

УТВЕРЖДАЮ

Заведующая МДОУ Новонгарский детский сад «Золотой петушок»

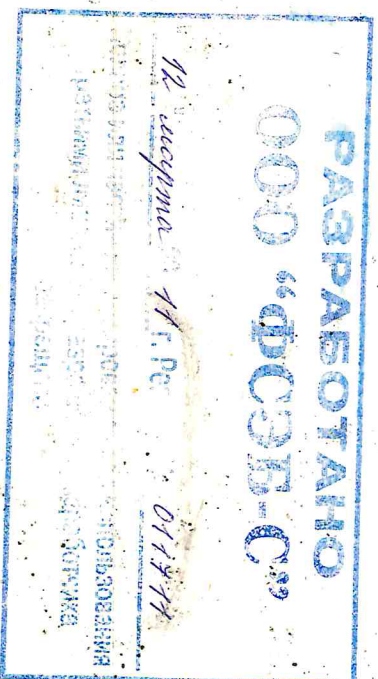


Н. В. Карпенко

«       »       2011 г.

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ  
В МУНИЦИПАЛЬНОМ ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ  
НОВОАНГАРСКИЙ ДЕТСКИЙ САД «ЗОЛОТОЙ ПЕТУШОК»

(КРАСНОЯРСКИЙ КРАЙ, МОТЫГИНСКИЙ РАЙОН, П. НОВОАНГАРСК, УЛ. 4 КВАРТАЛ, ДОМ 5)



п. Новонгарск

2011 г.

Расчет продовольственного питания (в граммах), на одну порцию, на одного ребенка  
 Дети 1,5-3 лет, 10,5 часового пребывания  
 День 1

№ ПК	Наименование блюда	Завтрак																																		
		3	4	5	6	7	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30						
84	Каша овсяная с хлопьями овсяными "Геркулес"					12								3	2		90																			
76	Чай на молоке													14			160																			
3	Булочка с маслом и сыром	15												4													8									
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники)																20																			
Итого		15	0	0	0	12	0	0	0	0	0	0	0	17	6	0	250	0	0	0	0	0	0	0	0	8	0,4	0	0	0	0	0	0	0	0	
		2 завтрак																																		
ГП	Сок фруктовый (овощной)																																			
ГП	Яблоко												70																							
Итого		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	70	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
		Обед																																		
82	Салат на отварной моркови с чесноком																																			
47	Суп картофельный с борщевиком, с мясом и грибами					14		53	32,1																											
19	Жаркое по-домашнему							75	29,3																											
20	Кисель							5																												
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																																		
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)																																			
Итого		20	30	0	0	14		128	98,6	0	0	0	0	8	7	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
		Полдник																																		
58	Рыба, тушеная с овощами																																			
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15																																		
2	Каша картофельная с молоком																																			
Итого		15	0	0	0	0		23	0	0	0	0	0	14	0	3,5	160	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной на весъ день																																			
Итого за день		50	30	0	0	5		26	121,6	110	0	70	0	40,2	13	6,5	410	0	87	14	50	0	0	0	0	8	0,4	3	3	0	0	0	0	0		

