Багина Галина Владимировна

Подписано: Багина Галина Владимировна
DN: cn=Багина Галина Владимировна, c=RU, o=МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ БУРЕЙСКИЙ ДЕТСКИЙ САД № 50 "ТЕРЕМОК", email=ekonom-ob@mail.ru
Причина: Я одобряю этот документ
Дата: 2023.04.17 11:19:42 +09'00'

Утверждено:
приказом заведующего МДОБУ
Бурейского д/с № 50 " Теремок" № ____
от"_____"_____202__г.

Оновное (организованное) меню от 1 года до 3-х лет

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	№ технологической карты	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
1-й день								
1- й Завтрак	каша молочная пшенная	150	4,52	4,06	15,45	134,25	32	96
	бутерброд с маслом	30	1,75	2,16	11,11	71,05	84	3
	кофейный напиток	170	3,06	2,72	13,26	66	1	253
Итого за 1-й завтрак		350	9,33	8,94	39,82	271,3		
2- й Завтрак								
	сок натуральный	150	0,75	0	19,05	82,5	88	130
Итого за 2- завтрак		150	0,75	0	19,05	82,5		
Обед								
	суп гороховый с мясом	180	5,76	4,68	19,8	150	34	36
	картофельное пюре	120	2,76	4,32	12,72	114	20	206
	котлета мясная	60	7,38	10,15	5,34	104,35	60	161
	хлеб ржаной	40	2,78	1,25	15,84	83,2	15	1
	компот с/ф.	180	0,78	0,14	32,99	126,55	9	241
Итого за обед		580	19,46	20,54	86,69	578,1		
Уплотненный полдник								
	макароны отварные с сыром	120	5,56	15,34	23,92	182,82	56	206
	хлеб пшеничный	30	1,82	1,17	11,81	57,6	15	1
	чай с сахаром	170	0	0	11,31	40,61	4	263,264
	пряник	20	2,61	4,8	15,52	105,81	94	промышленое пр-во
Итого за уплотненный ужин		340	9,99	21,31	62,56	386,84		
Итого за день		1420	39,53	50,79	208,12	1318,74		

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал	№ технологической карты	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
2-й день								
1- й Завтрак	каша молочная рисовая	150	3,13	4,2	18,06	122,5	35	173
	чай с молоком	170	1,4	1,36	14,75	75,15	52	261
	будерброд с джемом или повидлом	30	1,14	2,89	20,23	118,42	57	2
	Итого за 1-й завтрак	350	5,67	8,45	53,04	316,07		
2- й Завтрак								
	бананы свежие	150	0,47	1,11	18,86	101,53	66	368
Итого за 2- завтрак		150	0,47	1,11	18,86	101,53		
Обед								
	помидоры свежие	40	0,73	0,13	2,53	16	103	сборник рецептур 2010г
	борщ со св. капустой с мясом и со сметанной	180	3,56	5,38	8,8	105,3	5	27
	каша гречневая рассыпчатая	80	4,56	5,12	24,58	210,4	70	186
	гуляш печеночный	60	10,55	15,17	2,96	156,43	75	150
	хлеб ржаной	40	2,78	1,25	15,84	83,2	15	1
	компот из плодов быстроразмороженных	170	0,15	0,15		56,66	10002,10003,10004	
Итого за обед		570	22,33	27,2	54,71	627,99		
Уплотненный полдник								
	запеканка из творога с молоком сгущенным	180	17,64	15,03	38,79	269,1	12	117
	хлеб пшеничный	30	1,82	1,17	11,81	57,6	15	1
	чай с сахаром	170	0	0	11,31	40,61	4	263,264
	мармелад	20	0	0	17,88	42,66	49	сборник рецептур 2019г
Итого за уплотненный ужин		400	19,46	16,2	79,79	409,97		
Итого за день		1470	47,93	52,96	206,4	1455,56		

