

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ -ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 62**

620138, г. Екатеринбург, бульвар С. Есенина, 11, тел. 262-27-47; 262-27-21, email: [mbdou62@mail.ru](mailto:mbdou62@mail.ru)

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий МБДОУ – детский сад  
комбинированного вида № 62

Кулакова В.Г.

Приказ № 1/44 от 11.01.2021 г.



**Специальное цикличное безмолочное меню для детей 1-3 лет  
(пребывание в дошкольных образовательных учреждениях  
10,5 часов, всесезонное, четырехразовое питание)**

**Муниципального бюджетного дошкольного образовательного  
учреждения – детского сада комбинированного вида № 62  
(уточненное на 16.03.2021 г.)**

(учет продуктов ведется в программе ПАРУС-Бюджет 8. Бухгалтерский учет.  
Версия 8.5.6.1 в ред. 27.12.2017 г.)

г. Екатеринбург, 2022 г.

Использованы:

Методические рекомендации по питанию детей в организованных коллективах, Часть III Сборник технологических карт (для питания детей), Екатеринбург, 2018 (УДК 613.2 ISBN 978-5-93025-114-2)

**МЕНЮ безмолочное для детей 1-3 лет**

| ТК      | Наименование блюда  | Выход,<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г  | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал      |
|---------|---|-------------|-------------|-------------|------------------|---------------|
|         | 1 день  |             |             |             |                  |               |
|         | Завтрак   |             |             |             |                  |               |
| 16/4    | Каша пшеничная безмолочная с маслом растит                            | 150         | 3,2         | 3,5         | 21,8             | 130,9         |
| 27/10   | Чай без сахара  | 180         | 0,1         | 0,0         | 0,1              | 0,6           |
| -       | Батон   | 30          | 2,3         | 0,9         | 16,0             | 80,9          |
|         | Джем  | 15          | 0,1         | 0,0         | 10,9             | 41,7          |
|         | <b>Итого за 'Завтрак '</b>  | <b>375</b>  | <b>5,7</b>  | <b>4,4</b>  | <b>48,7</b>      | <b>254,1</b>  |
|         | 10:00   |             |             |             |                  |               |
| -       | Сок   | 100         | 0,5         | 0,1         | 10,3             | 43,2          |
|         | <b>Итого за '10:00 '</b>  | <b>100</b>  | <b>0,5</b>  | <b>0,1</b>  | <b>10,3</b>      | <b>43,2</b>   |
|         | Обед  |             |             |             |                  |               |
| 42/1    | Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом | 40          | 1,2         | 2,9         | 5,0              | 49,7          |
| 22/2    | Суп-лапша на курином бульоне1   | 150         | 6,1         | 7,0         | 9,5              | 124,0         |
| 1/9     | Мясо кур отварное (порц., без кости)                                  | 50          | 11,3        | 9,5         | 0,2              | 131,6         |
| 11/3    | Капуста тушеная   | 120         | 2,8         | 2,3         | 13,9             | 80,9          |
| -       | Хлеб пшеничный  | 20          | 1,3         | 0,1         | 9,4              | 44,8          |
| -       | Хлеб ржаной   | 20          | 1,3         | 0,2         | 8,3              | 38,7          |
| 20/10-1 | Кисель из сухофруктов (вариант 3)                                     | 150         | 0,8         | 0,0         | 21,9             | 84,1          |
|         | <b>Итого за 'Обед '</b>   | <b>550</b>  | <b>24,8</b> | <b>22,1</b> | <b>68,2</b>      | <b>553,7</b>  |
|         | Уплотненный полдник   |             |             |             |                  |               |
| 6-1/5   | Пудинг из крупы с яблоками (рисовый, безмолочный)                     | 130         | 3,8         | 4,6         | 36,3             | 198,4         |
|         | Масло подсолнечное  | 5           | 0,0         | 4,4         | 0,0              | 39,6          |
| -       | Хлеб ржаной   | 20          | 1,3         | 0,2         | 8,3              | 38,7          |
|         | Зефир   | 30          | 0,2         | 0,0         | 22,1             | 85,8          |
| -       | Фрукты  | 100         | 0,4         | 0,4         | 11,6             | 48,7          |
| 27/10   | Чай без сахара  | 180         | 0,1         | 0,0         | 0,1              | 0,6           |
|         | <b>Итого за 'Уплотненный полдник '</b>                                | <b>465</b>  | <b>5,8</b>  | <b>9,6</b>  | <b>78,4</b>      | <b>411,7</b>  |
|         | <b>Итого за день</b>  | <b>1490</b> | <b>36,8</b> | <b>36,2</b> | <b>205,5</b>     | <b>1262,7</b> |
|         |   |             |             |             |                  |               |
|         | 2 день  |             |             |             |                  |               |
|         | Завтрак   |             |             |             |                  |               |
| 8/4     | Каша геркулесовая безмолочная с раст.маслом и отрубями                | 150         | 3,4         | 4,8         | 20,1             | 133,8         |
| 1/6     | Яйцо отварное   | 40          | 5,1         | 4,6         | 0,3              | 62,8          |
| 27/10   | Чай (вариант 3)   | 180         | 0,1         | 0,0         | 6,2              | 24,0          |
| -       | Хлеб пшеничный  | 30          | 2,0         | 0,2         | 14,1             | 67,2          |
|         | <b>Итого за 'Завтрак '</b>  | <b>400</b>  | <b>10,5</b> | <b>9,6</b>  | <b>40,7</b>      | <b>287,8</b>  |