Десяти 1,5-3 лет, 10,5 месяцев пребывания

Десять 2

№ ТК	Наименование блюда	Десять 2																													
		3	4	5	6	7	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
1																															
16	Пряное твердое с маком сезициным					8						10	10	2,5		8	15	76													
15	Какао с маком	15										14	4				160														
16	Ватрушка с маком	15	0	0	0	8	0	0	0	0	10	0	24	6,5	0	8	175	76	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	0	0	0
	Итого																														
171	Сок фруктовый (овощной)																														
97	Орехи (фундук, или миндаль, или ядра грецкого ореха)																														20
171	Друшка																														20
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	110	0	70	70	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	20	0
4	Салат из отварной свеклы с зеленым горошком																														
34	Щи из свежей капусты, с мясом и со сметаной																														
80	Фруктоза из говядины	13		8				32	81,1					3															14	85	
7	Суп фасолевый с овощами			2,3					7					1,5																	
65	Каша гречневая рассыпчатая																														
9	Компот из сухофруктов																														
171	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой																														
171	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)																														
	Итого	33	30	10,3	0	46	32	143,6	0	0	0	15	0	11	12,5	3	0	18	0	99	0	0	0	6	0	0	0	0	0	0	
40	Рыба, мучная в сметанном соусе																														
171	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	15																													
13	Чай с сахаром	15	0	0,6	0	0	0	49	0				14	6,6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	10	0	0,4	0	0	0	0	
	Итого																														
	Норма соли пищевой поваренной на вес хлеба																														
	Итого за день	63	30	10,9	0	54	32	192,6	110	0	70	23	0	49	25,6	3	8	193	76	99	0	98	0	16	0	0,4	3	3	20	0	









Дети 1,5-3 лет, 10,5 часовые пребывания

№ ТК	Наименование блюда	День 5																													
		3	4	5	6	7	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
39	Суп молочный с макаронными изделиями					12																									
2	Коктейль напиток с молоком	15												1,5	0,75			140										3			
3	Бульон с мясом и сыром	15	0	0	0	12	0	0	0	0	0	0	0	15,5	4,75	0	0	300	0	0	0	0	0	0	8	8	0	3	0	0	
	Итого																														
2 завтрак																															
ЛП	Сок фруктовый (овощной)									110																					
ЛП	Груша												70																		
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	110	0	70	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																															
75	Салат из отварной свеклы с соленьями																														
41	Суп картофельный с мясными фрикадельками							92	18																						
48	Динна в соусе с помидором			1																											
59	Рис отварной с овощами							30	34																						
20	Кисель																														
ЛП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой							20																							
ЛП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)							30																							
	Итого	20	30	1	5	30	92	110,5	0	0	0	0	8	8,6	3	2	0	0	43	51	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0	
Полдник																															
55	Сырники из творога с молоком													10	2,5		3	20	91												
13	Чай с сахаром													1,4	2,5	0	3	20	91	0	0	0	0	0	0	0,4		0	0	0	
	Итого	0	0		13	0	0	0	0				2,4	2,5	0	3	20	91	0	0	0	0	0	0	0,4		0	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																														
	Итого за день	35	30	14	5	42	92	110,5	110	0	70	0	0	47,5	15,9	3	5	320	91	43	51	0	2	8	0,4		3	3	0	0	





Дети 1,5-3 лет, 10,5 часовое пребывание

День 7

№ ТК	Наименование блюда	1	2	3	4	5	6	7	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30										
		Завтрак														2 завтрак																										
96	Каша вязкая пшеница-молочная							19												110																						
76	Чай на молоке															4	2			160																						
3	Бруннеррой с маслом и сахаром	15	0	0	0	0	0	19	0	0	0	0	0	0	0	18	6	0	0	270	0	0	0	0	0	0	8	0,4	0,4	0	0	0	0	0	0	0						
	Итого	15	0	0	0	0	0	19	0	0	0	0	0	0	0	18	6	0	0	270	0	0	0	0	0	0	8	0,4	0,4	0	0	0	0	0	0	0	0					
																2 завтрак																										
ПП	Сок фруктовый (свежий)										110																															
97	Орехи (фундук, или миндаль, или ядра арахисового ореха)																																									
ПП	Ублоро										110			70	70																											
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	110		70	70	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	20	0	
																Обед																										
83	Салат из моркови с зеленым горошком																																									
70	Сваркозник с маслом, со сметаной																																									
64	Тедлинг из говядины																																									
7	Соль хрустят основной																																									
90	Резу из овощей																																									
9	Каша из сухих фруктов																																									
ПП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой			20																																						
ПП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)			30																																						
	Итого	20		30				7,3	0	5	109	233,7	0	0	0	15	0	12	16,5	3	4	0	0	0	0	0	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
																Полдник																										
28	Ваннушка с творогом из фрозжежевого теста																																									
10	Молоко кипяченное																																									
	Итого	0		0				25		25	0	0	0	0	0	2,8	1,4	0,4	4,3	189	199	18,25	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на вес хлеба																																									
	Итого за день	35		30				32,3	0	24	109	233,7	110	0	70	15	0	32,8	23,9	3,4	8,3	469	18,25	94	0	0	0	0	0	6	8	0,4	0	0	3	20	0	0	1			