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	№ технологической карты	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
3-й день								
1- й Завтрак	каша молочная ячневая	150	3,49	3,79	17,44	115,59	13	99
	какао с молоком	170	2,89	2,92	21,09	119,51	6	248
	бутерброд с маслом	30	1,75	2,16	11,11	71,05	84	3
Итого за 1-й завтрак		350	8,13	8,87	49,64	306,15		
2- й Завтрак								
	компот из апельсинов	180	0,42	0,09	32,2	131,3	130	374
Итого за 2- завтрак		180	0,42	0,09	32,2	131,3		
Обед								
	салат из морской капусты	40	0,36	3,39	1,21	49,33	39	19
	суп картофельный с мясными фрикадельками	160	5,19	6,06	11,6	152,8	30	39
	плов рисовый с мясом	150	13,02	11,7	28,83	244,8	9	433
	хлеб ржаной	40	2,78	1,25	15,84	83,2	15	1
	компот с/ф.	180	0,78	0,14	32,99	126,55	9	241
Итого за обед		570	22,13	26,69	90,47	656,68		
Уплотненный полдник								
	суфле рыбное	110	7,74	14,55	5,5	235,64	31	183
	чай с сахаром	170	0	0	11,31	40,61	4	263,264
	хлеб пшеничный	30	1,82	1,17	11,81	57,6	15	1
	зефир	15	0,11	2,13	26,7	60,6	37	промышленое пр-во
Итого за уплотненный ужин		325	9,67	17,85	55,32	394,45		
Итого за день		1425	40,35	53,5	227,63	1488,58		

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал	№ технологической карты	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
4-й день								
1- й Завтрак	каша молочная пшеничная	150	5,09	5,44	30,57	193,5	47	91
	бутерброд с маслом	30	1,75	2,16	11,11	71,05	84	3
	кофейный напиток	170	3,06	2,72	13,26	66	1	253
Итого за 1-й завтрак		350	9,9	10,32	54,94	330,55		
2- й Завтрак								
	яблоки свежие	150	0,83	0,2	15,2	69	59	90
Итого за 2- завтрак		150	0,83	0,2	15,2	69		
Обед								
	салат из свежих огурцов	40	0,4	5,65	0,8	49,17	95	13
	суп болтушка	180	4,64	5,29	17,06	177,12	131	37
	пельмени отварные с маслом сливочным	110	13,64	13,54	19,32	169,84	86	442,443,444
	хлеб ржаной	40	2,78	1,25	15,84	83,2	15	1
	сок натуральный	150	0,75	0	19,05	82,5	88	130
Итого за обед		520	22,21	25,73	72,07	561,83		
	Уплотненный полдник							
	овощное рагу с мясом	160	4,57	5,93	25,74	176,11	17	136
	чай с о лимоном	170	0,18	0	12,94	51,7	21	200,264
	хлеб пшеничный	30	1,82	1,17	11,81	57,6	15	1
Итого за уплотненный ужин		360	6,57	7,1	50,49	285,41		
Итого за день		1380	39,51	43,35	192,7	1246,79		

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	№ технологической карты	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
5-й день								
1- й Завтрак	суп молочный с макаронными изделиям	150	4,28	3,95	12,74	117	28	44
	чай с молоком	170	1,4	1,36	14,75	75,15	52	261
	бутерброд с маслом	30	1,75	2,16	11,11	71,05	84	3
Итого за 1-й завтрак		350	7,43	7,47	38,6	263,2		
2- й Завтрак								
	сок натуральный	150	0,75	0	19,05	82,5	88	130
Итого за 2- завтрак		150	0,75	0	19,05	82,5		
Обед								
	свекольник с мясом	180	3,8	5,85	12,39	130,5	49	34
	рыба тушеная под соусом с овощами	60	8,06	10,54	27,8	115,97	78	453
	каша перловая рассыпчатая	110	5,5	1,19	31,53	170,23	82	186
	хлеб ржаной	40	2,78	1,25	15,84	83,2	15	1
	компот из плодов консервированных	180	0,4	0,16	22,64	188,73	111	сборник рецептур 2010г
Итого за обед		570	20,54	18,99	110,2	688,63		
Уплотненный полдник								
	сырники из творога с сгущ молоком	110/12	11,63	20,27	25,61	366,75	38	130
	чай с сахаром	170	0	0	11,31	40,61	4	263,264
	хлеб пшеничный	30	1,82	1,17	11,81	57,6	15	1
Итого за уплотненный ужин		200	13,45	21,44	48,73	464,96		
Итого за день		1270	42,17	47,9	216,58	1499,29		

