



МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ
ГОРОД ОКРУЖНОГО ЗНАЧЕНИЯ НИЖНЕВАРТОВСК
Ханты-Мансийский автономный округ-Югра

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД №67 «УМКА»**

ПРИКАЗ

28.09.2023г

№644

Об утверждении двухнедельное
циклическое меню
МБДОУ ДС №67
сезон «Осень- зима»

В соответствии с требованиями СанПиН 2.3-2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Политике в области обеспечения качества и безопасности продукции МБДОУ ДС №67 «Умка» на основе принципов ХАССП, примерным циклическим меню, согласованным с территориальным отделом Территориального управления Федеральной налоговой службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Ханты-Мансийскому автономному округу в г. Нижневартовске, Нижневартовском районе и г. Мегионе, с целью обеспечения качественной организации питания воспитанников в осенне-зимний период,

п р и к а з ы в а ю:

1. Утвердить примерное двухнедельное циклическое меню МБДОУ ДС №67, сезон «Осень-зима», возрастная категория «ясли» (Приложение1).
2. Утвердить примерное двухнедельное циклическое меню МБДОУ ДС №67, сезон «Осень-зима», возрастная категория «сад» (Приложение2).
3. Шеф-поварам, Н.Г.Марковой, С.В.Зуевой обеспечить контроль за соблюдением технологии приготовления блюд в соответствии с утвержденными руководителем технологическими картами, графика закладки продуктов питания.

4. Воспитателям групп обеспечить контроль за выходом порций, осуществляемым помощниками воспитателей при раздаче пищи воспитанникам.
5. Шеф-повару, Т.Г.Марковой, С.В.Зуевой обеспечить организацию работы пищеблока, в соответствии с требованиями требований СанПиН 2.3-2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», положения «Об организации питания воспитанников МБДОУ ДС №67», примерного 10-дневного циклического меню, технологических карт приготовления блюд.
6. Заместителю заведующего, Н.А.Макиной. ст. м\с (по согласованию) обеспечить контроль за организацией питания МБДОУ ДС №67 в I-полугодие 2023-2024 учебного года, в соответствии с программой контроля.
7. Кладовщикам, Г.В.Камалова Г.К.Творжинской еженедельно осуществлять заявку продуктов питания на 2022-2023 учебный год в соответствии со спецификацией, договорами на поставку продуктов питания в МБДОУ ДС №67 на текущий период, нормами СанПиН 2.3-2.4.3590-20.
8. Главному бухгалтеру, Е.Н.Кулеш обеспечить своевременную оплату продуктов питания в МБДОУ ДС №67 в 2023-2024 учебном году, в соответствии договорных обязательств.
9. Приказ вступает в силу с даты его подписания.
10. Контроль за исполнением настоящего приказа оставляю за собой.

Заведующий учреждения

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат
1A35EEA13E19A6BB30A816224A37F1EF
Владелец Щеголева Оксана Валерьевна
Действителен с 28.04.2023 по 21.07.2024

О.В. Щеголева

День: 3

Неделя: 1

Сезон: Осень-зима сад

Возрастная категория: Сад 67/1

Примерное двухнедельное циклическое меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., № рец.
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe	
	завтрак												
5,1	Каша геркулес молочная+	14,44	200	8,1	6,8	29,2	190,6	0,16	0,22	0,96	207,74	1,18	
100	Бутерброд с сыром+	10,63	30/5/12,957	6,68	8,45	19,39	170	0,07	0,08	0,011	142,4	0,96	
36,2	Какао на молоке+	16,44	200	4,61	4,14	18,386	111,21	0,08		2,6	240,45	0,25	Сборник рецептов 2011 (№ 397)
	Итого:	41,51	447,957	19,39	19,39	66,976	471,81	0,31	0,3	3,571	590,59	2,39	
	Обед												
220,1	Мясо для супа+	12,35	20	5,2	3,36		50,8	0,01	0,032		6	0,32	
63,1	Салат из квашеной капусты и свеклы+	1,51	60	1	2,8	4,1	53,9	0,01	0,02	10,21	25,14	0,6	
104,2	Картофельное пюре+	7,82	120	2,544	3,272	16,792	111,208	0,104	0,088	8,648	29,632	0,88	
245	Суп - лапша домашняя+	1,11	180	2,074	1,303	14,278	80,597	0,072	0,043	5,011	14,566	0,684	
0,09	Хлеб ржаной+	2,4	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95	
117,1	Суфле из кур+	33,33	70	10,99	10,264	2,888	147,481	0,035	0,114	0,079	30,529	1,006	
245,1	Лапша домашняя+	0,81	20	2,561	0,781	13,237	70,308	0,035	0,029		7,956	0,364	Сборник рецептов 2011 (№ 118)
0,44	Сок фруктовый+	11,4	200	1	0,2	27,6	107,28	0,04	0,02	4	40	0,8	
	Итого:	70,73	720	28,669	22,58	95,994	659,084	0,396	0,386	27,948	171,322	6,604	
	Полдник												
281,1	Ряженка*+	20,9	190	5,51	4,75	7,98	99,111	0,042	0,024	0,57	235,6	0,19	
351	Пирожки сдобные печеные с сердцем	16,96	60	7,72	4,96	20,4	157,13	0,061	0,08	1,75	11,63	2,33	
	Итого:	37,86	250	13,23	9,71	28,38	256,241	0,103	0,104	2,32	247,23	2,52	
	Ужин												
0,3	Яйцо отварное+	0,57	53	6,26	5,67	0,345	77,45	0,004	0,017				
0,28	Апельсины+	23,28	80	0,72	0,16	6,48	28,944	0,032	0,024	48	27,2	0,24	
252,3	Рагу овощное (3-й вариант)+	16,54	200	2,97	8,17	18,37	158,8	0,14	0,14	38,4	46,74	1,46	
0,01	Соль+	0,11	6								22,08	0,174	
275	Компот из консервированных плодов+	12,77	200	0,16		30,334	123,07	0,016	0,032	2,4	8,39	0,439	
0,1	Хлеб пшеничный+	1,56	30	2,28	0,27	14,004	68,88	0,048	0,018		6,9	0,57	
	Итого:	54,83	569	12,39	14,27	69,533	457,144	0,24	0,231	88,8	111,31	2,883	
	Итого за день:	204,93	1 986,957	73,679	65,95	260,883	1 846,279	1,05	1,021	122,639	1 120,452	14,397	

