00	тгк. 1.117
Обед	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	16,70	87,00	115*
Итого за Обед		710	19,47	19,13	105,99	639,08	
Обед	Кисель из концентрата плодового или ягодного (сахар, кисель)	200	1,40	0,00	29,00	122,00	516*
Полдник	Пряники	40	2,36	1,88	30,00	146,40	608*
Итого за Полдник		240	3,76	1,88	59,00	268,40	
Ужин	Котлеты или биточки рыбные запеченные (филе рыбы, масло сливочное, молоко, хлеб, соль)	50	6,65	2,35	4,79	66,87	271*****
Ужин	Каша рассыпчатая с овощами (масло сливочное, крупа гречневая, морковь, лук репчатый, соль)	150	8,03	4,31	35,95	214,39	166****
Ужин	Чай с сахаром, вареньем, медом (с сахаром) (чай, сахар)	180	0,09	0,00	13,50	54,00	502*
Ужин	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	114*
Итого за Ужин		430,00	18,57	7,06	78,84	452,76	
Итого за день		1 865,00	53,35	43,12	309,62	1 808,04	

Зав.Производством: _____

Калькулятор: _____

ООО"КШП "Подросток"
 Меню для детей 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 5							
Завтрак 1	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	117*
Завтрак 1	Масло сливочное порциями	10	0,050	8,26	0,08	74,80	111*
Завтрак 1	Каша манная молочная жидкая (масло сливочное, молоко, сахар, крупа манная, соль)	150	4,65	5,59	23,14	161,55	268*
Завтрак 1	Чай с молоком (чай, сахар, молоко)	150	1,13	0,98	13,05	65,25	тгк 1
Итого за Завтрак 1		350	8,83	15,99	56,83	406,40	
Завтрак 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50	0,10	10,10	46,00	537*
Итого за Завтрак 2		100	0,50	0,10	10,10	46,00	
Обед	Салат "Зимний"(картофель, морковь, огурцы консервированные, лук, зеленый горошек, масло растительное)	50	0,96	6,39	5,94	106,13	69*
Обед	Суп -лапша домашняя (мука, яйцо, лук, масло растительное, соль, лавровый лист)	180	1,84	4,01	10,00	79,92	162*
Обед	Плов из отварной говядины (мясо говядины, крупа рисовая, лук, морковь, масло растительное)	140	10,58	10,42	27,55	229,60	370*
Обед	Компот из смеси сухофруктов (сухофрукты, сахар, лимонная кислота)	180	0,50	0,00	25,10	102,41	тгк 1.116
Обед	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,36	69,60	115*
Итого за Обед		590	16,52	21,30	81,94	587,66	
Полдник	Ряженка	180	5,40	10,80	7,38	148,50	667*****
Полдник	Ватрушка с творогом (мука, дрожжи, сахар, соль, яйцо, творог, масл.слив., масло растител.)	60	3,60	1,70	22,20	117,99	560*
Итого за Полдник		240	9,00	12,50	29,58	266,49	
Ужин	Омлет с жареным картофелем (яйцо, молоко, картофель, масло сливочное, масло растительное, соль)	130	9,24	19,07	14,15	265,78	316*
Ужин	Чай с лимоном (чай, сахар, лимон)	180	0,09	0,00	13,68	54,90	тгк 1.2
Ужин	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	114*
Итого за Ужин		360	13,13	19,47	52,43	438,18	
Итого за день		1 640,00	47,99	69,37	230,88	1 744,73	

Зав.Производством: _____

Калькулятор: _____

ООО "КШП "Подросток"
 Меню для детей 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 6							
Завтрак 1	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	117*
Завтрак 1	Масло сливочное порциями	5	0,025	4,13	0,04	37,40	111*
Завтрак 1	Каша ячневая молочная вязкая (крупа ячневая, молоко, сахар, масло сливочное, соль)	160	5,64	5,21	30,85	192,68	115**
Завтрак 1	Чай с молоком (чай, сахар, молоко)	150	1,13	0,98	13,05	65,25	тгк 1
Итого за Завтрак 1		345	9,05	11,19	59,36	373,93	
Завтрак 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50	0,10	10,10	46,00	537*
Итого за Завтрак 2		100	0,50	0,10	10,10	46,00	
Обед	Салат "Здоровье" (морковь, масло растительное, свекла, зеленый горошек, соль)	60	1,15	5,27	5,04	72,18	тгк 1.13
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями (макаронные изделия, картофель, морковь, лук, масло растительное, соль, лавровый лист)	200	2,16	2,28	15,06	89,00	152*
Обед	Тефтели мясные с соусом сметанным с томатом (мясо говядина, хлеб, лук, масло сливочное, мука, соль, сметана, томат-паста)	70	4,98	5,57	6,52	96,25	286****
Обед	Сложный гарнир (рис отварной, овощи тушеные) (крупа рисовая, масло сливочное, соль, морковь, лук, масло растительное)	130	3,90	5,07	21,97	150,54	60****
Обед	Компот из смеси сухофруктов (сухофрукты, сахар, лимонная кислота)	200	0,56	0,00	27,89	113,79	тгк 1.116
Обед	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	16,70	87,00	115*
Итого за Обед		710	16,05	18,79	93,18	608,76	
Полдник	Кисель из концентрата плодового или ягодного (сахар, кисель)	180	1,26	0,00	26,10	109,80	516*
Полдник	Булочка домашняя (мука в/с, сахар-песок, масло раст, яйцо, дрожжи)	50	3,75	7,80	30,16	194,17	583*
Итого за Полдник		230	5,01	7,80	56,26	303,97	
Ужин	Запеканка из творога (творог, крупа манная, молоко, яйца, сахар, сметана, сухари, масло сливочное)	100	16,00	16,80	15,93	283,33	319*
Ужин	Молоко сгущенное	10	0,72	0,85	5,55	32,80	490*
Ужин	Чай с сахаром, вареньем, медом (с сахаром) (чай, сахар)	180	0,09	0,00	13,50	54,00	502*
Ужин	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	114*
Итого за Ужин		330	19,85	17,97	54,66	464,13	
Итого за день		1 715,00	50,46	55,85	273,56	1 796,79	