| ТК    | Наименование блюда                                      | Выход,<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г  | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал      |
|-------|---|-------------|-------------|-------------|------------------|---------------|
|       | 10:00   |             |             |             |                  |               |
| -     | Фрукты  | 120         | 0,5         | 0,5         | 13,9             | 58,4          |
|       | <b>Итого за '10:00 '</b>                                | <b>120</b>  | <b>0,5</b>  | <b>0,5</b>  | <b>13,9</b>      | <b>58,4</b>   |
|       | Обед  |             |             |             |                  |               |
| 21/1  | Салат из свежих огурцов и томатов с растительным маслом | 40          | 0,4         | 2,4         | 1,6              | 28,9          |
| 2/2   | Борщ (безмолочное меню)                                 | 150         | 1,1         | 2,7         | 6,5              | 52,5          |
| 1/8   | Мясо говядины отварное                                  | 15          | 4,0         | 2,9         | 0,1              | 42,6          |
| 1/7   | Рыба отварная   | 60          | 13,1        | 3,5         | 0,0              | 83,5          |
| 32/3  | Рагу из овощей  | 120         | 2,0         | 3,2         | 13,9             | 88,3          |
| -     | Хлеб пшеничный  | 20          | 1,3         | 0,1         | 9,4              | 44,8          |
| -     | Хлеб ржаной   | 20          | 1,3         | 0,2         | 8,3              | 38,7          |
| 37/10 | Напиток из шиповника                                    | 180         | 0,2         | 0,1         | 13,1             | 50,2          |
|       | <b>Итого за 'Обед '</b>                                 | <b>605</b>  | <b>23,4</b> | <b>15,1</b> | <b>53,0</b>      | <b>429,4</b>  |
|       | Уплотненный полдник                                     |             |             |             |                  |               |
| 9/8-1 | Печень (безмолочное меню)                               | 60          | 14,1        | 10,5        | 0,0              | 151,0         |
| 4/3   | Картофельное пюре (без молока)                          | 110         | 1,9         | 3,0         | 15,6             | 96,2          |
|       | Вафли   | 20          | 1,0         | 4,9         | 9,3              | 86,6          |
| -     | Сок   | 180         | 0,9         | 0,2         | 18,5             | 77,8          |
| -     | Хлеб ржаной   | 15          | 1,0         | 0,2         | 6,3              | 29,0          |
| -     | Хлеб пшеничный  | 15          | 1,0         | 0,1         | 7,0              | 33,6          |
|       | <b>Итого за 'Уплотненный полдник '</b>                  | <b>400</b>  | <b>19,9</b> | <b>18,9</b> | <b>56,8</b>      | <b>474,3</b>  |
|       | <b>Итого за день</b>                                    | <b>1525</b> | <b>54,2</b> | <b>44,1</b> | <b>164,4</b>     | <b>1249,8</b> |
|       |   |             |             |             |                  |               |
|       | 3 день  |             |             |             |                  |               |
|       | Завтрак   |             |             |             |                  |               |
| 2/4   | Каша гречневая безмолочная с маслом растительным        | 150         | 3,7         | 4,6         | 22,4             | 140,5         |
| -     | Масло сливочное   | 10          | 0,1         | 7,3         | 0,1              | 66,1          |
| 34/10 | Напиток из цикория                                      | 180         | 0,0         | 0,0         | 9,1              | 34,7          |
| -     | Хлеб пшеничный  | 30          | 2,0         | 0,2         | 14,1             | 67,2          |
|       | <b>Итого за 'Завтрак '</b>                              | <b>370</b>  | <b>5,8</b>  | <b>12,1</b> | <b>45,7</b>      | <b>308,4</b>  |
|       | 10:00   |             |             |             |                  |               |
| -     | Сок   | 100         | 0,5         | 0,1         | 10,3             | 43,2          |
|       | <b>Итого за '10:00 '</b>                                | <b>100</b>  | <b>0,5</b>  | <b>0,1</b>  | <b>10,3</b>      | <b>43,2</b>   |
|       | Обед  |             |             |             |                  |               |
| 32/1  | Салат из отварной свеклы с растительным маслом          | 40          | 0,6         | 2,4         | 3,6              | 35,9          |
| 13/2  | Суп картофельный вегетарианский со сметаной             | 150         | 0,9         | 1,7         | 7,4              | 47,7          |
| 48/8  | Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)              | 150         | 9,1         | 7,8         | 9,2              | 141,3         |
|       | Масло подсолнечное                                      | 5           | 0,0         | 4,4         | 0,0              | 39,6          |
| 3/10  | Компот из яблок   | 180         | 0,3         | 0,3         | 18,0             | 72,0          |

