

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

УТВЕРЖДЕНО

Приказом МБДОУ «Детский сад № 34
«Золотой ключик» № 79 от 24. 05.2021г.

**Основное (организационное) меню приготавливаемых блюд
для возрастной группы детей от 1-3 лет**

Пример блюда	Варианты приготовления	№с Акции	Порций Блюда	№	Утвержденная стоимость	№
Итого за днем 1 Полдником						
Закуска:	Суп картофельный с курицей (грн)	174	363	120	12,75	180
	Булочки с маком	207	208	5,45	17,51	125,4
	Чай с сахаром	150	604	6,01	6,99	24,0
Итого за днем 1 полдником		325	657	22,71	37,24	230,4
Итого за днем 2 полдником		150	675		15,35	54
	Суп картофельный (грн)	20	67	6,65	4,94	27,20
Итого за 2 днем 2 полдником		170	742	6,65	20,29	81,2
Обед	Суп картофельный с фасолью (грн)	150	11	32	9,75	34,75
	Гарниш рыбный	68	736	1,05	7,84	62
	Чай с сахаром	150	204	3,2	13,20	37
Итого за днем 2 полдником		17	104	3,26	10,34	42,0
Итого за днем 2 полдником						24,0
Итого за обед		150	746	7,70	6,94	376,2
Итого за днем 2 полдником	Макаронная запеканка с сыром	80	404	1,0	11,35	180
	Картофельное пюре	40	675	1,68	2,91	27,24
	Хлеб картофельный	15	65	9,1	4,25	20,4
	Чай с сахаром	150	604	6,01	6,99	24,0
Итого за днем 2 полдником		285	1348	6,89	26,46	185,24
Итого за месяц		1362	3442	27,704	146,13	824,84

Возрастная категория : от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 1 Понедельник							
Завтрак	Суп молочный с крупой (рис)	150	3,65	3,85	12,75	100	94
	Бутерброд с маслом	20/5	2,88	8,45	17,52	125,4	1
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28,0	392
Итого за завтрак:		325	6,57	12,31	37,26	253,4	
2 Завтрак	Сок фруктовый	150	0,75	-	15,15	64	399
	Кондитерское изделие (печенье)	20	0,7	0,65	4,96	27,80	
Итого за 2 завтрак:		170	1,45	0,65	20,11	91,8	
Обед	Суп картофельный с бобовыми (гороховый)	150	3,1	3,2	9,78	80,75	81
	Тефтели рыбные	60	7,33	1,13	5,98	63	260
	Пюре картофельное	110	2,04	3,2	13,62	92	321
	Овощи по сезону (огурцы свежие)	30	0,21	-	1,08	5,6	
	Хлеб семейный подовый	17	1,34	0,14	10,06	48,0	
	Хлеб деревенский	15	0,5	0,1	4,25	20,4	
	Компот из сушеных фруктов	150	0,33	0,015	20,82	84,75	376
Итого за обед:		532	14,85	7,785	65,59	394,5	
Полдник	Макароны отварные с сыром	80	4,64	5,0	11,35	109	206
	Кабачковая икра	40	0,36	1,88	2,57	27,84	53
	Хлеб деревенский	15	0,5	0,1	4,25	20,4	
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	392
Итого за полдник:		285	5,54	6,99	25,16	185,24	
Итого за день:		1312	28,41	27,735	148,12	924,94	

Возрастная категория : от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 2 Вторник							
Завтрак	Суп молочный с крупой (пшено)	150	4,68	4,56	15,48	122,3	94
	Бутерброд с маслом	20/5	2,88	8,45	17,52	125,4	1
	Какао с молоком	150	3,67	2,72	12,96	89	397
Итого за завтрак:		325	11,23	15,73	45,96	336,7	
2 Завтрак	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	44	368
Итого за 2 завтрак:		100	0,4	0,4	9,8	44	
Обед	Суп к/б картофельный с клёцками с куриным мясом	150	1,99	2,06	8,15	58,88	85
	Плов из птицы	150	14,7	11,96	25,08	264	304
	Овощи по сезону (помидоры свежие)	40	0,16	-	1,36	6,0	
	Хлеб семейный подовый	25	1,34	0,14	10,06	48	
	Хлеб деревенский	30	1,0	0,2	8,5	40,8	
	Кисель из плодов и ягод	150	0,1	0,045	20,66	83,48	378
Итого за обед:		545	19,29	14,405	73,81	501,16	
Полдник	Сырники из творога	110	17,3	12,10	17,8	213	231
	Соус молочный сладкий	50	0,97	2,25	6,62	50,75	351
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28,0	392
Итого за полдник:		310	18,31	14,36	31,41	291,75	
Итого за день:		1280	49,23	44,895	160,98	1173,61	