Зав.Производством: _____

Калькулятор: _____

ООО"КШП "Подросток"
 Меню для детей 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7							
Завтрак 1	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	117*
Завтрак 1	Сыр порциями	10	2,56	2,61	0,00	34,30	106*
Завтрак 1	Каша пшеничная молочная жидкая (крупа пшеничная, молоко, сахар, масло сливочное)	150	5,85	7,09	26,85	212,70	273*
Завтрак 1	Чай с сахаром, вареньем, медом (с сахаром) (чай, сахар)	150	0,08	0,00	11,25	45,00	502*
Итого за Завтрак 1		340	10,74	10,57	53,52	370,60	
Завтрак 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50	0,10	10,10	46,00	537*
Итого за Завтрак 2		100	0,50	0,10	10,10	46,00	
Обед	Винегрет овощной (картофель, свекла, морковь, огурцы консервированные, зеленый горошек, лук, соль, масло растительное)	50	1,25	5,15	6,40	77,00	55*****
Обед	Суп картофельный с бобовыми (картофель, морковь, лук, масло растительное, горох, соль)	200	1,84	3,40	12,10	86,40	149*
Обед	Котлеты рубленые из птицы (филе кур, хлеб, молоко, сухари панировочные, масло сливочное, соль)	60	9,43	9,65	9,98	164,00	305**
Обед	Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	120	4,52	0,54	23,23	115,92	297*
Обед	Компот из свежих плодов или ягод (яблоки, сахар, лимонная кислота)	180	0,18	0,00	32,22	127,80	ттк 1.117
Обед	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	16,70	87,00	115*
Итого за Обед		660	20,53	19,34	100,63	658,12	
Полдник	Молоко кипяченое	180	5,31	6,12	8,91	110,70	666*****
Полдник	Пряники	40	2,36	1,88	30,00	146,40	608*
Итого за Полдник		220	7,67	8,00	38,91	257,10	
Ужин	Биточки рыбные с овощами запеченные	70	7,87	5,20	12,12	126,88	259**
Ужин	Каша пшеничная рассыпчатая (крупа пшеничная, масло сливочное)	120	5,20	5,57	30,82	194,16	249*
Ужин	Чай с лимоном (чай, сахар, лимон)	180	0,09	0,00	13,68	54,90	ттк 2
Ужин	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	114*
Итого за Ужин		410	16,20	11,09	76,30	469,94	
Итого за день		1 730,00	55,63	49,10	279,46	1 801,76	

Зав.Производством: _____

Калькулятор: _____

ООО "КШП "Подросток"
 Меню для детей 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 8							
Завтрак 1	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	117*
Завтрак 1	Масло сливочное порциями	10	0,050	8,26	0,08	74,80	111*
Завтрак 1	Каша рисовая молочная жидкая (крупа рисовая, молоко, сахар, масло сливочное)	150	4,08	6,47	24,30	172,03	274*
Завтрак 1	Кофейный напиток с молоком (кофейный напиток, сахар, молоко)	150	1,05	1,20	13,02	66,99	287**
Итого за Завтрак 1		340	7,43	16,80	52,82	392,42	
Завтрак 2	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47,00	118**
Итого за Завтрак 2		100	0,40	0,40	9,80	47,00	
Обед	Овощи натуральные (огурцы)	20	0,16	0,02	0,50	2,80	112*
Обед	Борщ вегетарианский (томат-паста, капуста, морковь, лук, картофель, масло растительное, соль, сметана)	180	1,97	4,28	9,85	85,86	59****
Обед	Мясные шарики с овощами (мясо кур, мясо говядина, мясо свинина, крупа рисовая, лук, морковь, масло растительное)	75	10,25	11,50	8,58	165,83	тпс.1.59
Обед	Картофельное пюре (картофель, молоко, масло сливочное, соль)	130	2,66	4,16	17,71	118,95	321****
Обед	Кисель из концентрата плодового или ягодного (сахар, кисель)	200	1,40	0,00	29,00	122,00	516*
Обед	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	114*
Итого за Обед		655	20,24	20,36	90,24	612,94	
Полдник	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	0,75	0,15	15,15	69,00	537*
Полдник	Сдоба обыкновенная (мука, сахар, масло сливочное, соль, дрожжи, яйцо)	70	5,43	3,30	36,61	197,40	466****
Итого за Полдник		220	6,18	3,45	51,76	266,40	
Ужин	Птица тушенная в соусе (филе птицы, сметана, томат-паста, мука, соль)	60	6,79	6,47	2,11	95,25	301****
Ужин	Каша рассыпчатая с овощами (масло сливочное, крупа гречневая, морковь, лук репчатый, соль)	150	8,03	4,31	35,95	214,39	166****
Ужин	Чай с сахаром, вареньем, медом (с сахаром) (чай, сахар)	180	0,09	0,00	13,50	54,00	502*
Ужин	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	16,70	87,00	115*
Итого за Ужин		440	18,21	11,38	68,25	450,64	
Итого за день		1 755,00	52,46	52,39	272,87	1 769,41	

Зав.Производством: _____

Калькулятор: _____

ООО "КШП "Подросток"
 Меню для детей 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 9							
Завтрак 1	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	117*
Завтрак 1	Повидло порциями	10	0,017	0,00	6,49	25,67	П 2013
Завтрак 1	Масло сливочное порциями	5	0,025	4,13	0,04	37,40	111*
Завтрак 1	Каша манная молочная жидкая (масло сливочное, молоко, сахар, крупа манная, соль)	170	5,27	6,33	26,22	183,09	268*
Завтрак 1	Чай с сахаром, вареньем, медом (с сахаром) (чай, сахар)	200	0,10	0,00	15,00	60,00	502*
Итого за Завтрак 1		415	7,66	11,33	63,17	384,76	.
Завтрак 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50	0,10	10,10	46,00	537*
Итого за Завтрак 2		100	0,50	0,10	10,10	46,00	
Обед	Салат "Зимний"	40	0,77	5,11	4,80	68,20	25***
Обед	Суп картофельный с крупой (пшено) (картофель, крупа пшено, морковь, лук, масло растительное, соль, лавровый лист)	200	1,58	2,19	11,67	72,60	80****
Обед	Шницель "Детский" (мясо кур, мясо свинина, мясо говядина, хлеб, лук, сухари панировочные, масло сливочное, соль)	70	11,53	8,55	9,18	160,98	тгк. 1.7
Обед	Капуста тушеная (капуста, масло растительное, морковь, лук, томат-паста, мука, сахар, соль)	150	2,97	5,56	14,23	118,50	132****
Обед	Компот из смеси сухофруктов (сухофрукты, сахар)	200	0,56	0,00	27,89	113,79	тгк 1.116
Обед	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	16,70	87,00	115*
Итого за Обед		710	20,70	22,01	84,47	621,07	
Полдник	Молоко кипяченое	180	5,31	6,12	8,91	110,07	666*****
Полдник	Печенье	40	3,00	3,92	29,76	166,80	609*
Итого за Полдник		220	8,31	10,04	38,67	276,87	
Ужин	Омлет натуральный (яйцо, молоко, масло сливочное, соль)	140	12,07	18,73	3,23	228,31	307*
Ужин	Чай с молоком (чай, сахар, молоко)	200	1,51	1,31	17,40	87,00	тгк 1
Ужин	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	114*
Итого за Ужин		390,00	17,38	20,44	45,23	432,81	
Итого за день		1 835,00	54,55	63,92	241,64	1 761,50	