| ТК      | Наименование блюда                     | Выход,<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г  | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал      |
|---------|--|-------------|-------------|-------------|------------------|---------------|
| -       | Хлеб пшеничный                         | 25          | 1,7         | 0,2         | 11,7             | 56,0          |
| -       | Хлеб ржаной                            | 20          | 1,3         | 0,2         | 8,3              | 38,7          |
|         | <b>Итого за 'Обед '</b>                | <b>570</b>  | <b>13,8</b> | <b>17,1</b> | <b>58,2</b>      | <b>431,2</b>  |
|         | Уплотненный полдник                    |             |             |             |                  |               |
| 28/3    | Икра из кабачков                       | 40          | 0,6         | 2,5         | 4,5              | 43,1          |
| 1/7     | Рыба отварная                          | 50          | 10,9        | 2,9         | 0,0              | 69,6          |
| 43/3    | Каша рисовая рассыпчатая               | 110         | 2,7         | 2,3         | 28,1             | 144,3         |
|         | Масло подсолнечное                     | 5           | 0,0         | 4,4         | 0,0              | 39,6          |
| -       | Хлеб ржаной                            | 20          | 1,3         | 0,2         | 8,3              | 38,7          |
| -       | Хлеб пшеничный                         | 15          | 1,0         | 0,1         | 7,0              | 33,6          |
| 27/10-1 | Чай (вариант 2)                        | 180         | 0,1         | 0,0         | 4,5              | 17,3          |
| -       | Фрукты                                 | 120         | 0,5         | 0,5         | 13,9             | 58,4          |
|         | <b>Итого за 'Уплотненный полдник '</b> | <b>540</b>  | <b>17,0</b> | <b>12,9</b> | <b>66,3</b>      | <b>444,5</b>  |
|         | <b>Итого за день</b>                   | <b>1580</b> | <b>37,1</b> | <b>42,2</b> | <b>180,4</b>     | <b>1227,3</b> |
|         |  |             |             |             |                  |               |
|         | 4 день                                 |             |             |             |                  |               |
|         | Завтрак                                |             |             |             |                  |               |
| 46/3    | Макаронные изделия отварные            | 150         | 5,3         | 3,0         | 34,1             | 183,9         |
| 1/6     | Яйцо отварное                          | 40          | 5,1         | 4,6         | 0,3              | 62,8          |
| 27/10-1 | Чай (вариант 2)                        | 180         | 0,1         | 0,0         | 4,5              | 17,3          |
| -       | Хлеб пшеничный                         | 30          | 2,0         | 0,2         | 14,1             | 67,2          |
|         | <b>Итого за 'Завтрак '</b>             | <b>400</b>  | <b>12,4</b> | <b>7,8</b>  | <b>52,9</b>      | <b>331,2</b>  |
|         | 10:00                                  |             |             |             |                  |               |
| -       | Фрукты                                 | 120         | 0,5         | 0,5         | 13,9             | 58,4          |
|         | <b>Итого за '10:00 '</b>               | <b>120</b>  | <b>0,5</b>  | <b>0,5</b>  | <b>13,9</b>      | <b>58,4</b>   |
|         | Обед                                   |             |             |             |                  |               |
| 16/1    | Салат из моркови с растительным маслом | 40          | 0,5         | 2,4         | 4,5              | 39,3          |
| 6/2     | Щи из свежей капусты безмолочное меню  | 150         | 1,0         | 1,4         | 5,5              | 36,8          |
| 12/8    | Гуляш из мяса говядины                 | 60          | 8,9         | 9,4         | 3,2              | 132,7         |
| 1/3     | Картофель отварной                     | 120         | 2,3         | 2,6         | 19,1             | 108,4         |
| 6/10    | Компот из сухофруктов                  | 180         | 0,9         | 0,1         | 20,9             | 78,8          |
| -       | Хлеб ржаной                            | 20          | 1,3         | 0,2         | 8,3              | 38,7          |
| -       | Хлеб пшеничный                         | 20          | 1,3         | 0,1         | 9,4              | 44,8          |
|         | <b>Итого за 'Обед '</b>                | <b>590</b>  | <b>16,3</b> | <b>16,3</b> | <b>70,9</b>      | <b>479,5</b>  |
|         | Уплотненный полдник                    |             |             |             |                  |               |
| 53/1    | Сельдь с маслом растительным           | 40          | 5,3         | 10,5        | 0,0              | 115,8         |
| 64/3    | Запеканка капустная                    | 130         | 4,5         | 5,6         | 22,0             | 150,6         |
|         | Масло подсолнечное                     | 5           | 0,0         | 4,4         | 0,0              | 39,6          |
| -       | Хлеб ржаной                            | 20          | 1,3         | 0,2         | 8,3              | 38,7          |