Дети 1,5-3 лет, 10,5 часов пребывания

День 9

№ ТК	Наименование блюда	День 9																														
		3	4	5	6	7	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
1		Завтрак															Обед															
22	Запеканка из творога с яблоком сдвоенным	4		8										6	4		3	15	95						4							
76	Чай на молоке													14				160								8	0,4					
3	Булочка с маслом и сыром	15												4	4		3	175	95	0	0	0	0	4		8	0,4	0	0	0	0	
	Итого	19	0	8	0	0	0	0	0	0	0	0	20	8	0	3	175	95	0	0	0	0	4		8	0,4	0	0	0	0	0	
		2 завтрак																														
ЛП	Сок фруктовый (овощной)																	110														
ЛП	Рапаны																	70														
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	70	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
81	Салат из свеклы с чесноком																	38,2														
52	Суп картофельный с макарошками																		29,1													
53	Каршени, тушеная с яблоком																		153													
87	Напиток витаминизированный "Валетек"																	19														
ЛП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																														
ЛП	Хлеб ржаной (жарено-пшеничный)		30																													
	Итого	20	30	1	0	8	80	220,3	0	19	0	0	2,5	3	6	0	0	0	87	14	0	0	0	4	8	0,4	0	0	0	0	0	
		Полдник																														
ЛП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники)																															
98	Булочка с маслом и яблоком	20												5	10																	
10	Молоко кипяченое	20	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	25	0	10	0	0	189	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Итого	20	0	0	0	0	0	0	0	0	0	25	0	10	0	0	189	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной на весь день	59	30	9	0	8	80	220,3	110	19	70	0	25	22,5	21	6	3	364	95	87	14	0	4	8	0,4	0	3	0	0	0		
	Итого за день	59	30	9	0	8	80	220,3	110	19	70	0	25	22,5	21	6	3	364	95	87	14	0	4	8	0,4	0	3	0	0	0		



№ ТК	Наименование блюда	Листы 1-5-3-печ, 10,5 числовое преобразование																													
		3	4	5	6	7	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
68	Каша овсяная																														
13	Чай с сахаром																														
16	Булочка с маком	15	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	18	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Итого	15	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	18	6	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
2 завтрак																															
177	Сок фруктовый (овощной)																														
177	Ванна																														
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	110	0	70	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																															
95	Витнегрн овоцной																														
25	Рисовый суп с овощами, с мясом и со сметаной																														
44	Рыба, запеченная в молоке																														
8	Картофельное пюре																														
9	Компот из сухофруктов																														
177	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20																													
177	Хлеб ржаной (ржанко-пшеничный)																														
	Итого	20	30	0	0	0	4	208	90,7	0	0	0	15	0	11	12	3	0	36	0	14	0	77	0	6	0	0	0	0	0	
Полдник																															
77	Молочный суп с маком																														
10	Молочный суп																														
	Итого	0	0	0	0	0	21	0	0	0	0	0	0	4	2,5	1,4	7	1	189	0	0	0	0	14	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																														
	Итого за день	35	30	0	0	0	44	208	90,7	110	0	70	15	0	33	20,5	4,4	7	336	0	14	0	77	0	20	0	0	0	0	0	



Расчет продуктов питания I (в граммах), на одну порцию, на одного ребенка  
 Дети 3-7 лет, 10,5 часов пребывания