Зав.Производством: _____

Калькулятор: _____

ООО "КШП "Подросток"
 Меню для детей 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 10							
Завтрак 1	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,60	117*
Завтрак 1	Масло сливочное порциями	10	0,050	8,26	0,08	74,80	111*
Завтрак 1	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая (крупа геркулесовая, сахар, молоко, масло сливочное, соль)	140	5,01	6,58	20,16	159,88	272*
Завтрак 1	Какао с молоком (какао порошок, сахар, молоко)	140	2,63	3,16	18,16	107,74	269**
Итого за Завтрак 1		320	9,94	18,87	53,82	421,02	
Завтрак 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,50	0,10	10,10	46,00	537*
Итого за Завтрак 2		100	0,50	0,10	10,10	46,00	
Обед	Салат картофельный с кукурузой и морковью (картофель, кукуруза консерв., морковь, масло растительное, соль)	40	1,24	2,76	8,76	64,80	69*
Обед	Суп картофельный с клецками (картофель, лук, масло растительное, мука, соль)	180	1,92	2,86	10,63	75,92	151*
Обед	Гуляш из говядины (мясо говядины, масло сливочное, лук, томат-паста, мука)	70	12,02	12,83	2,45	173,25	373*
Обед	Пюре из гороха (горох, соль)	130	12,66	1,25	25,18	151,32	422*
Обед	Компот из свежих плодов или ягод (яблоки, сахар, лимонная кислота)	150	0,15	0,00	26,85	106,50	ттк 1.117
Обед	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	16,70	87,00	115*
Итого за Обед		620	31,29	20,30	90,57	658,79	
Полдник	Варенец	150	4,50	9,00	6,15	123,75	667*****
Полдник	Ватрушка с повидлом (мука, дрожжи, сахар, соль, яйцо, повидло, масл. слив., масло растител.)	50	3,08	1,41	34,08	161,66	559*
Итого за Полдник		200	7,58	10,41	40,23	285,41	
Ужин	Котлеты или биточки рыбные запеченные (филе рыбы, масло сливочное, молоко, хлеб, соль)	50	6,65	2,35	4,79	66,87	271*****
Ужин	Рагу из овощей (картофель, морковь, капуста, лук, масло растительное, мука, соль, масло сливочное, сметана)	160	2,90	11,60	17,62	186,53	92**
Ужин	Чай с лимоном (чай, сахар, лимон)	200	0,10	0,00	15,20	61,00	ттк 1.2
Ужин	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50	114*
Итого за Ужин		460	13,45	14,35	62,21	431,90	
Итого за день		1 700,00	62,77	64,03	256,94	1 843,12	

Зав.Производством: _____

Калькулятор: _____

Среднее значение за 1 день	
Белки	53,66
Жиры	57,29
Углеводы	267,24
Энергетическая ценность	1798,9

- *Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений 7-е издание, переработанное и дополненное Пермь 2013 г.
- ** Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений Пермь 2008г.
- *** Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Москва Дели принт 2011г.
- **** Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. Москва Дели принт 2012г.
- ***** Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания Москва Дели плюс 2013г.
- ***** Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях 2-е издание, дополненное и переработанное Москва Дели плюс 2016г.
- ***** Питание детей по гипоаллергенной диете (методические рекомендации и технологические карты) ОНПЦ Аллергодерматозы 1995г.

Согласовано
Заведующий детским садом

ООО "Комбинат школьного питания "Подросток"

Меню для детей

2 октября 2023 г.

понедельник

Наименование блюда	Выход
<i>Завтрак 1</i>	
Батон 40	40
Повидло порциями Д 10	10
Каша пшеничная 150 (без молока, масло раст.)	150
Чай с сахаром, вареньем, медом (с сахаром) 150	150
<i>Завтрак 2</i>	
Сок фруктовый 100	100
<i>Обед</i>	
Винегрет овощной Д 40	40
Рассольник ленинградский 200	200
Мясные шарики с овощами	75
Макаронные изделия отварные Д 100 (масло раст)	100
Компот из смеси сухофруктов Д 150	150
Хлеб ржано-пшеничный Д 40	40
<i>Полдник</i>	
Кисель из концентрата плодового или ягодного 200	200
Сдоба обыкновенная 50 (масло раст)	50
<i>Ужин</i>	
Картофель, тушенный в соусе 150 (без сметаны)	150
Чай с сахаром, вареньем, медом (с сахаром) Д 180	180
Хлеб пшеничный Д 40	40
Стоимость комплекса:	40

Зав.Производством:

Технолог:

Калькулятор:

МЕНЮ-РАСКЛАДКА № 00000014864

в Брутто

на 2 октября 2023 г.

Учреждение: ООО "КШП "Подросток"

Возраст, рацион: 1 день ДИЕТА БЕЗ ЛАКТОЗЫ
19/1, 19/2, 27, 37/1, 73/2, 115, 126, 141, 159,
166, 67