Стоимость рациона: 215,00 руб.
Стоимость по плану: 204,93 руб.
Стоимость за 10: 205,87 руб.

повар: Маркова Т. Г.
Диет-сестра: Сенченко О. М.
бухгалтер: Салаева О. С.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях

Разработано: ГОУ ВПО Пятигорский государственный технологический университет

Ректор: А. В. Казначеев

Разработано: Учреждением Российской Академии Медицинских Наук Научно-исследовательский институт питания РАМН

Директор: В. А. Тутельян

День: 4

Приложение № 2
к приказу № 644
от
28.09.2023

Неделя: 1
Сезон: Осень-зима сад
Возрастная категория: Сад 67/1

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., № рец.
				белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
	завтрак												
8,1	Каша кукурузная молочная+	12,68	180	10,44	4,95	45,72	277,88	0,099	0,207	0,837	177,687	1,512	
0,25	Батон сдобный	2,4	30	2,85	0,338	17,513	96,123	0,06	0,023		8,625	0,713	
34,1	Чай с лимоном+	2,84	180	0,198	0,09	13,122	53,1	0,003	0,003	2,61	7,38	0,816	
	Итого:	17,92	390	13,488	5,378	76,355	427,103	0,162	0,232	3,447	193,692	3,041	
	Обед												
220,1	Мясо для супа+	12,35	20	5,2	3,36		50,8	0,01	0,032		6	0,32	
263,1	Бефстроганов из говядины+	29,58	80	20,31	2,12	0,39	101,33	0,08	0,13	0,17	10	1,68	
143,1	Напиток из плодов шиповника+	6,48	200	0,7		18,312	71,02	0,01	0,13	220	12,4	5,06	Сборник рецептов 2011 (№ 398)
80,1	Рассольник ленинградский+	5,7	200	1,904	4,104	30	99,6	0,066	0,053	5,64	16,8	0,744	
0,13	Сметана в суп+	2,64	12	0,36	1,2	0,33	13,56		0,03	0,075	10,8	0,03	
487	Салат «Степной»	7,68	60	0,69	5,06	4,25	65,33	0,041		6,25	10,66	0,414	
103,1	Макаронные изделия отварные+	5,94	120	9,8	3,456	59,896	178,488	0,184	0,072		22,488	1,304	
0,09	Хлеб ржаной+	2,16	45	2,97	0,54	15,39	79,659	0,081	0,036		15,75	1,755	
	Итого:	72,53	737	41,934	19,84	128,568	659,787	0,473	0,483	232,135	104,898	11,307	
	Полдник												
0,4	Пряники+	7,75	50	1,68	2,655	16,74	185	0,017	0,012		6,52	0,472	
281	Кефир*+	17,45	200	5,8	5	8	100	0,078	0,344	1,4	240	0,2	
	Итого:	25,2	250	7,48	7,655	24,74	283	0,095	0,356	1,4	246,52	0,672	
	Ужин												
140,2	Напиток из груш++	7,16	200	0,1	0,1	14,424	53,94	0,01	0,01	41,25	4,84	0,62	ТТК (№ 701)
0,01	Соль+	0,1	5								18,4	0,145	
0,29	Яблоко+	10,79	100	0,04	0,04	9,8	42,68	0,03	0,02	165	16	2,2	
180,1	Вареники ленивые+	33,41	120	14,8	14,264	20,96	272,1	0,06	0,24	0,2	130,88	0,78	
230	Масло сливочное для подачи к блюдам+	3,5	5	0,05	3,65	0,05	33,03		0,005		1,2	0,01	
0,1	Хлеб пшеничный+	1,04	20	1,52	0,18	9,336	45,92	0,032	0,012		4,6	0,38	
	Итого:	56	450	16,51	18,234	54,57	447,67	0,132	0,287	206,45	175,92	4,135	
	Итого за день:	171,65	1 827	79,412	51,106	284,232	1 817,559	0,861	1,358	443,432	721,03	19,155	