| ТК    | Наименование блюда   | Выход,<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г  | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал      |
|-------|--|-------------|-------------|-------------|------------------|---------------|
| 29/10 | Чай с лимоном  | 180         | 0,1         | 0,0         | 9,1              | 35,6          |
| -     | Бананы   | 100         | 1,5         | 0,5         | 22,7             | 95,5          |
|       | <b>Итого за 'Уплотненный полдник '</b>                             | <b>475</b>  | <b>12,8</b> | <b>21,3</b> | <b>62,1</b>      | <b>475,8</b>  |
|       | <b>Итого за день</b>   | <b>1585</b> | <b>42,0</b> | <b>45,8</b> | <b>199,8</b>     | <b>1344,9</b> |
|       |  |             |             |             |                  |               |
|       | 5 день   |             |             |             |                  |               |
|       | Завтрак  |             |             |             |                  |               |
| 19/4  | Каша безмолочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом растит    | 150         | 1,7         | 3,6         | 16,4             | 103,2         |
|       | Батон  | 30          | 2,3         | 0,9         | 16,0             | 80,9          |
|       | Джем   | 15          | 0,1         | 0,0         | 10,9             | 41,7          |
| 27/10 | Чай без сахара   | 180         | 0,1         | 0,0         | 0,1              | 0,6           |
|       | <b>Итого за 'Завтрак '</b>   | <b>375</b>  | <b>4,2</b>  | <b>4,6</b>  | <b>43,3</b>      | <b>226,3</b>  |
|       | 10:00  |             |             |             |                  |               |
| -     | Сок  | 100         | 0,5         | 0,1         | 10,3             | 43,2          |
|       | <b>Итого за '10:00 '</b>   | <b>100</b>  | <b>0,5</b>  | <b>0,1</b>  | <b>10,3</b>      | <b>43,2</b>   |
|       | Обед   |             |             |             |                  |               |
| 19/1  | Салат из свежих огурцов с растительным маслом                      | 40          | 0,3         | 2,4         | 1,3              | 27,0          |
| 38/2  | Суп крестьянский с крупой (безмолочное меню)                       | 150         | 1,3         | 3,1         | 9,1              | 67,6          |
| 9/7   | Запеканка из рыбы с морковью                                       | 60          | 8,5         | 3,1         | 4,2              | 77,4          |
| 11/3  | Капуста тушеная  | 120         | 2,8         | 2,3         | 13,9             | 80,9          |
| 10/10 | Компот из кураги и изюма   | 180         | 0,7         | 0,0         | 20,9             | 79,4          |
| -     | Хлеб пшеничный   | 20          | 1,3         | 0,1         | 9,4              | 44,8          |
| -     | Хлеб ржаной  | 20          | 1,3         | 0,2         | 8,3              | 38,7          |
|       | Вафли  | 20          | 1,0         | 4,9         | 9,3              | 86,6          |
|       | <b>Итого за 'Обед '</b>  | <b>610</b>  | <b>17,2</b> | <b>16,2</b> | <b>76,5</b>      | <b>502,4</b>  |
|       | Уплотненный полдник  |             |             |             |                  |               |
| 35/1  | Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом | 40          | 0,5         | 2,4         | 3,2              | 34,5          |
| 8/3   | Картофель, запеченный с яйцом                                      | 150         | 7,5         | 9,2         | 32,7             | 240,5         |
| 27/10 | Чай (вариант 3)  | 180         | 0,1         | 0,0         | 6,2              | 24,0          |
| -     | Фрукты   | 120         | 0,5         | 0,5         | 13,9             | 58,4          |
| -     | Хлеб ржаной  | 20          | 1,3         | 0,2         | 8,3              | 38,7          |
| -     | Хлеб пшеничный   | 15          | 1,0         | 0,1         | 7,0              | 33,6          |
|       | <b>Итого за 'Уплотненный полдник '</b>                             | <b>525</b>  | <b>10,8</b> | <b>12,4</b> | <b>71,4</b>      | <b>429,6</b>  |
|       | <b>Итого за день</b>   | <b>1610</b> | <b>32,7</b> | <b>33,3</b> | <b>201,5</b>     | <b>1201,5</b> |
|       |  |             |             |             |                  |               |

| ТК    | Наименование блюда  | Выход,<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г  | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал      |
|-------|---|-------------|-------------|-------------|------------------|---------------|
|       | 6 день  |             |             |             |                  |               |
|       | Завтрак   |             |             |             |                  |               |
| 8/4   | Каша геркулесовая безмолочная с раст.маслом и отрубями                        | 150         | 3,4         | 4,8         | 20,1             | 133,8         |
| -     | Масло сливочное   | 5           | 0,0         | 3,6         | 0,1              | 33,0          |
| 34/10 | Напиток из цикория  | 180         | 0,0         | 0,0         | 9,1              | 34,7          |
| -     | Хлеб пшеничный  | 30          | 2,0         | 0,2         | 14,1             | 67,2          |
|       | <b>Итого за 'Завтрак '</b>  | <b>365</b>  | <b>5,4</b>  | <b>8,6</b>  | <b>43,3</b>      | <b>268,7</b>  |
|       | 10:00   |             |             |             |                  |               |
| -     | Сок   | 100         | 0,5         | 0,1         | 10,3             | 43,2          |
|       | <b>Итого за '10:00 '</b>  | <b>100</b>  | <b>0,5</b>  | <b>0,1</b>  | <b>10,3</b>      | <b>43,2</b>   |
|       | Обед  |             |             |             |                  |               |
| 44/1  | Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом | 40          | 0,7         | 2,5         | 5,3              | 45,8          |
| 22/2  | Суп-лапша на курином бульоне1   | 150         | 6,1         | 7,0         | 9,5              | 124,0         |
| 5/9   | Биточки (котлеты) из мяса кур   | 60          | 8,9         | 7,5         | 5,6              | 125,2         |
| 23/3  | Свекла, тушенная с яблоками   | 110         | 1,4         | 6,5         | 14,1             | 115,0         |
| -     | Хлеб пшеничный  | 20          | 1,3         | 0,1         | 9,4              | 44,8          |
| -     | Хлеб ржаной   | 20          | 1,3         | 0,2         | 8,3              | 38,7          |
| 37/10 | Кисель из шиповника   | 150         | 0,2         | 0,1         | 14,4             | 55,6          |
|       | <b>Итого за 'Обед '</b>   | <b>550</b>  | <b>19,9</b> | <b>23,8</b> | <b>66,5</b>      | <b>549,0</b>  |
|       | Уплотненный полдник   |             |             |             |                  |               |
| 1/8   | Мясо говядины отварное  | 50          | 13,5        | 9,6         | 0,5              | 141,8         |
| 16/3  | Морковь тушенная  | 60          | 0,8         | 2,0         | 6,4              | 43,8          |
| 1/3   | Картофель отварной  | 60          | 1,2         | 1,3         | 9,6              | 54,2          |
|       | Масло подсолнечное  | 5           | 0,0         | 4,4         | 0,0              | 39,6          |
| -     | Хлеб ржаной   | 20          | 1,3         | 0,2         | 8,3              | 38,7          |
| -     | Хлеб пшеничный  | 15          | 1,0         | 0,1         | 7,0              | 33,6          |
| 27/10 | Чай без сахара  | 180         | 0,1         | 0,0         | 0,1              | 0,6           |
|       | Зефир   | 30          | 0,2         | 0,0         | 22,1             | 85,8          |
|       | <b>Итого за 'Уплотненный полдник '</b>  | <b>420</b>  | <b>18,1</b> | <b>17,7</b> | <b>53,9</b>      | <b>438,0</b>  |
|       | <b>Итого за день</b>  | <b>1435</b> | <b>43,9</b> | <b>50,3</b> | <b>174,0</b>     | <b>1299,0</b> |
|       |   |             |             |             |                  |               |
|       | 7 день  |             |             |             |                  |               |
|       | Завтрак   |             |             |             |                  |               |
| 2/6-1 | Омлет безмолочный запеченный или паровой                                      | 150         | 13,5        | 14,7        | 0,8              | 189,4         |
|       | Масло подсолнечное  | 5           | 0,0         | 4,4         | 0,0              | 39,6          |
|       | Батон   | 30          | 2,3         | 0,9         | 16,0             | 80,9          |
| 27/10 | Чай   | 180         | 0,1         | 0,0         | 6,2              | 24,0          |
|       | <b>Итого за 'Завтрак '</b>  | <b>365</b>  | <b>15,9</b> | <b>20,1</b> | <b>23,0</b>      | <b>333,9</b>  |