Блюдо	Ингредиенты	Батон 40	Повидло порциями Д 10	Каша пшеничная 150 (без молока, масло раст.)	Чай с сахаром, вареньем, медом (с сахаром) 150	Сок фруктовый 100	Винегрет овощной Д 40	Рассольник ленинградский 200	Мясные шарики с овощами	Макаронные изделия отварные Д 100 (масло раст)	Компот из смеси сухофруктов Д 150	Хлеб ржано-пшеничный Д 40	Кисель из концентрата плодового или ягодного 200
1	Батон в/с , кг	0,04	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
2	дрожжи сухие, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
3	зеленый горошек, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
4	Картофель свежий очищенный вакуум (п/ф)	0	0	0	0	0	0,008	0	0	0	0	0	0
5	кисель, кг	0	0	0	0	0	0,00784	0,06	0	0	0	0	0
6	крупа перловая, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
7	крупа пшеничная, кг	0	0	0	0	0	0	0,004	0	0	0	0	0,024
8	крупа рисовая, кг	0	0	0,03	0	0	0	0	0	0	0	0	0
9	лавровый лист, кг	0	0	0	0	0	0	0	0,00583	0	0	0	0
10	лимонная кислота, кг	0	0	0	0	0	0	0,00008	0	0	0	0	0
11	Лук репчатый очищенный вакуум (п/ф), кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,00015	0	0
12	Макаронные изделия , кг	0	0	0	0	0	0,0024	0,004	0,01166	0	0	0	0
13	масло растительное , кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0353	0	0	0
14	Морковь свежая очищенная вакуум (п/ф), кг	0	0	0,00375	0	0	0,0024	0,004	0,00817	0,00323	0	0	0
15	мука в/с, кг	0	0	0	0	0	0,0066	0,008	0,0125	0	0	0	0
16	огурцы консервированные, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
17	П/ф фарш из говядины (п/ф), кг	0	0	0	0	0	0,008	0,0134	0	0	0	0	0
18	П/ф фарш из свинины (п/ф), кг	0	0	0	0	0	0	0	0,01917	0	0	0	0
19	повидло, кг	0	0,01	0	0	0	0	0	0,00667	0	0	0	0
20	сахар-песок, кг	0	0	0,00375	0,01125	0	0	0	0	0	0	0	0
21	Свекла свежая очищенная вакуум (п/ф), кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,015	0	0,01
22	сок 1л , литр	0	0	0	0	0	0,01032	0	0	0	0	0	0
23	соль йодированная, кг	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0	0	0	0
24	сухофрукты, кг	0	0	0	0	0	0,0005	0,001	0,001	0,001	0	0	0
25	филе куриное, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,01875	0	0
26	Хлеб пшеничный в-с , кг	0	0	0	0	0	0	0	0,0125	0	0	0	0
27	Хлеб ржано-пшеничный, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
28	чай, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
29	яйцо, шт	0	0	0	0,00037	0	0	0	0	0	0	0,04	0
	Сдал _____	0	0	0	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0
	Принял _____												

МЕНЮ-РАСКЛАДКА № 00000014864

в Брутто

на 2 октября 2023 г.

Учреждение: ООО "КШП "Подросток"

Возраст, рацион: 1 день ДИЕТА БЕЗ ЛАКТОЗЫ
19/1, 19/2, 27, 37/1, 73/2, 115, 126, 141, 159,
166, 67

Блюдо		Сдоба обыкновенная 50 (масло раст)	Картофель, тушеный в соусе 150 (без сметаны)	Чай с сахаром, вареньем, медом (с сахаром) Д 180	Хлеб пшеничный Д 40	Итого по ингредиентам	Кол-во детей	Кол-во проб	Кол-во сотрудн.	Итого, чел.	Итого кол-во
Ингредиенты											
1	Батон в/с , кг	0	0	0	0	0,04					
2	дрожжи сухие, кг	0,00016	0	0	0	0,00016					
3	зеленый горошек, кг	0	0	0	0	0,008					
4	Картофель свежий очищенный вакуум (п/ф)	0	0,138	0	0	0,20584					
5	кисель, кг	0	0	0	0	0,024					
6	крупа перловая, кг	0	0	0	0	0,004					
7	крупа пшеничная, кг	0	0	0	0	0,03					
8	крупа рисовая, кг	0	0	0	0	0,00583					
9	лавровый лист, кг	0	0	0	0	0,00008					
10	лимонная кислота, кг	0	0	0	0	0,00015					
11	Лук репчатый очищенный вакуум (п/ф), кг	0	0,007	0	0	0,02506					
12	Макаронные изделия , кг	0	0	0	0	0,0353					
13	масло растительное , кг	0,00259	0,008	0	0	0,03214					
14	Морковь свежая очищенная вакуум (п/ф), кг	0	0,008	0	0	0,0351					
15	мука в/с, кг	0,03734	0,00225	0	0	0,03959					
16	огурцы консервированные, кг	0	0	0	0	0,0214					
17	П/ф фарш из говядины (п/ф), кг	0	0	0	0	0,01917					
18	П/ф фарш из свинины (п/ф), кг	0	0	0	0	0,00667					
19	повидло, кг	0	0	0	0	0,01					
20	сахар-песок, кг	0,00366	0	0,0135	0	0,05716					
21	Свекла свежая очищенная вакуум (п/ф), кг	0	0	0	0	0,01032					
22	сок 1л , литр	0	0	0	0	0,1					
23	соль йодированная, кг	0,00059	0,0005	0	0	0,00459					
24	сухофрукты, кг	0	0	0	0	0,01875					
25	филе куриное, кг	0	0	0	0	0,0125					
26	Хлеб пшеничный в-с , кг	0	0	0	0	0,04					
27	Хлеб ржано-пшеничный, кг	0	0	0	0,04	0,04					
28	чай, кг	0	0	0	0	0,04					
29	яйцо, шт	0,03334	0	0,00045	0	0,00082					
Сдал _____						0,13334					
Принял _____											

Согласовано
Заведующий детским садом

ООО "Комбинат школьного питания "Подросток"

Меню для детей

3 октября 2023 г.

вторник

Наименование блюда	Выход
<i>Завтрак 1</i>	
Батон 40	40
Повидло порциями Д 10	10
Каша пшенная жидкая 150 (без молока, масло раст)	150
Чай с сахаром, вареньем, медом (с сахаром) 150	150
<i>Завтрак 2</i>	
Сок фруктовый 100.	100
<i>Обед</i>	
Салат "Здоровье" 60	60
Щи из свежей капусты с картофелем 180 (без сметаны)	180
Тефтели мясные	70
Каша гречневая 130 (масло раст)	130
Компот из свежих плодов или ягод 180	180
Хлеб ржано-пшеничный 50	50
<i>Полдник</i>	
Фруктовый чай Д 150	150
Печенье Д 40	40
<i>Ужин</i>	
Тефтели рыбные тушеные 40/20 д/с ГОРБУША (без молока, сметаны)	60
Пюре картофельное 100 (без молока, масло раст)	100
Чай с лимоном 200	200
Хлеб пшеничный Д 50	50
Стоимость комплекса:	

Зав.Производством:

Технолог:

Калькулятор:

МЕНЮ-РАСКЛАДКА № 00000014865

в Брутто

на 3 октября 2023 г.