Стоимость рациона: 215,00 руб.
Стоимость по плану: 171,65 руб.
Стоимость за 10: 205,57 руб.

повар: _____ / Маркова Т. Г.
Диет-сестра: _____ / Сенченко О. М.
бухгалтер: _____ / Салаева О. С.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях
Разработано: ГОУ ВПО Пятигорский государственный технологический университет
Ректор: А.В. Казначеев
Разработано: Учреждением Российской Академии Медицинских Наук Научно-исследовательский институт питания РАМН
Директор: В.А. Тутельян

День: 5

Неделя: 1



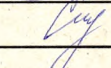
Сезон: Осень-зима сад

Возрастная категория: Сад 67/1

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., № рец.
				белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
	завтрак												
60,2	Икра морковная+	4,69	70	1,983	6,417	10,15	68,717	0,023	0,035	5,787	29,75	1,33	
35,1	Кофейный напиток+	16,73	180	2,25	1,44	12,884	69,534	0,054	0,225	1,035	36,774	0,531	Сборник рецептов 2011 (№ 395)
100,1	Бутерброд с сыром+	12,28	40/5/15,957	7,04	7,94	19,39	177	0,07	0,08	0,11	145,4	0,95	
15,1	Омлет натуральный+	15,26	110	11	11,275	2,2	153,725	0,055	0,303	0,165	75,02	1,76	
	Итого:	48,96	420,957	22,273	27,072	44,624	468,976	0,202	0,643	7,097	286,944	4,571	
	Обед												
0,09	Хлеб ржаной+	2,4	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95	
508	Напиток витаминный «Витощка»	8,1	180			15,21	72	0,27		18			
86,1	Суп картофельный с бобовыми+	2,99	180	3,96	3,874	13,32	106,834	0,096	0,048	3,588	31,918	1,236	
227,2	Плов из говядины+	32,41	200	13,035	14,4	38,322	329,2	0,113		6,8	29,939	2,757	
216,1	Помидоры свежие порциями+	15,53	60	0,7	0,1	2,3	12,4	0,04	0,02	15	8,4	0,54	
220,1	Мясо для супа+	12,35	20	5,2	3,36		50,8	0,01	0,032		6	0,32	
	Итого:	73,78	690	26,195	22,334	86,252	659,744	0,619	0,14	43,388	93,757	6,802	
	Полдник												
0,14	Печенье+	5,9	45	1,512	2,39	15,066	166,5	0,015	0,011		5,868	0,425	
37,1	Молоко кипяченое+	14,98	200	5,1	5,3	9,4	103,4	0,05	0,16	1,04	220,4	0,1	
	Итого:	20,88	245	6,612	7,69	24,466	269,9	0,065	0,171	1,04	226,268	0,525	
	Ужин												
310,1	Зеленый горошек консервированный+	17,65	60	1,572	0,112	3,728	22	0,066	0,066	6	12	0,42	
0,1	Хлеб пшеничный+	1,82	35	2,66	0,315	16,338	80,36	0,056	0,021		8,05	0,665	
248	Сельдь с раст. маслом+	20,18	30	4,105	3,37	0,02	46,39				23,16	0,005	
132	Кисель из кураги+	9,04	200	1		37,906	161,96		0,03	0,04	24,66	0,59	Сборник рецептов 2011 (№ 380)
104,2	Картофельное пюре+	9,78	150	3,18	4,09	20,99	139,01	0,13	0,11	10,81	37,04	1,1	
0,01	Соль+	0,1	5								18,4	0,145	
	Итого:	58,57	480	12,517	7,887	78,982	449,72	0,252	0,227	16,85	123,31	2,925	
	Итого за день:	202,19	1 835,957	67,597	64,982	234,324	1 848,339	1,139	1,18	68,374	730,279	14,823	

Стоимость рациона: 215,00 руб.
Стоимость по плану: 202,19 руб.
Стоимость за 10: 205,57 руб.