| ТК    | Наименование блюда                                      | Выход,<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г  | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал      |
|-------|---|-------------|-------------|-------------|------------------|---------------|
|       | 10:00   |             |             |             |                  |               |
| -     | Фрукты  | 150         | 0,6         | 0,6         | 17,4             | 73,0          |
|       | <b>Итого за '10:00 '</b>                                | <b>150</b>  | <b>0,6</b>  | <b>0,6</b>  | <b>17,4</b>      | <b>73,0</b>   |
|       | Обед  |             |             |             |                  |               |
| 21/1  | Салат из свежих огурцов и томатов с растительным маслом | 40          | 0,4         | 2,4         | 1,6              | 28,9          |
| 21/2  | Суп овощной с мясными фрикадельками со сметаной         | 150         | 3,6         | 8,0         | 10,7             | 127,5         |
| 9/7   | Запеканка из рыбы с морковью                            | 60          | 8,5         | 3,1         | 4,2              | 77,4          |
| 5/3   | Картофельное пюре с морковью                            | 120         | 2,3         | 2,8         | 14,7             | 91,2          |
| 12/10 | Компот из чернослива и изюма                            | 180         | 0,4         | 0,1         | 20,6             | 79,8          |
| -     | Хлеб пшеничный  | 20          | 1,3         | 0,1         | 9,4              | 44,8          |
| -     | Хлеб ржаной   | 20          | 1,3         | 0,2         | 8,3              | 38,7          |
|       | <b>Итого за 'Обед '</b>                                 | <b>590</b>  | <b>17,7</b> | <b>16,8</b> | <b>69,5</b>      | <b>488,2</b>  |
|       | Уплотненный полдник                                     |             |             |             |                  |               |
| 34/3  | Рагу из овощей с крупой                                 | 150         | 2,9         | 2,8         | 20,6             | 115,2         |
| -     | Хлеб ржаной   | 20          | 1,3         | 0,2         | 8,3              | 38,7          |
| 12/12 | Булочка Ягодка  | 60          | 5,1         | 6,1         | 36,6             | 219,3         |
| -     | Сок   | 180         | 0,9         | 0,2         | 18,5             | 77,8          |
|       | <b>Итого за 'Уплотненный полдник '</b>                  | <b>410</b>  | <b>10,2</b> | <b>9,3</b>  | <b>84,0</b>      | <b>450,9</b>  |
|       | <b>Итого за день</b>                                    | <b>1515</b> | <b>44,3</b> | <b>46,7</b> | <b>193,9</b>     | <b>1346,0</b> |
|       |   |             |             |             |                  |               |
|       | 8 день  |             |             |             |                  |               |
|       | Завтрак   |             |             |             |                  |               |
| 46/3  | Макаронные изделия отварные                             | 150         | 5,3         | 3,0         | 34,1             | 183,9         |
|       | Масло подсолнечное                                      | 5           | 0,0         | 4,4         | 0,0              | 39,6          |
| -     | Хлеб пшеничный  | 20          | 1,3         | 0,1         | 9,4              | 44,8          |
|       | Джем (варенье)  | 15          | 0,1         | 0,0         | 10,9             | 41,7          |
| 27/10 | Чай без сахара  | 180         | 0,1         | 0,0         | 0,1              | 0,6           |
|       | <b>Итого за 'Завтрак '</b>                              | <b>370</b>  | <b>6,8</b>  | <b>7,5</b>  | <b>54,4</b>      | <b>310,5</b>  |
|       | 10:00   |             |             |             |                  |               |
| -     | Сок   | 100         | 0,5         | 0,1         | 10,3             | 43,2          |
|       | <b>Итого за '10:00 '</b>                                | <b>100</b>  | <b>0,5</b>  | <b>0,1</b>  | <b>10,3</b>      | <b>43,2</b>   |
|       | Обед  |             |             |             |                  |               |
|       | Огурец свежий   | 30          | 0,2         | 0,0         | 1,0              | 4,4           |
| 16/2  | Суп картофельный с бобовыми                             | 150         | 3,3         | 3,3         | 14,6             | 98,4          |
| 3/8   | Мясо говядины, тушенное с овощами                       | 150         | 11,8        | 11,7        | 16,4             | 216,9         |
| 1/10  | Компот из яблок и кураги                                | 180         | 0,4         | 0,2         | 15,9             | 61,9          |
| -     | Хлеб пшеничный  | 20          | 1,3         | 0,1         | 9,4              | 44,8          |
| -     | Хлеб ржаной   | 20          | 1,3         | 0,2         | 8,3              | 38,7          |
|       | <b>Итого за 'Обед '</b>                                 | <b>550</b>  | <b>18,4</b> | <b>15,6</b> | <b>65,5</b>      | <b>465,1</b>  |