Учреждение: ООО "КШП "Подросток"

Возраст, рацион: 2 день ДИЕТА БЕЗ ЛАКТОЗЫ
19/1, 19/2, 27, 37/1, 73/2, 115, 126, 141, 159,
166, 67

Блюдо	Батон 40	Повидло порциями Д 10	Каша пшеничная жидкая 150 (без молока, масло раст)	Чай с сахаром, вареньем, медом (с сахаром) 150	Сок фруктовый 100	Салат "Здоровье" 60	Щи из свежей капусты с картофелем 180 (без сметаны)	Тефтели мясные	Каша гречневая 130 (масло раст)	Компот из свежих плодов или ягод 180	Хлеб ржано-пшеничный 50	Фруктовый чай Д 150
Ингредиенты												
1 апельсины, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
2 Батон в/с, кг	0,04	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,00975
3 зеленый горошек, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
4 Капуста белокочанная очищенная вакуум (п/ф)	0	0	0	0	0	0,0144	0	0	0	0	0	0
5 Картофель свежий очищенный вакуум (п/ф)	0	0	0	0	0	0	0,036	0	0	0	0	0
6 крупа гречневая, кг	0	0	0	0	0	0	0,0216	0	0	0	0	0
7 крупа пшеничная, кг	0	0	0,03	0	0	0	0	0	0,0598	0	0	0
8 лимонная кислота, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,00018	0	0
9 лимоны, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
10 Лук репчатый очищенный вакуум (п/ф), кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0045
11 масло растительное, кг	0	0	0,00375	0	0	0	0,0072	0,014	0	0	0	0
12 Морковь свежая очищенная вакуум (п/ф), кг	0	0	0	0	0	0,006	0,0036	0,00373	0,00585	0	0	0
13 мука в/с, кг	0	0	0	0	0	0,02808	0,009	0	0	0	0	0
14 П/ф фарш из говядины (п/ф), кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
15 леченье, кг	0	0	0	0	0	0	0	0,03166	0	0	0	0
16 повидло, кг	0	0,01	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
17 сахар-песок, кг	0	0	0,00375	0,01125	0	0	0	0	0	0	0	0
18 Свекла свежая очищенная вакуум (п/ф), кг	0	0	0	0	0	0,02802	0	0	0	0,0135	0	0,00975
19 сок 1л, литр	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0	0	0	0
20 соль йодированная, кг	0	0	0,00107	0	0	0,001	0,001	0,001	0,0013	0	0	0
21 томат-паста, кг	0	0	0	0	0	0	0,00072	0,00016	0	0	0	0
22 Филе горбуши, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
23 Хлеб пшеничный в-с, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
24 Хлеб ржано-пшеничный, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
25 чай, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,05	0
26 яблоки, кг	0	0	0	0,00037	0	0	0	0	0	0	0	0,00037
Сдал _____	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,04086	0	0
Принял _____												

МЕНЮ-РАСКЛАДКА № 00000014865

в Брутто

на 3 октября 2023 г.

Учреждение: ООО "КШП "Подросток"

Возраст, рацион: 2 день ДИЕТА БЕЗ ЛАКТОЗЫ
19/1, 19/2, 27, 37/1, 73/2, 115, 126, 141, 159,
166, 67

Блюдо	Ингредиенты	Печенье Д 40	Тефтели рыбные тушеные 40/20 д/с ГОРБУША (без молока, сметаны)	Пюре картофел ьное 100 (без молока, масло раст)	Чай с лимоном 200	Хлеб пшеничны й Д 50	Итого по ингреди ентам	Кол-во детей	Кол-во проб	Кол-во сотруд н,	Итого, чел.	Итого кол-во
1	апельсины, кг	0	0	0	0	0	0,00975					
2	Батон в/с, кг	0	0	0	0	0	0,04					
3	зеленый горошек, кг	0	0	0	0	0	0,0144					
4	Капуста белокочанная очищенная вакуум (п/ф)	0	0	0	0	0	0,036					
5	Картофель свежий очищенный вакуум (п/ф)	0	0	0,0855	0	0	0,1071					
6	крупа гречневая, кг	0	0	0	0	0	0,0598					
7	крупа пшеничная, кг	0	0	0	0	0	0,03					
8	лимонная кислота, кг	0	0	0	0	0	0,00018					
9	лимоны, кг	0	0	0	0,008	0	0,0125					
10	Лук репчатый очищенный вакуум (п/ф), кг	0	0	0	0	0	0,0212					
11	масло растительное, кг	0	0,00133	0,0035	0	0	0,02776					
12	Морковь свежая очищенная вакуум (п/ф), кг	0	0	0	0	0	0,03708					
13	мука в/с, кг	0	0,00399	0	0	0	0,00399					
14	П/ф фарш из говядины (п/ф), кг	0	0	0	0	0	0,03166					
15	печенье, кг	0,04	0	0	0	0	0,04					
16	повидло, кг	0	0	0	0	0	0,01					
17	сахар-песок, кг	0	0	0	0,015	0	0,05325					
18	Свекла свежая очищенная вакуум (п/ф), кг	0	0	0	0	0	0,02802					
19	сок 1л, литр	0	0	0	0	0	0,1					
20	соль йодированная, кг	0	0,0016	0,001	0	0	0,00797					
21	томат-паста, кг	0	0	0	0	0	0,00088					
22	Филе горбуши, кг	0	0,02933	0	0	0	0,02933					
23	Хлеб пшеничный в-с, кг	0	0	0	0	0	0,05					
24	Хлеб ржано-пшеничный, кг	0	0	0	0	0,05	0,05					
25	чай, кг	0	0	0	0	0	0,05					
26	яблоки, кг	0	0	0	0,0005	0	0,00124					
	Сдал _____	0	0	0	0	0	0,04086					
	Принял _____											

Согласовано
Заведующий детским садом

ООО "Комбинат школьного питания "Подросток"

Меню для детей

4 октября 2023 г.

среда

Наименование блюда	Выход
<i>Завтрак 1</i>	
Батон нарезной 30	30
Повидло порциями Д 10	10
Каша рисовая жидкая 150 (масло раст)	150
Чай с сахаром, вареньем, медом (с сахаром) 150	150
<i>Завтрак 2</i>	
Сок фруктовый 100	100
<i>Обед</i>	
Овощи натуральные (огурцы) Д 20	20
Свекольник Д 180 (без сметаны, масло раст)	180
Шницель рубленый 50 (масло раст)	50
Каша ячневая рассыпчатая 150	100
Кисель из концентрата плодового или ягодного 200	200
Хлеб ржано-пшеничный 50	50
<i>Полдник</i>	
Соки овощные, фруктовые и ягодные Д 100	100
Булочка домашняя 50	50
<i>Ужин</i>	
Котлеты рубленые из птицы 50 (масло раст., без молока)	50
Рагу из овощей 150 (масло раст, без сметаны)	150
Чай с сахаром Д 160	160
Хлеб пшеничный Д 40	40
Стоимость комплекса:	40

Зав.Производством:

Технолог:

Калькулятор:

МЕНЮ-РАСКЛАДКА № 00000014866

в Брутто

на 4 октября 2023 г.