Возрастная категория : от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 3 Среда							
Завтрак	Суп молочный манный	150	4,15	3,82	12,2	99,85	92
	Бутерброд с сыром	31	2,81	4,49	10,98	100,3	3
	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2,0	10,63	70	395
Итого за завтрак:		331	9,3	10,31	33,81	270,15	
2 Завтрак	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	44	368
Итого за 2 завтрак:		100	0,4	0,4	9,8	44	
Обед	Суп к/б картофельный с крупой (гречневый) с куриным мясом	150	2,12	1,75	10,78	67	80
	Перец, фаршированный мясом и рисом	135	9,24	5,6	9,28	124	299
	Хлеб семейный подовый	25	1,34	0,14	10,06	48	
	Хлеб деревенский	15	0,5	0,1	4,25	20,4	
	Компот из сушеных фруктов	150	0,33	0,015	20,82	84,75	376
Итого за обед:		475	13,53	7,605	55,19	344,15	
Полдник	Омлет натуральный	85	7,52	13,46	1,57	157	215
	Овощи по сезону (огурцы свежие)	30	0,28	-	1,08	5,6	
	Хлеб деревенский	15	0,5	0,1	4,25	20,4	
	Чай с сахаром	150	0,07	0,01	7,10	29	393
Итого за полдник:		280	8,37	13,57	14,0	212	
Итого за день:		1186	31,6	31,89	112,8	870,3	

Возрастная категория : от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 4 Четверг							
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,79	4,34	15,7	121,0	93
	Бутерброд с маслом	20/5	2,88	8,45	17,52	125,4	1
	Какао с молоком	150	3,67	2,72	12,96	89	397
Итого за завтрак:		325	11,34	15,51	46,18	335,4	
2 Завтрак	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	44	368
Итого за 2 завтрак:		100	0,4	0,4	9,8	44	
Обед	Борщ с капустой и картофелем с со сметаной	150	1,1	2,97	7,72	62,12	57
	Котлеты мясные	60	9,32	7,07	9,64	139	282
	Пюре картофельное	110	2,04	3,2	13,62	92	321
	Овощи по сезону (помидоры свежие)	40	0,16	-	1,36	6,0	
	Хлеб семейный подовый	17	1,34	0,14	10,06	48,0	
	Хлеб деревенский	15	0,5	0,1	4,25	20,4	
	Кисель из плодов и ягод	150	0,1	0,045	20,66	83,48	378
Итого за обед:		542	13,8	10,655	59,73	390,98	
Полдник	Биточки рыбные	60	8,02	2,82	5,99	81,0	255
	Кабачковая икра	60	0,54	2,83	3,57	41,93	53
	Хлеб деревенский	15	0,5	0,1	4,25	20,4	
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28,0	392
Итого за полдник:		285	9,1	5,76	20,8	171,33	
Итого за день:		1252	34,64	32,325	136,51	941,71	

Возрастная категория : от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 5 Пятница							
Завтрак	Суп молочный с крупой (геркулесовый)	150	4,48	4,49	13,58	112,72	94
	Бутерброд с сыром	31	2,81	4,49	10,98	100,3	3
	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2,0	10,63	70,0	395
Итого за завтрак:		331	9,63	10,98	35,19	283,02	
2 Завтрак	Сок фруктовый	150	0,75	-	15,15	64	399
	Кондитерское изделие (вафли)	10	0,89	0,65	5,8	28,3	
Итого за 2 завтрак:		160	1,64	0,65	20,95	92,3	
Обед	Щи зелёные со сметаной	150	1,63	3,97	5,47	64,2	68
	Жаркое по-домашнему	150	20,80	5,33	18,50	205	276
	Овощи по сезону (огурцы свежие)	40	0,28	-	1,08	5,6	
	Хлеб семейный подовый	25	1,34	0,14	10,06	48	
	Хлеб деревенский	30	1,0	0,2	8,5	40,8	
	Напиток из плодов шиповника	150	0,51	0,21	14,23	61	398
Итого за обед:		545	25,56	9,85	57,84	424,6	
Полдник	Оладьи с повидлом	140/5	7,6	6,86	41,8	280,0	449
	Молоко кипяченое	150	4,58	4,08	7,58	85	400
Итого за полдник:		295	12,18	10,94	49,38	365	
Итого за день:		1331	49,01	32,42	163,36	1164,92	