повар:  / Маркова Т. Г.
Диет-сестра:  / Сенченко О. М.
бухгалтер:  / Салаева О. С.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях

Разработано: ГОУ ВПО Пятигорский государственный технологический университет

Ректор: А.В. Казначеев

Разработано: Учреждением Российской Академии Медицинских Наук Научно-исследовательский институт питания РАМН

Директор: В.А. Тутельян

День: 2
Неделя: 2


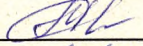

Приложение № 2
к приказу № 644
от
28.09.2023

Сезон: Осень-зима сад
Возрастная категория: Сад 67/1

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., № рец.
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe	
	завтрак												
33	Чай с сахаром+	1,21	200	0,2		0,04	49		0,01	0,1	4,4	0,86	
3 240	Пудинг из творога с яблоками	35,62	110	14,971	11,737	16,093	218,9	0,055	0,253	1,463	128,15	1,309	Сборник рецептов 2011 (№ 240)
0,25	Батон нарезной+		40	0,38	0,45	23,35	104,83	0,008	0,03		11,5	0,95	
182,3	Соус сладкий+	6,6	30	2,16	2,55	16,65	98,4	0,002	0,114	0,3	92,1	0,06	
	Итого:	43,43	380	17,711	14,737	56,133	471,13	0,065	0,407	1,863	236,15	3,179	
	Обед												
0,13	Сметана в суп+	2,64	12	0,36	1,2	0,33	13,56		0,03	0,075	10,8	0,03	
251	Азу с говядиной+	42,74	200	10,459	14,042	14,017	249,8	0,142	0,18	7,6	34	2,417	
215,1	Огурцы свежие порциями+	11,69	60	0,4	0,06	1,1	6,6	0,02	0,01	4,2	10,2	0,3	
220,1	Мясо для супа+	12,35	20	5,2	3,36		50,8	0,01	0,032		6	0,32	
0,09	Хлеб ржаной+	2,4	50	3,3	0,6	17,1	88,51	0,09	0,04		17,5	1,95	
275	Компот из консервированных плодов+	11,49	180	0,144		27,301	110,763	0,014	0,029	2,16	7,551	0,395	
83,1	Суп из овощей+	4,45	180	1,354	3,6	7,92	79,474	0,048	0,036	6,396	18,216	0,552	
	Итого:	87,76	702	21,217	22,862	67,767	599,507	0,324	0,357	20,431	104,267	5,963	
	Полдник												
37,1	Молоко кипяченое+	14,23	190	4,845	5,035	8,93	98,23	0,048	0,152	0,988	209,38	0,095	
301	Булочка российская+	5,48	55	3,897	2,656	35,931	183,15	0,063	0,063	0,039	15,439	0,54	Сборник рецептов 2011 (№ 474)
	Итого:	19,71	245	8,742	7,691	44,861	281,38	0,11	0,215	1,027	224,819	0,635	
	Ужин												
0,1	Хлеб пшеничный+	2,08	40	3,04	0,36	18,672	91,84	0,064	0,024		9,2	0,76	
247,2	Винегрет овощной++	13,47	180	2,52	13,704	13,116	187,236	0,06	0,06	16,86	50,94	1,356	
0,44	Сок фруктовый+	11,4	200	1	0,2	27,6	107,28	0,04	0,02	4	40	0,8	
0,3	Яйцо отварное+	0,57	53	6,26	5,67	0,345	77,45	0,004	0,017				
0,01	Соль+	0,1	5								18,4	0,145	
	Итого:	27,62	478	12,82	19,934	59,733	463,806	0,168	0,121	20,86	118,54	3,061	
	Итого за день:	178,52	1 805	60,49	65,223	228,494	1 815,823	0,667	1,1	44,181	683,776	12,838	

Стоимость рациона: 575,64 руб.
Стоимость по плану: 178,52 руб.
Стоимость за 10: 205,57 руб.

повар:  / Маркова Т. Г.
Диет-сестра:  / Сенченко О. М.
бухгалтер:  / Салаева О. С.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях
Разработано: ГОУ ВПО Пятигорский государственный технологический университет
Ректор: А.В. Казначеев
Разработано: Учреждением Российской Академии Медицинских Наук Научно-исследовательский институт питания РАМН
Директор: В.А. Тутельян