Учреждение: ООО "КШП "Подросток"

Возраст, рацион: 3 день ДИЕТА БЕЗ ЛАКТОЗЫ
19/1, 19/2, 27, 37/1, 73/2, 115, 126, 141, 159,
166, 67

Блюдо		Батон нарезной 30	Повидло порциями Д 10	Каша рисовая жидкая 150 (масло раст)	Чай с сахаром, вареньем, медом (с сахаром) 150	Сок фруктовый 100	Овощи натуральн ые (огурцы) Д 20	Свекольн ик Д 180 (без сметаны, масло раст)	Шницель рубленный 50 (масло раст)	Каша ячневая рассыпча тая 150	Кисель из концентра та плодого о или ягодного 200	Хлеб ржано-пш еничный 50	Соки овощные, фруктовы е и ягодные Д 100
Ингредиенты													
1	Батон в/с, кг	0,03	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
2	дрожжи сухие, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
3	Капуста белокочанная очищенная вакуум (п/ф)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
4	Картофель свежий очищенный вакуум (п/ф)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
5	кисель, кг	0	0	0	0	0	0	0,03096	0	0	0	0	0
6	крупа рисовая, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
7	крупа ячневая, кг	0	0	0,0231	0	0	0	0	0	0	0,024	0	0
8	Лук репчатый очищенный вакуум (п/ф), кг	0	0	0	0	0	0	0	0,0333	0	0	0	0
9	масло растительное, кг	0	0	0	0	0	0	0,0081	0,00416	0	0	0	0
10	Морковь свежая очищенная вакуум (п/ф), кг	0	0	0,00375	0	0	0	0,0036	0,00333	0,005	0	0	0
11	мука в/с, кг	0	0	0	0	0	0	0,0072	0	0	0	0	0
12	мясо кури, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
13	огурцы свежие, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
14	П/ф фарш из говядины (п/ф), кг	0	0	0	0	0	0,021	0	0	0	0	0	0
15	повидло, кг	0	0,01	0	0	0	0	0	0,03667	0	0	0	0
16	сахар-песок, кг	0	0	0,00375	0,01125	0	0	0	0	0	0	0	0
17	Свекла свежая очищенная вакуум (п/ф), кг	0	0	0	0	0	0	0,0018	0	0	0,01	0	0
18	сок 1л, литр	0	0	0	0	0	0	0,04608	0	0	0	0	0
19	соль йодированная, кг	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0	0	0	0,1
20	сухари панировочные, кг	0	0	0,001	0	0	0	0,001	0,001	0,001	0	0	0
21	томат-паста, кг	0	0	0	0	0	0	0	0,005	0	0	0	0
22	Хлеб пшеничный в-с, кг	0	0	0	0	0	0	0,00009	0	0	0	0	0
23	Хлеб ржано-пшеничный, кг	0	0	0	0	0	0	0	0,00916	0	0	0	0
24	чай, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,05	0
25	яйцо, шт	0	0	0	0,00037	0	0	0	0	0	0	0	0
	Сдал _____	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Принял _____												

МЕНЮ-РАСКЛАДКА № 00000014866

в Брутто

на 4 октября 2023 г.

Учреждение: ООО "КШП "Подросток"

Возраст, рацион: 3 день ДИЕТА БЕЗ ЛАКТОЗЫ
19/1, 19/2, 27, 37/1, 73/2, 115, 126, 141, 159,
166, 67

Блюдо	Ингредиенты	Булочка домашняя 50	Котлеты рубленые из птицы 50 (масло раст., без молока)	Рагу из овощей 150 (масло раст., без сметаны)	Чай с сахаром Д 160	Хлеб пшеничный Д 40	Итого по ингредиентам	Кол-во детей	Кол-во проб	Кол-во сотрудн.	Итого, чел.	Итого кол-во
1	Батон в/с , кг	0	0	0	0	0	0,03					
2	дрожжи сухие, кг	0,00021	0	0	0	0	0,00021					
3	Капуста белокочанная очищенная вакуум (п/ф)	0	0	0,03	0	0	0,03					
4	Картофель свежий очищенный вакуум (п/ф)	0	0	0,048	0	0	0,07896					
5	кисель, кг	0	0	0	0	0	0,024					
6	крупа рисовая, кг	0	0	0	0	0	0,0231					
7	крупа ячневая, кг	0	0	0	0	0	0,0333					
8	Лук репчатый очищенный вакуум (п/ф), кг	0	0	0,012	0	0	0,02426					
9	масло растительное , кг	0,0075	0,00188	0,00713	0	0	0,03219					
10	Морковь свежая очищенная вакуум (п/ф), кг	0	0	0,048	0	0	0,0552					
11	мука в/с, кг	0,03417	0	0,00113	0	0	0,0353					
12	мясо кури, кг	0	0,06166	0	0	0	0,06166					
13	огурцы свежие, кг	0	0	0	0	0	0,021					
14	П/ф фарш из говядины (п/ф), кг	0	0	0	0	0	0,03667					
15	повидло, кг	0	0	0	0	0	0,01					
16	сахар-песок, кг	0,0075	0	0	0,012	0	0,0463					
17	Свекла свежая очищенная вакуум (п/ф), кг	0	0	0	0	0	0,04608					
18	сок 1л , литр	0	0	0	0	0	0,2					
19	соль йодированная, кг	0,00033	0,001	0,001	0	0	0,00633					
20	сухари панировочные, кг	0	0,005	0	0	0	0,01					
21	томат-паста, кг	0	0	0	0	0	0,00009					
22	Хлеб пшеничный в-с , кг	0	0,00938	0	0	0	0,05854					
23	Хлеб ржано-пшеничный, кг	0	0	0	0	0,04	0,05					
24	чай, кг	0	0	0	0,0004	0	0,00077					
25	яйцо, шт	0,025	0	0	0	0	0,025					

Сдал _____

Принял _____

Согласовано
Заведующий детским садом

ООО "Комбинат школьного питания "Подросток"

Меню для детей

5 октября 2023 г.

четверг

Наименование блюда	Выход
<i>Завтрак 1</i>	
Батон нарезной 30	30
Повидло порциями Д 10	10
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая 150 (без молока, масло раст)	150
Чай с сахаром, вареньем, медом (с сахаром) Д 180	180
<i>Завтрак 2</i>	
Сок фруктовый 100	100
<i>Обед</i>	
Салат картофельный с кукурузой и морковью Д 50	50
Суп картофельный с крупой (пшено) Д 200	200
Шницель детский 50 (масло раст)	50
Капуста тушеная Д 100	100
Компот из свежих плодов или ягод Д 150	150
Хлеб ржано-пшеничный 50	50
<i>Полдник</i>	
Кисель из концентрата плодового или ягодного 200	200
Пряники Д 40	40
<i>Ужин</i>	
Котлеты рыбные запеченные Д 50 горбуша (без молока)	50
Каша рассыпчатая с овощами 150 (масло раст)	150
Чай с сахаром, вареньем, медом (с сахаром) Д 180	180
Хлеб пшеничный 50	50
Стоимость комплекса:	50

Зав.Производством:

Технолог:

Калькулятор:

МЕНЮ-РАСКЛАДКА № 00000014867

в Брутто

на 5 октября 2023 г.