День 1

№ ТК	Наименование блюда	Дети 3-7 лет, 10,5 часов пребывания																																
		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33		
1																																		
84	Каша вязкая с хлопьями овсяными "7 в одном"					20								5	3			150																
76	Чай на молоке												14					50																
3	Брускетты с мясом и сыром	30											5																					
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники)					20							65					200																
ГП	Итого	30	0	0	0	20	0	0	0	0	0	0	65	19	8	0	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	16	0,4	0	0	0	0	
ГП	Сок (фруктовый (яблочный))																																	
ГП	Яблоко												150																					
ГП	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	150	0	140	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
82	Салат из отварной моркови с чесноком																																	
47	Суп картофельный с кабачком, с мясом																																	
19	Жаркое по-доминику					18							67	39,4																				
20	Кашка												158	63																				
ГП	Итого					6,7																												
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	35																																
ГП	Хлеб ржаной (ржанко-пшеничный)		40																															
ГП	Итого	35	40	0	0	6,7	18	225	177,8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
58	Рыба, тушеная с овощами																																	
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25																																
2	Корейский салатик с морковью																																	
ГП	Итого	25	0	0	0	0	0	0	38	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
ГП	Норма соли пищевой поваренной на весь день																																	
ГП	Итого за день	90	40	0	0	6,7	38	225	215,8	150	0	140	0	65	19	8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	16	0,4	3	4	0	0	



Листы 2-7, лист 10,5 числовые прибавки

Лист 2

№ ПК	Наименование блюда	Закупка																																
		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33		
49	Прочие творожные с маковым сусунами					9						12,2		12	3	10	20	91												3				
15	Кексы с маковым	30												14	5	160																		
16	Бруннеры с маком											12,2	0	26	8	0	180	91	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Итого	30	0	0	0	0	0	0	0	0	0	12,2	0	26	8	0	180	91	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	0	0	0	
	Сок фруктовый (своицид)																																	
	Сок фруктовый (своицид)													140																				
	Орехи (фундук, или миндаль, или абрагренского ореха)													140	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	20	0	
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	140	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	20	0		
	Салат на отварной свекле с желтым горошком																																	
4	Циц на свежей капусте, с маком и со сметаной																																	
34	Фруктоза из говядины	17				11																												
80	Соевые красители на говядине					3																												
7	Соевые красители на говядине																																	
65	Каша гречневая рассыпчатая																																	
9	Каша на овсяноблинчатой																																	
177	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	35																																
177	Хлеб ржаной (жарено-пшеничный)		40																															
	Итого	32	40	14	0	69																												
	Итого																																	
40	Рыба, тушенная в сливочном соусе					1																												
177	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25																																
13	Чай с сахаром	35	0	1	0	0																												
	Итого																																	
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																																	
	Итого за день	107	40	15	0	78	40	276,7	150	0	140	33,2	0	55	26	5	10	204	91	0	135	0	125	0	0	22	0	0,4	3	4	20	0		







№ ТК	Наименование блюда	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33			
39	Сум макароний с макаронными изделиями					16								Завтрак	2	1		190																	
2	Корейская паштет с маконом													14	5			160																	
3	Бушкет с маком и сырком	30	0	0	0	16	0	0	0	0	0	0	0	16	6	0	0	350	0	0	0	0	0	0	0	0	16	16	0	3	0	0	0		
	Итого	30	0	0	0	16	0	0	0	0	0	0	0	16	6	0	0	350	0	0	0	0	0	0	0	0	16	16	0	3	0	0	0		
ЛП	Сок фруктовый (овощной)								150					2 завтрак																					
ЛП	Груша													Обед																					
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	150	0	140	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
75	Стател на отварной свеклы с соленьями								82																										
41	Сум картофельный с акынками																																		
48	Пшеница в соусе с маком			1.1				114	22																										
59	Рис отварной с овощами								22.2																										
20	Кисель								51																										
ЛП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	35																																	
ЛП	Хлеб ржаной (жизно-пшеничный)		40																																
	Итого	35	40	1.1		6.7		45	114	177.2	0	0	0	10	13	5	3	0	0	0	54	129	0	0	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0
55	Сырники на твороге с маком ссушеными			10										Полдник	7	5		20																	
13	Чай с сахаром														14	5		20																	
	Итого	0	0	10		0		0	0	0	0	0	0	21	5	0	5	20	109	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли пшеничной макаронной на весь день																																		
	Итого за день	65	40	11.1		6.7		61	114	177.2	150	0	140	0	24	5	8	370	109	0	54	129	0	0	0	3	16	0.4	3	4	0	0	0	0	