День: 4
Неделя: 2

Сезон: Осень-зима сад
Возрастная категория: Сад 67/1

Приложение № 2
к приказу № 644
от
28.09.2023

Примерное двухнедельное циклическое меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., № рец.
				белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
	завтрак												
1	Масло в кашу+	3,5	5	0,04	3,63	0,06	33,03		0,01		1,2	0,01	
6,1	Каша манная молочная+	14,43	200	7,9	5,2	34,4	217,8	0,08	0,21	0,96	198,4	0,43	
0,25	Батон нарезной+		30	0,285	0,338	17,513	107,123	0,006	0,023		8,625	0,713	
35,1	Кофейный напиток+	16,73	180	2,25	1,44	12,884	69,534	0,054	0,225	1,035	36,774	0,531	Сборник рецептов 2011 (№ 395)
	Итого:	34,66	415	10,475	10,607	64,857	427,486	0,14	0,467	1,995	244,999	1,683	
	Обед												
0,09	Хлеб ржаной+	2,4	50	3,3	0,6	17,1	70,51	0,09	0,04		17,5	1,95	
0,13	Сметана в суп+	2,64	12	0,36	1,2	0,33	13,56		0,03	0,075	10,8	0,03	
486	Салат «Витаминный»	10,67	60	0,66	5,05	3,95	63,89	0,023		3,22	12,27	0,359	
261	Котлеты рубленые из птицы*+	31,34	70	11,305	10,369	11,778	185,5	0,079	0,114	0,639	29,838	1,138	
221,2	Свекла, тушенная в сметанном соусе+	7,34	150	3,99	7,44	23,61	142,34	0,04	0,09	7,56	86,98	2,5	
231	Суп с рыбными консервами+	17,38	200	6,88	6,728	11,464	113,8	0,008	0,116	7,288	36,24	1,008	
203,1	Напиток брусничный+	9,84	180	0,09		22,41	71,262			1,35	8,532	0,144	ТТК (№ 203,1)
	Итого:	81,61	722	26,585	31,387	90,642	659,862	0,24	0,39	20,132	202,16	7,129	
	Полдник												
337,1	Булочка "Тюменская"+	7,01	60	3,617	5,34	33,077	187,571	0,073		0,086	20,109	0,669	
281	Кефир*+	16,58	190	5,51	4,75	7,6	95	0,074	0,327	1,33	228	0,19	
	Итого:	23,59	250	9,127	10,09	40,677	282,571	0,147	0,327	1,416	248,109	0,859	
	Ужин												
182,3	Соус сладкий+	6,6	30	2,16	2,55	16,65	107,4	0,002	0,114	0,3	92,1	0,06	
16,1	Сырники из творога+	53,55	150	11,1	5,3	13,9	172,5	0,09	0,36	0,33	214,79	1,05	
33	Чай с сахаром+	1,21	200	0,2		0,04	49		0,01	0,1	4,4	0,86	
0,29	Яблоко+	10,79	100	0,04	0,04	9,8	42,68	0,03	0,02	165	16	2,2	
0,1	Хлеб пшеничный+	1,04	20	1,52	0,18	9,336	55,92	0,032	0,012		4,6	0,38	
0,01	Соль+	0,11	6								22,08	0,174	
	Итого:	73,3	506	15,02	8,07	49,726	427,5	0,154	0,516	165,73	353,97	4,724	
	Итого за день:	213,16	1 893	61,207	60,154	245,902	1 798,42	0,68	1,7	189,272	1 049,237	14,395	

Стоимость рациона: 215,00 руб.
Стоимость по плану: 213,16 руб.
Стоимость за 10: 205,57 руб.

повар: _____ / Маркова Т. Г.
Диет-сестра: _____ / Сенченко О. М.
бухгалтер: _____ / Салаева О. С.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях
Разработано: ГОУ ВПО Пятигорский государственный технологический университет
Ректор: А.В. Казначеев
Разработано: Учреждением Российской Академии Медицинских Наук Научно-исследовательский институт питания РАМН
Директор: В.А. Тутельян