| ТК      | Наименование блюда  | Выход,<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г  | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал      |
|---------|---|-------------|-------------|-------------|------------------|---------------|
|         | Уплотненный полдник   |             |             |             |                  |               |
| 11/4    | Каша пшениная безмолочная с маслом растит   | 150         | 3,2         | 4,2         | 21,8             | 136,9         |
|         | Масло подсолнечное  | 5           | 0,0         | 4,4         | 0,0              | 39,6          |
| 27/10   | Чай (вариант 3)   | 180         | 0,1         | 0,0         | 6,2              | 24,0          |
| -       | Хлеб ржаной   | 20          | 1,3         | 0,2         | 8,3              | 38,7          |
|         | Вафли   | 20          | 1,0         | 4,9         | 9,3              | 86,6          |
| -       | Фрукты  | 120         | 0,5         | 0,5         | 13,9             | 58,4          |
|         | <b>Итого за 'Уплотненный полдник '</b>  | <b>495</b>  | <b>6,2</b>  | <b>14,2</b> | <b>59,6</b>      | <b>384,1</b>  |
|         | <b>Итого за день</b>  | <b>1515</b> | <b>31,8</b> | <b>37,5</b> | <b>189,9</b>     | <b>1203,0</b> |
|         |   |             |             |             |                  |               |
|         | 9 день  |             |             |             |                  |               |
|         | Завтрак   |             |             |             |                  |               |
| 15/4    | Каша ячневая безмолочная с маслом растит  | 150         | 2,8         | 3,0         | 22,7             | 125,4         |
|         | Батон   | 25          | 1,9         | 0,8         | 13,3             | 67,4          |
| 27/10   | Чай (вариант 3)   | 180         | 0,1         | 0,0         | 6,2              | 24,0          |
| 1/6     | Яйцо отварное   | 40          | 5,1         | 4,6         | 0,3              | 62,8          |
|         | <b>Итого за 'Завтрак '</b>  | <b>395</b>  | <b>9,9</b>  | <b>8,4</b>  | <b>42,5</b>      | <b>279,6</b>  |
|         | 10:00   |             |             |             |                  |               |
| -       | Бананы  | 100         | 1,5         | 0,5         | 22,7             | 95,5          |
|         | <b>Итого за '10:00 '</b>  | <b>100</b>  | <b>1,5</b>  | <b>0,5</b>  | <b>22,7</b>      | <b>95,5</b>   |
|         | Обед  |             |             |             |                  |               |
| 49/1    | Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с репчатым луком, соленым огурцом и растительным маслом | 40          | 0,6         | 2,4         | 4,2              | 40,0          |
| 35/2    | Уха с крупой перловой   | 150         | 5,9         | 2,9         | 9,8              | 88,3          |
| 58/8-1  | Запеканка капустная с мясом говядины (безмолочное)  | 150         | 15,2        | 13,8        | 11,5             | 227,0         |
| 6/10    | Компот из сухофруктов   | 180         | 0,9         | 0,1         | 20,9             | 78,8          |
| -       | Хлеб пшеничный  | 20          | 1,3         | 0,1         | 9,4              | 44,8          |
| -       | Хлеб ржаной   | 20          | 1,3         | 0,2         | 8,3              | 38,7          |
|         | <b>Итого за 'Обед '</b>   | <b>560</b>  | <b>25,3</b> | <b>19,6</b> | <b>64,1</b>      | <b>517,6</b>  |
|         | Уплотненный полдник   |             |             |             |                  |               |
| 39/8    | Фрикадельки из мяса говядины припущенные  | 60          | 8,7         | 7,1         | 5,0              | 118,4         |
| 1/3     | Картофель отварной  | 120         | 2,3         | 2,6         | 19,1             | 108,4         |
|         | Масло подсолнечное  | 5           | 0,0         | 4,4         | 0,0              | 39,6          |
| 27/10-1 | Чай (вариант 2)   | 180         | 0,1         | 0,0         | 4,5              | 17,3          |
| -       | Хлеб ржаной   | 20          | 1,3         | 0,2         | 8,3              | 38,7          |
| -       | Хлеб пшеничный  | 15          | 1,0         | 0,1         | 7,0              | 33,6          |
|         | <b>Итого за 'Уплотненный полдник '</b>  | <b>400</b>  | <b>13,4</b> | <b>14,4</b> | <b>43,9</b>      | <b>355,9</b>  |