Дети 3-7 лет, 10,5 часовое пребывание

День 9

№ п/п	Наименование блюда	Запитки																																			
		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33					
22	Запеканка на твороге с яблоком сгущенным	5		10													7	5																			
76	Чай на молоке	30															14	5																			
3	Джем/варенье с яблоком и сыром	35	0	10	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	21	10	0	4	70	114	0	0	0	0	0	0	5	16	0,4	0	0	0			
	Итого																																				
ЛП	Сок фруктовый (апельсин)																																				
ЛП	Витамин																140																				
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
81	Салат из отварной свеклы с черносливом																																				
52	Суп картофельный с макаронными изделиями																																				
53	Котлета, тушеная с яблоком					1,7			10	100	35,4						4	4	5																		
87	Нашинкованная вареники "Ватрушки"																																				
ЛП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	35																																			
ЛП	Хлеб ржаной (жарено-пшеничный)																																				
	Итого	35	40	1,7	0		10		100	340,1	0		20	0	0	0	4	4	10	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
78	Бюбачка домашняя																																				
10	Молоко кипяченое																																				
	Итого	0	0	62	0		0		0	0	0	0	0	0	0	0	13	14	0,3	5	26																
	Норма соли пшеничной пшеничной на весь день																																				
	Итого за день	70	40	73,7	0		10		100	340,1	150	20	140	0	0	0	38	28	10,3	9	306	114	0	122	41	0	0	0	5	16	0,4	0	4	0	1,5		

Дни 3-7 янв. 10.5 часов пребывания

День 10

№ ТК	Наименование блюда	Дни 3-7 янв. 10.5 часов пребывания																																	
		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33			
68	Каша вязкая пшеничная молочная					20																													
13	Чай с сахаром																																		
26	Колбаса (порционная)	30																																	
16	Бруннербор с мясом	30	0	0	0	20	0	0	0	0	0	0	0	19	8	0	0	145	0	26	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Итого													2																					
	Соки фруктовые (овощные)								150																										
ГТТ	Груша									140																									
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	150	0	140	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Итого										Обед																								
95	Выпечка овсяная							18	62																										
25	Рассольник: заливочка, с мясом и со сметаной					5	100	52,7																											
44	Рыба, припущенная в молоке							21																											
8	Картофельное пюре						227																												
9	Каша на сыворотке											21																							
ГТТ	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	35																																	
	Хлеб ржаной (ражано-пшеничный)		40																																
	Итого	35	40	0	0	5	345	133,7	0	0	0	21	0	15	10	11	0	35	0	0	22	0	100	0	0	7	0	0	0	0	0	0	0	0	
77	Машин сгущенный молоко													Пардон																					
10	Молоко кипяченое							42						8	5	2,8	14	30																	
	Итого	0	0	0	0	42	0	0	0	0	0	0	8	5	2,8	14	210	0	0	0	0	0	0	0	0	28	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной на вес в день																																		
	Итого за день	65	40	0	0	67	345	133,7	150	0	140	21	0	42	23	13,8	14	410	0	26	22	0	100	0	0	35	0	0	0	0	4	0	0	0	