День: 1
Неделя: 1

Сезон: Осень-зима ясли
Возрастная категория: Ясли 67/1

Приложение № 1
к приказу № 644
от
28.09.2023

Примерное двухнедельное циклическое меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., № рец.
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe	
	завтрак												
0,3	Яйцо отварное+	0,57	53	6,26	5,67	0,345	77,45	0,004	0,017				
34	Чай с молоком+	5,36	180	1,92	1,92	14,88	84,48	0,012	0,072	0,432	67,5	1,068	
18,1	Суп молочный с макаронными изделиями+	7,14	150	3,2	2,8	12,1	88,7	0,06	0,16	0,73	146,58	0,24	
0,19	Бутерброд с маслом и сыром+	7,01	6,383/5/30	2,5	6,73	0,06	57,35	70,8		0,01	108,2	0,13	
	Итого:	20,08	424,383	13,88	17,12	27,385	307,98	70,876	0,249	1,172	322,28	1,438	
	Обед												
215,1	Огурцы свежие порциями+	7,79	40	0,3	0,04	0,8	4,5	0,01	0,01	2,8	6,8	0,2	
0,44	Сок фруктовый+	8,55	150	0,45		20,69	80,42	0,03	0,01	3	26,99	0,6	
0,09	Хлеб ржаной+	1,92	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56	
212,2	Капуста тушеная+	6,46	110	3,014	6,732	12,43	111,408	0,044	0,066	47,718	74,492	1,474	
89,1	Суп картофельный с рыбными фрикадельками+	2,79	150	1,4	1,7	10,5	65	0,06	0,04	5,56	12,09	0,64	
90,2	Фрикадельки рыбные (горбуша)++	21,43	50	9,02	0,66	1,04	45,5	0,04	0,06	0,92	24,62	0,52	
250,1	Котлеты+	19,1	60	9,7	5,9	5,9	114	0,04	0,08	0,09	24,52	0,66	
	Итого:	68,04	600	26,524	15,512	65,04	491,658	0,294	0,296	60,088	183,512	5,654	
	Полдник												
197,2	Яблоки печеные с вареньем+	13,23	100	0,425	0,4	33,713	140	0,025	0,013	3,825	16,25	2,175	
281	Кефир+	12,72	150	4,35	3,75	6	75	0,06	0,26	1,05	180	0,15	
	Итого:	25,95	250	4,775	4,15	39,713	215	0,085	0,273	4,875	196,25	2,325	
	Ужин												
311	Томаты консервированные с кожицей, порциями+	6,83	50	0,5	0,05	1,75	10	0,005	0,01	7,5	5	0,375	
132	Кисель из кураги+	6,79	150	0,8		29,004	123,74		0,02	0,3	18,49	0,45	Сборник рецептов 2011 (№ 380)
0,1	Хлеб пшеничный+	0,83	16	1,408	0,256	7,296	37,76	0,037	0,016		7,467	0,832	
241	Залепанка картофельная с печенью*+	23,21	180	10,187	5,213	26,715	196	0,24	0,813	5,44	23,333	3,72	
0,01	Соль+	0,08	4								14,72	0,116	
	Итого:	37,74	400	12,895	5,519	64,765	367,5	0,282	0,859	13,24	69,01	5,493	
	Итого за день:	151,81	1 674,383	58,074	42,301	196,902	1 382,138	71,537	1,677	79,375	771,052	14,91	

Стоимость рациона: 185,00 руб.
Стоимость по плану: 151,81 руб.
Стоимость за 10: 149,76 руб.

повар: _____ / Маркова Т. Г.
Диет-сестра: _____ / Сенченко О. М.
бухгалтер: _____ / Салаева О. С.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях
Разработано: ГОУ ВПО Пятигорский государственный технологический университет
Ректор: А.В. Казначеев
Разработано: Учреждением Российской Академии Медицинских Наук Научно-исследовательский институт питания РАМН
Директор: В.А. Тутельян

День: 3

Неделя: 1

Сезон: Осень-зима ясли

Возрастная категория: Ясли 67/1


Примерное двухнедельное циклическое меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., № рец.
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe	
	завтрак												
5,1	Каша геркулес молочная+	11,54	160	6,507	5,44	23,36	178,533	0,128	0,181	0,768	166,187	0,949	
0,19	Бутерброд с маслом и сыром+	7,01	6,383/5/30	2,5	6,73	0,06	57,35	70,8		0,01	108,2	0,13	
36,2	Какао на молоке+	12,41	150	3,46	3,1	13,994	97,73	0,06		1,95	180,34	0,18	Сборник рецептур 2011 (№ 397)
	Итого:	30,96	351,383	12,467	15,27	37,414	333,613	70,988	0,181	2,728	454,727	1,259	
	Обед												
0,44	Сок фруктовый+	10,26	180	0,54		24,828	86,504	0,036	0,012	3,6	32,388	0,72	
164,1	Картофель отварной+	3,09	90	1,791	2,115	13,806	76,121	0,084	0,059	7,421	9,012	0,756	
245,1	Лапша домашняя+	0,47	12	1,535	0,468	7,928	32,118	0,021	0,018		4,77	0,218	Сборник рецептур 2011 (№ 118)
117,1	Суфле из кур+	24,35	50	7,85	7,333	2,058	105,358	0,025	0,083	0,058	21,808	0,717	
220,1	Мясо для супа+	15,44	25	6,5	4,25		64,25	0,013	0,038		7,5	0,375	
63,1	Салат из квашеной капусты и свеклы+	1,13	45	0,675	2,138	4,613	40,388	0,011	0,011	7,661	18,855	0,45	
0,09	Хлеб ржаной+	1,92	40	2,64	0,48	13,68	60,83	0,07	0,03		14	1,56	
245	Суп - лапша домашняя+	0,74	120	1,376	0,872	9,512	48,704	0,048	0,032	3,336	9,704	0,456	
	Итого:	57,4	562	22,907	17,656	76,425	514,273	0,307	0,283	22,077	118,037	5,252	
	Полдник												
351	Пирожки сдобные печеные с сердцем	16,29	50	7,129	4,429	15,229	129,229	0,047	0,071	1,8	9,586	2,257	
281,1	Ряженка+	16,5	150	4,35	3,75	6,3	76	0,03	0,02	0,45	186	0,15	
	Итого:	32,79	200	11,479	8,179	21,529	205,229	0,077	0,091	2,25	195,586	2,407	
	Ужин												
0,28	Апельсины+	21,83	75	0,675	0,15	6,075	27,135	0,03	0,002	45	25,5	0,225	
275	Компот из консервированных плодов+	9,51	150	0,12		23	83,3	0,012	0,024	1,8	6,3	0,33	
0,1	Хлеб пшеничный+	0,78	15	1,32	0,24	6,84	35,4	0,035	0,015		7	0,78	
252,3	Рагу овощное (3-й вариант)+	14,89	180	2,676	7,356	16,536	142,56	0,132	0,132	34,572	42,072	1,32	
0,01	Соль+	0,06	3								11,04	0,087	
0,3	Яйцо отварное+	0,57	53	6,26	5,67	0,345	77,45	0,004	0,017				
	Итого:	47,64	476	11,051	13,416	52,796	365,845	0,213	0,19	81,372	91,912	2,742	
	Итого за день:	168,79	1 589,383	57,903	54,52	188,163	1 418,96	71,586	0,746	108,427	860,261	11,66	