Учреждение: ООО "КШП "Подросток"

Возраст, рацион: 4 день ДИЕТА БЕЗ ЛАКТОЗЫ
19/1, 19/2, 27, 37/1, 73/2, 115, 126, 141, 159,
166, 67

Блюдо	Ингредиенты	Батон нарезной 30	Повидло порциями Д 10	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая 150 (без молока, масло раст)	Чай с сахаром, вареньем, медом (с сахаром) Д 180	Сок фруктовый 100	Салат картофельный с кукурузой и морковью Д 50	Суп картофельный с крупой (пшено) Д 200	Шницель детский 50 (масло раст)	Капуста тушеная Д 100	Компот из свежих плодов или ягод Д 150	Хлеб ржано-пшеничный 50	Кисель из концентрата плодового или ягодного 200	Пряники Д 40
1	Батон в/с , кг	0,03	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
2	Капуста белокочанная очищенная вакуум (п/ф)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
3	Картофель свежий очищенный вакуум (п/ф)	0	0	0	0	0	0	0	0	0,11	0	0	0	0
4	кисель, кг	0	0	0	0	0	0,02776	0,06	0	0	0	0	0	0
5	крупка геркулесовая, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
6	крупка гречневая, кг	0	0	0,0231	0	0	0	0	0	0	0	0	0,024	0
7	крупка пшеничная, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
8	Кукуруза консервированная, кг	0	0	0	0	0	0	0,004	0	0	0	0	0	0
9	лавровый лист, кг	0	0	0	0	0	0,0208	0	0	0	0	0	0	0
10	лимонная кислота, кг	0	0	0	0	0	0	0,00002	0	0	0	0	0	0
11	Лук репчатый очищенный вакуум (п/ф), кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,00015	0	0	0
12	масло растительное , кг	0	0	0	0	0	0	0,008	0,008	0,00733	0	0	0	0
13	Морковь свежая очищенная вакуум (п/ф), кг	0	0	0,00375	0	0	0,003	0,002	0,003	0,004	0	0	0	0
14	мука в/с, кг	0	0	0	0	0	0,02512	0,008	0	0,00733	0	0	0	0
15	огурцы свежие, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0,002	0	0	0	0
16	П/ф фарш из говядины (п/ф), кг	0	0	0	0	0	0,0125	0	0	0	0	0	0	0
17	П/ф фарш из свинины (п/ф), кг	0	0	0	0	0	0	0	0,0125	0	0	0	0	0
18	повидло, кг	0	0	0	0	0	0	0	0,00764	0	0	0	0	0
19	пряники, кг	0	0,01	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
20	сахар-песок, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
21	сок 1л , литр	0	0	0,00375	0,0135	0	0	0	0	0	0	0	0	0,04
22	соль йодированная, кг	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0,00266	0,01125	0	0,01	0
23	сухари панировочные, кг	0	0	0,001	0	0	0,001	0,00111	0,001	0,00066	0	0	0	0
24	томат-паста, кг	0	0	0	0	0	0	0	0,00564	0	0	0	0	0
25	Филе горбуши, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0,00133	0	0	0	0
26	филе куриное, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
27	Хлеб пшеничный в-с , кг	0	0	0	0	0	0	0	0,01875	0	0	0	0	0
28	Хлеб ржано-пшеничный, кг	0	0	0	0	0	0	0	0,00625	0	0	0	0	0
29	чай, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,05	0	0
30	яблоки, кг	0	0	0	0,00045	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Сдал _____		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,03405	0	0	0
Принял _____														

МЕНЮ-РАСКЛАДКА № 00000014867

в Брутто

на 5 октября 2023 г.

Учреждение: ООО "КШП "Подросток"

Возраст, рацион: 4 день ДИЕТА БЕЗ ЛАКТОЗЫ

19/1, 19/2, 27, 37/1, 73/2, 115, 126, 141, 159, 166, 67

Блюдо	Котлеты рыбные запеченные Д 50 горбуша (без молока)	Каша рассыпчатая с овощами 150 (масло раст)	Чай с сахаром, вареньем, медом (с сахаром) Д 180	Хлеб пшеничный Д 50	Итого по ингредиентам	Кол-во детей	Кол-во проб	Кол-во сотрудн.	Итого, чел.	Итого кол-во
Ингредиенты										
1 Батон в/с , кг	0	0	0	0	0,03					
2 Капуста белокочанная очищенная вакуум (п/ф)	0	0	0	0	0,11					
3 Картофель свежий очищенный вакуум (п/ф)	0	0	0	0	0,08776					
4 кисель, кг	0	0	0	0	0,024					
5 крупа геркулесовая, кг	0	0	0	0	0,0231					
6 крупа гречневая, кг	0	0,06426	0	0	0,06426					
7 крупа пшеничная, кг	0	0	0	0	0,004					
8 Кукуруза консервированная, кг	0	0	0	0	0,0208					
9 лавровый лист, кг	0	0	0	0	0,00002					
10 лимонная кислота, кг	0	0	0	0	0,00015					
11 Лук репчатый очищенный вакуум (п/ф), кг	0	0,00225	0	0	0,02558					
12 масло растительное , кг	0,003	0,00366	0	0	0,02241					
13 Морковь свежая очищенная вакуум (п/ф), кг	0	0,018	0	0	0,05845					
14 мука в/с, кг	0	0	0	0	0,002					
15 огурцы свежие, кг	0	0	0	0	0,0125					
16 П/ф фарш из говядины (п/ф), кг	0	0	0	0	0,0125					
17 П/ф фарш из свинины (п/ф), кг	0	0	0	0	0,00764					
18 повидло, кг	0	0	0	0	0,01					
19 пряники, кг	0	0	0	0	0,04					
20 сахар-песок, кг	0	0	0,0135	0	0,05466					
21 сок 1л , литр	0	0	0	0	0,1					
22 соль йодированная, кг	0,001	0,00034	0	0	0,00611					
23 сухари панировочные, кг	0	0	0	0	0,00564					
24 томат-паста, кг	0	0	0	0	0,00133					
25 Филе горбуши, кг	0,048	0	0	0	0,048					
26 филе куриное, кг	0	0	0	0	0,01875					
27 Хлеб пшеничный в-с , кг	0,011	0	0	0,05	0,06725					
28 Хлеб ржано-пшеничный, кг	0	0	0	0	0,05					
29 чай, кг	0	0	0,00045	0	0,0009					
30 яблоки, кг	0	0	0	0	0,03405					

Сдал _____

Принял _____

Согласовано
Заведующий детским садом

ООО "Комбинат школьного питания "Подросток"

Меню для детей

6 октября 2023 г.