| ТК      | Наименование блюда                               | Выход,<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г  | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал      |
|---------|--|-------------|-------------|-------------|------------------|---------------|
|         | <b>Итого за день</b>                             | <b>1455</b> | <b>50,1</b> | <b>42,9</b> | <b>173,1</b>     | <b>1248,6</b> |
|         |  |             |             |             |                  |               |
|         | 10 день  |             |             |             |                  |               |
|         | Завтрак  |             |             |             |                  |               |
| 2/4     | Каша гречневая безмолочная с маслом растительным | 150         | 3,7         | 4,6         | 22,4             | 140,5         |
| 27/10   | Чай (вариант 3)                                  | 180         | 0,1         | 0,0         | 6,2              | 24,0          |
| -       | Масло сливочное                                  | 5           | 0,0         | 3,6         | 0,1              | 33,0          |
| -       | Хлеб пшеничный                                   | 30          | 2,0         | 0,2         | 14,1             | 67,2          |
|         | <b>Итого за 'Завтрак '</b>                       | <b>365</b>  | <b>5,8</b>  | <b>8,5</b>  | <b>42,7</b>      | <b>264,7</b>  |
|         | 10:00  |             |             |             |                  |               |
| -       | Сок  | 100         | 0,5         | 0,1         | 10,3             | 43,2          |
|         | <b>Итого за '10:00 '</b>                         | <b>100</b>  | <b>0,5</b>  | <b>0,1</b>  | <b>10,3</b>      | <b>43,2</b>   |
|         | Обед   |             |             |             |                  |               |
| 18/1    | Салат из моркови с изюмом и растительным маслом  | 40          | 0,5         | 2,4         | 8,5              | 54,4          |
| 2/2     | Борщ (безмолочное меню)                          | 150         | 1,1         | 2,7         | 6,5              | 52,5          |
| 39/8    | Фрикадельки из мяса говядины припущенные         | 25          | 3,6         | 2,9         | 2,1              | 49,3          |
| 1/7     | Рыба отварная                                    | 60          | 13,1        | 3,5         | 0,0              | 83,5          |
| 4/3     | Картофельное пюре (без молока)                   | 110         | 1,9         | 3,0         | 15,6             | 96,2          |
| 3/10    | Компот из яблок                                  | 180         | 0,3         | 0,3         | 18,0             | 72,0          |
| -       | Хлеб пшеничный                                   | 20          | 1,3         | 0,1         | 9,4              | 44,8          |
| -       | Хлеб ржаной                                      | 20          | 1,3         | 0,2         | 8,3              | 38,7          |
|         | <b>Итого за 'Обед '</b>                          | <b>605</b>  | <b>23,1</b> | <b>15,2</b> | <b>68,4</b>      | <b>491,4</b>  |
|         | Уплотненный полдник                              |             |             |             |                  |               |
| 28/3    | Икра из кабачков                                 | 40          | 0,6         | 2,5         | 4,5              | 43,1          |
| 9/8-1   | Печень (безмолочное меню)                        | 60          | 14,1        | 10,5        | 0,0              | 151,0         |
| 46/3    | Макаронные изделия отварные                      | 110         | 3,9         | 2,2         | 25,0             | 134,9         |
|         | Масло подсолнечное                               | 5           | 0,0         | 4,4         | 0,0              | 39,6          |
| -       | Хлеб ржаной                                      | 20          | 1,3         | 0,2         | 8,3              | 38,7          |
|         | Вафли  | 10          | 1,0         | 3,0         | 5,0              | 43,6          |
| 27/10-1 | Чай (вариант 2)                                  | 180         | 0,1         | 0,0         | 4,5              | 17,3          |
|         | <b>Итого за 'Уплотненный полдник '</b>           | <b>435</b>  | <b>21,1</b> | <b>22,7</b> | <b>47,6</b>      | <b>468,2</b>  |
|         | <b>Итого за день</b>                             | <b>1505</b> | <b>50,4</b> | <b>42,5</b> | <b>169,0</b>     | <b>1267,5</b> |
|         | <b>В среднем за период</b>                       |             | <b>42</b>   | <b>43</b>   | <b>186</b>       | <b>1265</b>   |

**ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПРОДУКТОВОГО НАБОРА по массе нетто.**

Дошкольные организации. Для детей 1-3 лет безмолочное. СанПиН 2.3/2.4.3590-20

(пребывание в дошкольных образовательных учреждениях 10,5 часов) Режим питания: четырехразовое