Стоимость рациона: 185,00 руб.

Стоимость по плану: 168,79 руб.

Стоимость за 10: 149,76 руб.

повар:  / Маркова Т. Г.

Диет-сестра:  / Сенченко О. М.

бухгалтер:  / Салаева О. С.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях

Разработано: ГОУ ВПО Пятигорский государственный технологический университет

Ректор: А.В. Казначеев

Разработано: Учреждением Российской Академии Медицинских Наук Научно-исследовательский институт питания РАМН

Директор: В.А. Тутельян

День: 3
Неделя: 2

Сезон: Осень-зима ясли
Возрастная категория: Ясли 67/1

Приложение № 1
к приказу № 644
от
28.09.2023

Примерное двухнедельное циклическое меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., № рец.
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe	
завтрак													
0,25	Батон сдобный	3,2	40	3,8	0,451	23,347	114,831	0,08	0,029		11,507	0,947	
34,1	Чай с лимоном+	2,85	180	0,198	0,09	13,122	53,1	0,002	0,002	2,61	7,38	0,816	
7,1	Каша пшеничная молочная+	11,44	160	6,016	3,392	27,328	164,843	0,149	0,192	0,747	148,747	2,123	
	Итого:	17,49	380	10,014	3,933	63,797	332,773	0,232	0,224	3,357	167,633	3,885	
Обед													
239,1	Мясо для супа (куры)+	6,04	10	1,788	1,58	0,056	19,75	0,045		1,13	11,845	0,7	
0,04	Сок тыквенный+	10,5	150	0,75		18,14	71,93	0,03	0,03	1,8	19,49	0,3	
311	Томаты консервированные с кожицей, порциями+	8,19	60	0,6	0,06	2,1	12	0,006	0,012	9	6	0,45	
0,09	Хлеб ржаной+	1,92	40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56	
81,1	Суп картофельный+	3,54	180	1,8	2,04	13,8	84	0,084	0,06	7,212	15	0,804	
250,2	Биточки+	19,1	60	9,7	5,9	5,9	114	0,04	0,08	0,09	24,52	0,66	
163,1	Капуста тушеная+	6,97	120	3,8	3,3	15,5	94	0,05	0,06	31,78	78,42	1,18	
	Итого:	56,26	620	21,078	13,36	69,176	466,51	0,325	0,272	51,012	169,275	5,654	
Полдник													
0,4	Пряники+	3,88	25	2,1	3,319	20,925	122,113	0,021	0,015		8,15	0,59	
281,1	Ряженка*+	19,8	180	5,22	4,5	7,56	91,2	0,036	0,024	0,54	223,2	0,18	
	Итого:	23,68	205	7,32	7,819	28,485	213,313	0,057	0,039	0,54	231,35	0,77	
Ужин													
130,1	Кисель из яблок+	4,08	150	0,2	0,2	30	113,4			13,05	5,86	0,44	
0,1	Хлеб пшеничный+	1,04	20	1,76	0,32	9,12	47,2	0,047	0,02		9,333	1,04	
309,2	огурцы консервированные порциями+	15,27	60	0,405	0,056	0,975	6	0,012	0,012	3	13,8	0,36	
246,3	Рыба горбуша, запеченная с картофелем по – русски+	30,95	160	18,027	13,525	8,864	200,6	0,24		10,8	43,392	1,335	
0,01	Соль+	0,06	3								11,04	0,087	
	Итого:	51,4	393	20,392	14,101	48,959	367,2	0,299	0,032	26,85	83,425	3,262	
	Итого за день:	148,83	1 598	58,804	39,212	210,417	1 379,796	0,913	0,567	81,759	651,684	13,572	

Стоимость рациона: 185,00 руб.
Стоимость по плану: 148,83 руб.
Стоимость за 10: 149,76 руб.