пятница

Наименование блюда	Выход
<i>Завтрак 1</i>	
Батон нарезной 30	30
Повидло порциями Д 10	10
Каша пшенная жидкая 150 (без молока, масло раст)	150
Чай с сахаром, вареньем, медом (с сахаром) 150	150
<i>Завтрак 2</i>	
Сок фруктовый 100	100
<i>Обед</i>	
Салат "Зимний" Д 40	40
Суп-лапша домашняя Д 180	180
Плов из отварной говядины 140	140
Компот из смеси сухофруктов Д 150	150
Хлеб ржано-пшеничный Д 30	30
<i>Полдник</i>	
Фруктовый чай 150 Д	150
Печенье Д 40	40
<i>Ужин</i>	
Омлет с жареным картофелем 100 (без молока)	100
Чай с лимоном Д 180	180
Хлеб пшеничный 50	50
Стоимость комплекса:	

Зав.Производством:

Технолог:

Калькулятор:

МЕНЮ-РАСКЛАДКА № 00000014868

в Брутто

на 6 октября 2023 г.

Учреждение: ООО "КШП "Подросток"

Возраст, рацион: 5 день ДИЕТА БЕЗ ЛАКТОЗЫ
19/1, 19/2, 27, 37/1, 73/2, 115, 126, 141, 159,
166, 67

Блюдо	Батон нарезной 30	Повидло порциями Д 10	Каша пшеничная жидкая 150 (без молока, масло раст)	Чай с сахаром, вареньем, медом (с сахаром) 150	Сок фруктовый 100	Салат "Зимний" Д 40	Суп-лапша домашняя Д 180	Плов из отварной говядины 140	Компот из смеси сухофруктов Д 150	Хлеб ржано-пшеничный Д 30	Фруктовый чай 150 Д	Печенье Д 40	Омлет с жареным картофелем 100 (без молока)
Ингредиенты													
1 апельсины, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,00975	0	0
2 Батон в/с, кг	0,03	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
3 зеленый горошек, кг	0	0	0	0	0	0,0044	0	0	0	0	0	0	0
4 Картофель свежий очищенный вакуум (п/ф)	0	0	0	0	0	0,0128	0	0	0	0	0	0	0,06111
5 крупа пшеничная, кг	0	0	0,03	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
6 крупа рисовая, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
7 лавровый лист, кг	0	0	0	0	0	0	0,03808	0	0	0	0	0	0
8 лимонная кислота, кг	0	0	0	0	0	0	0,00002	0	0	0	0	0	0
9 лимоны, кг	0	0	0	0	0	0	0	0,00015	0	0	0	0	0
10 Лук репчатый очищенный вакуум (п/ф), кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,0045	0	0	0
11 масло растительное, кг	0	0	0,00375	0	0	0,0024	0,0072	0,0056	0	0	0	0	0
12 масло сливочное, кг	0	0	0	0	0	0,0032	0,0036	0	0	0	0	0	0,00556
13 Морковь свежая очищенная вакуум (п/ф), кг	0	0	0	0	0	0	0	0,0056	0	0	0	0	0,00556
14 мука в/с, кг	0	0	0	0	0	0,0048	0	0,014	0	0	0	0	0
15 огурцы консервированные, кг	0	0	0	0	0	0	0,01346	0	0	0	0	0	0
16 П/ф мясо "крулнокусковое" (п/ф), кг	0	0	0	0	0	0,0032	0	0	0	0	0	0	0
17 печенье, кг	0	0	0	0	0	0	0	0,04536	0	0	0	0	0
18 повидло, кг	0	0,01	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,03	0
19 сахар-песок, кг	0	0	0,00375	0,01125	0	0	0	0	0,015	0	0,00975	0	0
20 сок 1л, литр	0	0	0	0	0,1	0	0	0	0	0	0	0	0
21 соль йодированная, кг	0	0	0,00107	0	0	0,001	0,001	0,001	0	0	0	0	0,001
22 сухофрукты, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0,01875	0	0	0	0
23 Хлеб пшеничный в-с, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
24 Хлеб ржано-пшеничный, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
25 чай, кг	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,03	0	0	0
26 яйцо, шт	0	0	0	0,00037	0	0	0	0	0	0	0,00036	0	0
Сдал _____							0,09	0	0	0	0	0	1,1111
Принял _____													

МЕНЮ-РАСКЛАДКА № 00000014868

в Брутто

на 6 октября 2023 г.

Учреждение: ООО "КШП "Подросток"

Возраст, рацион: 5 день ДИЕТА БЕЗ ЛАКТОЗЫ
19/1, 19/2, 27, 37/1, 73/2, 115, 126, 141, 159,
166, 67

Блюдо		Чай с лимоном Д 180	Хлеб пшенич ный 50	Итого по ингреди ентам	Кол-во детей	Кол-во проб	Кол-во сотруд н.	Итого, чел.	Итого кол-во	
Ингредиенты										
1	апельсины, кг	0	0	0,00975						
2	Батон в/с , кг	0	0	0,03						
3	зеленый горошек, кг	0	0	0,0044						
4	Картофель свежий очищенный вакуум (п/ф)	0	0	0,07391						
5	крупа пшеничная, кг	0	0	0,03						
6	крупа рисовая, кг	0	0	0,03808						
7	лавровый лист, кг	0	0	0,00002						
8	лимонная кислота, кг	0	0	0,00015						
9	лимоны, кг	0,0064	0	0,0109						
10	Лук репчатый очищенный вакуум (п/ф), кг	0	0	0,0152						
11	масло растительное , кг	0	0	0,01611						
12	масло сливочное , кг	0	0	0,01116						
13	Морковь свежая очищенная вакуум (п/ф), кг	0	0	0,0188						
14	мука в/с, кг	0	0	0,01346						
15	огурцы консервированные, кг	0	0	0,0032						
16	П/ф мясо "крупнокусковое" (п/ф), кг	0	0	0,04536						
17	печенье, кг	0	0	0,03						
18	повидло, кг	0	0	0,01						
19	сахар-песок, кг	0,012	0	0,05175						
20	сок 1л , литр	0	0	0,1						
21	соль йодированная, кг	0	0	0,00507						
22	сухофрукты, кг	0	0	0,01875						
23	Хлеб пшеничный в-с , кг	0	0,05	0,05						
24	Хлеб ржано-пшеничный, кг	0	0	0,03						
25	чай, кг	0,0004	0	0,00113						
26	яйцо, шт	0	0	1,2011						

Сдал _____
Принял _____