| Наименование продукта   | Норма | Среднее<br>в день | Выполнение<br>нормы, % | 1     | 2     | 3     | 4     | 5     | 6     | 7     | 8     | 9     | 10    | Факт. за<br>10 дн. |
|---|-------|-------------------|------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------------------|
| Молоко, кисломолочные продукты  | 390   | 5,2               | 1,3                    |       |       |       |       |       | 15    | 15    |       | 15,8  | 6,6   | 52,4               |
| Творог (5%-9% м.д.ж.)   | 30    |                   |                        |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |                    |
| Сметана   | 9     | 2,2               | 24,9                   |       |       |       | 3,3   |       | 5,8   | 10,3  |       | 3     |       | 22,4               |
| Сыр   | 4     |                   |                        |       |       |       |       |       |       |       |       |       |       |                    |
| Мясо 1-й категории  | 50    | 41,3              | 82,6                   |       | 24    | 46,2  | 48    |       | 80    | 12,8  | 60    | 123,1 | 19,1  | 413,2              |
| Птица (куры, цыплята-бройлеры, индейка порошенная, 1 кат.)  | 20    | 16,5              | 82,5                   | 94,8  |       |       |       |       | 70,2  |       |       |       |       | 165                |
| Субпродукты (печень, язык, сердце)  | 20    | 16,6              | 83                     |       | 83    |       |       |       |       |       |       |       | 83    | 166                |
| Рыба-филе, в т.ч. филе слабо- и малосоленое   | 32    | 34,4              | 107,6                  |       | 73,2  | 61    | 32    | 39    |       | 39    |       | 27    | 73,2  | 344,4              |
| Яйца  | 40    | 29,2              | 73                     | 17    | 40    |       | 40    | 33    |       | 118,8 |       | 43    |       | 291,8              |
| Картофель   | 120   | 122               | 101,7                  | 21,4  | 153   | 37,5  | 135,6 | 202,5 | 82,6  | 175,6 | 131,3 | 166,7 | 114   | 1220,2             |
| Овощи (свежие, мороженные), включая соленные и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень | 180   | 171,9             | 95,5                   | 181,1 | 162,7 | 163,8 | 236,6 | 311   | 155,4 | 182,6 | 56,3  | 148,6 | 120,6 | 1718,7             |
| Фрукты свежие   | 95    | 133,4             | 140,4                  | 127,3 | 133,5 | 201   | 224,4 | 120   | 40,5  | 150   | 156   | 100   | 81    | 1333,7             |

| Наименование продукта                                       | Норма | Среднее<br>в день | Выполнение<br>нормы, % | 1    | 2    | 3    | 4    | 5    | 6    | 7    | 8    | 9    | 10   | Факт. за<br>10 дн. |
|---|-------|-------------------|------------------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|--------------------|
| Сухофрукты  | 9     | 10,1              | 112                    | 15   |      |      | 18   | 18   |      | 19,3 | 4,5  | 18   | 8    | 100,8              |
| Соки фруктовые и<br>овощные                                 | 100   | 96                | 96                     | 100  | 180  | 100  |      | 100  | 100  | 180  | 100  |      | 100  | 960                |
| Витаминизированные<br>напитки                               |       |                   |                        |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |                    |
| Хлеб ржаной   | 40    | 39,8              | 99,6                   | 40   | 35   | 40   | 43,3 | 40   | 40   | 40   | 40   | 40   | 40   | 398,3              |
| Хлеб пшеничный  | 60    | 59,2              | 98,7                   | 50   | 66,5 | 70   | 53,3 | 65   | 74,3 | 50   | 40   | 69   | 53,8 | 591,9              |
| Крупы, бобовые  | 30    | 36                | 120,1                  | 62,5 | 27   | 74,3 | 16,3 | 28,6 | 27   | 11,3 | 42   | 41,3 | 30   | 360,3              |
| Макаронные изделия  | 8     | 16,3              | 204,3                  | 12   |      |      | 51   |      | 12   |      | 51   |      | 37,4 | 163,4              |
| Мука пшеничная  | 25    | 6,5               | 26                     | 2,4  | 1,8  | 2,9  | 3    | 2,4  | 5,8  | 46,8 |      |      |      | 65,1               |
| Масло сливочное   | 18    | 9,8               | 54,4                   | 3    |      | 15,7 | 16,3 | 9    | 12,5 | 19,3 | 3,8  | 10,5 | 7,8  | 97,9               |
| Масло растительное  | 9     | 18,6              | 206,8                  | 16,1 | 23   | 19,2 | 18,2 | 14,6 | 19,6 | 15,1 | 21,3 | 13,4 | 25,6 | 186,1              |
| Кондитерские изделия  | 12    | 13                | 100                    | 30   | 20   |      |      | 20   | 30   |      | 20   |      | 10   | 130                |
| Чай   | 0,5   | 0,6               | 128                    | 0,8  | 0,4  | 0,4  | 0,8  | 0,8  | 0,4  | 0,4  | 0,8  | 0,8  | 0,8  | 6,4                |
| Какао-порошок   | 0,5   |                   |                        |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |                    |
| Кофейный напиток  | 1     |                   |                        |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |                    |
| Сахар (в том числе для<br>приготовления блюд и<br>напитков) | 25    | 24,7              | 99                     | 33,5 | 18,3 | 25,5 | 23,7 | 29,1 | 22,9 | 22,5 | 25,9 | 22,8 | 23,2 | 247,4              |
| Дрожжи  | 0,4   |                   |                        |      |      |      |      |      |      |      |      |      |      |                    |
| Крахмал   | 2     | 1,1               | 52,5                   | 6    |      |      |      |      | 4,5  |      |      |      |      | 10,5               |
| Соль пищевая<br>поваренная<br>йодированная                  | 3     | 2,9               | 96                     | 2,5  | 3    | 3    | 3    | 3    | 2,6  | 3    | 3    | 3    | 3    | 29                 |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 585249322191308794809203999415189642533074891267

Владелец Чусовитина Наталия Игоревна

Действителен с 02.07.2024 по 02.07.2025