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	№ технологической карты	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
6-й день								
1- й Завтрак	каша молочная гречневая	150	6	7,27	14,23	181,5	61	43
	какао с молоком	170	2,89	2,92	21,09	119,51	6	248
	бутерброд с маслом	30	1,75	2,16	11,11	71,05	84	3
Итого за 1-й завтрак		350	10,64	12,35	46,43	372,06		
2- й Завтрак								
	сок натуральный	200	0,75	0	25,4	120	88	130
Итого за 2- завтрак		200	0,75	0	25,4	120		
Обед								
	салат из свежих помидор с луком	40	0,42	5,65	1,38	43,24	14	96
	суп крестьянский с крупой	180	3,22	6,17	8,9	88,09	31	134
	мясной рулет с яйцом	90	14,85	11,87	10,33	200,7	62	162
	хлеб ржаной	40	2,78	1,25	15,84	83,2	15	1
	напиток из шиповника	170	0,56	0,24	23,73	78,11	128	256
Итого за обед		520	21,83	25,18	60,18	493,34		
Уплотненный полдник								
	омлет натуральный с маслом с сыром	110	6,18	6,68	30,99	234,93	65	110
	чай с молоком	170	1,4	1,36	14,75	75,15	52	261
	хлеб пшеничный	30	1,82	1,17	11,81	57,6	15	1
Итого за уплотненный ужин		310	9,4	9,21	57,55	367,68		
Итого за день		1380	42,62	46,74	189,56	1353,08		

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	№ технологической карты	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
7-й день								
1- й Завтрак	каша молочная кукурузная	150	4,36	5,13	18,17	150,08	25	4
	кофейный напиток с молоком	170	3,06	2,72	13,26	66	1	253
	бутерброд с маслом	30	1,75	2,16	11,11	71,05	84	3
Итого за 1-й завтрак		350	9,17	10,01	42,54	287,13		
2- й Завтрак								
	кисломолочный прдукт	180	5,76	4,19	18,77	134,82	21	251
Итого за 2- завтрак		180	5,76	4,19	18,77	134,82		
Обед								
	суп -уха	180	6,59	3,08	12,24	95,26	46	41
	вареники с фаршем творожным	90	11,27	12,84	25,34	208,49	101	
	хлеб ржаной	40	2,78	1,25	15,84	83,2	15	1
	компот с/ф.	180	0,78	0,14	32,99	126,55	9	241
Итого за обед		490	21,42	17,31	86,41	513,5		
Уплотненный полдник								
	плов фруктовый	150	5,1	16,11	45,57	406	68	164
	чай с сахаром	170	0	0	11,31	40,61	4	263,264
	хлеб пшеничный	30	1,82	1,17	11,81	57,6	15	1
Итого за уплотненный ужин		350	6,92	17,28	68,69	504,21		
Итого за день		1370	43,27	48,79	216,41	1439,66		

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	№ технологической карты	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
8-й день								
1- й Завтрак	каша молочная"Дружба"	150	4,62	5,75	22,08	158,2	5	84
	какао с молоком	170	2,89	2,92	21,09	119,51	6	248
	бутерброд с маслом	30	1,75	2,16	11,11	71,05	84	3
Итого за 1-й завтрак		350	9,26	10,83	54,28	348,76		
2- й Завтрак								
	сок натуральный	200	0,75	0	25,4	120	88	130
Итого за 2- завтрак		200	0,75	0	25,4	120		
Обед								
	салат с кальмаром с перцем сладким	40	4,47	3,89	1,08	62	106	сборник рецептур 2010г
	щи из свежей капустой	180	3,38	8,16	7,72	124,2	24	56
	оладьи печеночные	90	6,59	12,43	16,8	12,75	126	284
	хлеб ржаной	40	2,78	1,25	15,84	83,2	15	1
	напиток из изюма	180	0,23	0	26,24	86,89	9	241
Итого за обед		530	17,45	25,73	67,68	369,04		
Уплотненный полдник								
	суп лапша -домашняя с курицей	180	10,8	1,44	8,73	72,9	121	37
	чай с сахаром	170	0	0	11,31	40,61	4	263,264
	хлеб пшеничный	30	1,82	1,17	11,81	57,6	15	1
	вафли	20	0,65	5,46	18,39	157,15	607	сборник рецептур 2013г
Итого за уплотненный ужин		400	13,27	8,07	50,24	328,26		
Итого за день		1480	40,73	44,63	197,6	1166,06		