повар: _____ Маркова Т. Г.
Диет-сестра: _____ Сенченко О. М.
бухгалтер: _____ Салаева О. С.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях
Разработано: ГОУ ВПО Пятигорский государственный технологический университет
Ректор: А.В. Казначеев
Разработано: Учреждением Российской Академии Медицинских Наук Научно-исследовательский институт питания РАМН
Директор: В.А. Тутельян

День: 5
Неделя: 2

Приложение № 1
к приказу № 644
от
28.09.2023

Сезон: Осень-зима ясли
Возрастная категория: Ясли 67/1

Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., № рец.
				белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
завтрак													
310,1	Зеленый горошек консервированный+	14,71	50	1,31	0,094	3,1	18,325	0,055	0,055	5	10	0,35	
0,25	батон сдобный	1,6	20	1,9	0,225	11,673	63,415	0,04	0,015		5,753	0,473	
15,1	Омлет натуральный+	15,59	110	11	11,367	2,2	154	0,055	0,312	0,165	75,167	1,76	
34	Чай с молоком+	4,47	150	1,6	1,6	12,4	70,4	0,01	0,06	0,36	56,25	0,89	
0,28	Апельсины+	21,83	75	0,675	0,15	6,075	27,135	0,03	0,002	45	25,5	0,225	
	Итого:	58,2	405	16,485	13,436	35,448	333,275	0,19	0,443	50,525	172,67	3,698	
Обед													
220,1	Мясо для супа+	15,44	25	6,5	4,25		64,25	0,013	0,038		7,5	0,375	
123,4	Компот из плодов сушеных+	5,75	140	1,027		27,451	107,445						Сборник рецептур 2011 (№ 376)
0,09	Хлеб ржаной+	1,92	40	2,64	0,48	13,68	60,83	0,07	0,03		14	1,56	
234,3	Рыба горбуша припущенная+	36,28	60	12,3	3,9		84	0,12	0,096	0,54	12	0,36	
82,1	Суп крестьянский с крупой+	2,27	150	1,5	3,2	8	67,5	0,04	0,02	5,03	17,1	0,49	
52,1	Салат из квашеной капусты+	7,53	40	0,3	2	3,3	32	0,01	0,01	8,82	8,09	0,3	
183	Соус сметанный+	1,46	25	0,4	0,5	1,4	12,1		0,01	0,01	5,52	0,04	
164,1	Картофель отварной+	3,43	100	1,99	2,35	15,34	85,69	0,093	0,066	8,246	10,013	0,84	
	Итого:	74,08	580	26,657	16,68	69,171	513,815	0,346	0,27	22,646	74,223	3,965	
Полдник													
147,1	Блины+	5,97	60	4,1	2,5	25,4	126,1	0,08	0,03		10,98	0,8	
37,1	Молоко кипяченое+	12,71	170	4,42	4,533	8,047	88,173	0,045	0,181	0,884	173,831	0,079	
	Итого:	18,68	230	8,52	7,033	33,447	214,273	0,125	0,211	0,884	184,811	0,879	
Ужин													
242,1	Макаронник с сердцем*+	29,78	150	13,592	6,854	29,562	218,231	0,104	1,131	4,177	23,077	4,581	
0,01	Соль+	0,06	3								11,04	0,087	
140,1	Напиток яблочный+	3,14	180	0,12	0,12	21,365	81,888	0,012		37,104	4,032	0,564	Сборник рецептур 2004 (№ 7014)
0,1	Хлеб пшеничный+	1,3	25	2,2	0,4	11,4	59	0,058	0,025		11,667	1,3	
311	Томаты консервированные с кожицей, порциями+	5,46	40	0,4	0,04	1,4	8	0,004	0,008	6	4	0,3	
	Итого:	39,74	398	16,312	7,414	63,726	367,119	0,178	1,164	47,281	53,816	6,832	
	Итого за день:	190,7	1 613	67,974	44,563	201,793	1 428,483	0,839	2,088	121,336	485,519	15,374	

Стоимость рациона: 185,00 руб.
Стоимость по плану: 190,7 руб.
Стоимость за 10: 149,76 руб.

повар: _____ / Маркова Т. Г.
Диет-сестра: _____ / Сенченко О. М.
бухгалтер: _____ / Салаева О. С.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях
Разработано: ГОУ ВПО Пятигорский государственный технологический университет
Ректор: А.В. Казначеев
Разработано: Учреждением Российской Академии Медицинских Наук Научно-исследовательский институт питания РАМН
Директор: В.А. Тутельян