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	№ технологической карты	№ рецепту
			Белки	Жиры	Углеводы			
9-й день								
1- й Завтрак	каша молочная манная	170	5,55	6,35	24,49	173,84	22	88
	чай с молоком	170	1,4	1,36	14,75	75,15	52	261
	бутерброд с сыром	30/15	6,81	10,8	15,31	99,9	102	3
Итого за 1-й завтрак		340	13,76	18,51	54,55	348,89		
2- й Завтрак								
	бананы свежие	150	0,47	1,11	18,86	101,53	66	368
Итого за 2- завтрак		150	0,47	1,11	18,86	101,53		
Обед								
	суп фасолевый с мясом	180	5,85	6,82	18,08	135,22	34	36
	картофельное пюре	150	4,09	5,4	21,77	142,96	2	206
	рыба соленая (порциями)	50	5,76	10,68	4,78	141,6	130	8
	хлеб ржаной	40	2,78	1,25	15,84	83,2	15	1
	компот из плодов быстроразмороженных	170	0,15	0,15		56,67	10002,10003,10004	
Итого за обед		590	18,63	24,3	60,47	559,65		
Уплотненный полдник								
	каша гречневая рассыпчатая	120	3,6	5,11	17,52	194,4	70	186
	гуляш мясной, куринный	60	3	3,8	1,23	82,4	25	152
	чай с сахаром	170	0	0	11,31	40,61	4	263,264
	хлеб пшеничный	30	1,82	1,17	11,81	57,6	15	1
	конфеты	20	0,61	0,86	22,95	104,32	69	331,01
Итого за уплотненный ужин		400	9,03	10,94	64,82	479,33		
Итого за день		1480	41,89	54,86	198,7	1489,4		

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	№ технологической карты	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
10-й день								
1- й Завтрак	каша молочная геркулесовая	150	5,37	7,06	16,62	129,98	54	93
	какао с молоком	170	2,89	2,92	21,09	119,51	6	248
	бутерброд с маслом	30	1,75	2,16	11,11	71,05	84	3
Итого за 1-й завтрак		350	10,01	12,14	48,82	320,54		
2- й Завтрак								
	груши свежие	150	1,45	0,38	28,09	85,5	59	90
Итого за 2- завтрак		150	1,45	0,38	28,09	85,5		
Обед								
	рассольник с мясом со сметанной	180	3,69	1,22	18,87	130,5	14	33
	рис отварной рассыпчаттый	120	4,37	6,28	16,43	187,77	72	315
	курица запеченная в сметанном соусе	70	5,77	14,26	2,16	90,22	25	179
	хлеб ржаной	40	2,78	1,25	15,84	83,2	15	1
	напиток из кураги	180	0,23	0	24,44	86,89	9	241
Итого за обед		590	16,84	23,01	77,74	578,58		
Уплотненный полдник								
	салат из моркови и яблок	40	1,2	2,69	2,87	53,53	85	8
	пирожки печенные с повидлом	90	9,04	11,97	25,06	161,75	25	454
	кисель из концентрата на плодовых или ягодных концентратах	180 200	0	0	16,2	54	10	233
	хлеб пшеничный	30	1,82	1,17	11,81	57,6	15	1
Итого за обед		360	12,06	15,83	55,94	326,88		
Уплотненный полдник		1450	40,36	51,36	210,59	1311,5		