Возрастная категория : от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 6 Понедельник							
Завтрак	Каша «Дружба» вязкая	150	4,09	6,95	23,39	169,0	168
	Бутерброд с маслом	20/5	2,28	8,45	17,52	125,4	1
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28,0	392
Итого за завтрак:		325	6,41	15,41	47,9	322,4	
2 Завтрак	Сок фруктовый	150	0,75	-	15,15	64	399
	Кондитерское изделие (вафли)	10	0,89	0,65	5,8	28,3	
Итого за 2 завтрак:		160	1,64	0,65	20,95	92,3	
Обед	Суп картофельный с бобовыми (фасолевый)	150	3,1	3,2	9,78	80,75	81
	Котлеты рыбные	60	8,02	2,82	5,99	81,0	255
	Пюре картофельное	110	2,04	3,2	13,62	92	321
	Овощи по сезону (помидоры свежие)	40	0,16	-	1,36	6,0	
	Хлеб семейный подовый	17	1,34	0,14	10,06	48,0	
	Хлеб деревенский	30	1,0	0,2	8,5	40,8	
	Компот из сушеных фруктов	150	0,33	0,015	20,82	84,75	376
Итого за обед:		557	15,99	9,575	70,13	433,3	
Полдник	Пудинг из творога с повидлом	100	15,21	9,8	22,71	243	234
	Молоко кипяченое	150	4,58	4,08	7,58	85	400
Итого за полдник:		250	19,79	13,88	30,29	328	
Итого за день:		1292	43,83	39,515	169,27	1176	

Возрастная категория : от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 7 Вторник							
Завтрак	Суп молочный манный	150	4,15	3,82	12,2	99,85	92
	Бутерброд с сыром	31	2,81	4,49	10,98	100,3	3
	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2,0	10,63	70	395
Итого за завтрак:		331	9,3	10,31	33,81	270,15	
2 Завтрак	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	44	368
Итого за 2 завтрак:		100	0,4	0,4	9,8	44	
Обед	Суп овощной со сметаной	150	1,3	4,47	7,3	74,8	78
	Бефстроганов из отварного мяса	80	15,5	12,43	3,29	187	278
	Каша гречневая с овощами	105	5,73	4,06	23,76	162	166
	Овощи по сезону (огурцы свежие)	40	0,28	-	1,08	5,6	
	Хлеб семейный подовый	17	1,34	0,14	10,06	48,0	
	Хлеб деревенский	15	0,5	0,1	4,25	20,4	
	Кисель из плодов и ягод	150	0,1	0,045	20,66	83,48	378
Итого за обед:		557	24,75	21,245	70,4	581,28	
Полдник	Омлет Драчена	130	6,42	8,77	3,96	132	228
	Овощи по сезону (помидоры свежие)	40	0,16	-	1,36	6,0	
	Хлеб деревенский	15	0,5	0,1	4,25	20,4	
	Чай с лимоном	150	0,07	0,01	7,10	29	393
Итого за полдник:		335	7,15	8,88	16,67	187,4	
Итого за день:		13,23	41,6	40,835	130,68	1082,83	

Возрастная категория : от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 8 Среда							
Завтрак	Суп молочный с крупой (пшено)	150	4,68	4,56	15,48	122,3	94
	Бутерброд с маслом	20/5	2,88	8,45	17,52	125,4	1
	Какао с молоком	150	3,67	2,72	12,96	89	397
Итого за завтрак:		325	11,23	15,73	45,96	336,7	
2 Завтрак	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	44	368
Итого за 2 завтрак:		100	0,4	0,4	9,8	44	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,63	1,72	10,38	63,48	82
	Капуста тушеная с мясом	150	14,29	11,71	9,73	201	336
	Хлеб семейный подовый	25	1,34	0,14	10,06	48	
	Хлеб деревенский	30	1,0	0,2	8,5	40,8	
	Компот из сушеных фруктов	150	0,33	0,015	20,82	84,75	376
Итого за обед:		545	20,42	15,635	59,04	427,83	
Полдник	Пудинг из творога	100	15,21	9,8	22,71	243	234
	Соус молочный сладкий	50	0,97	2,25	6,62	50,75	351
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	392
Итого за полдник:		300	16,22	12,06	36,32	321,75	
Итого за день:		1270	48,27	43,83	151,12	1130,28	

Возрастная категория : от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 9 Четверг							
Завтрак	Суп молочный с крупой (пшеничная)	150	3,65	3,84	13,9	107,7	94
	Бутерброд с сыром	31	2,81	4,49	10,98	100,3	3
	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2,0	10,63	70	395
Итого за завтрак:		331	8,8	10,33	35,51	278	
2 Завтрак	Плоды и ягоды свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	44	368
Итого за 2 завтрак:		100	0,4	0,4	9,8	44	
Обед	Суп к/б картофельный с крупой (рис) с куриным мясом со сметаной	150	1,92	1,72	9,63	61,0	80
	Котлеты мясные	60	9,32	7,07	9,64	139	282
	Макаронные изделия отварные с маслом	75	3,67	3,01	17,63	112	317
	Овощи по сезону (огурцы свежие)	40	0,28	-	1,08	5,6	
	Хлеб семейный подовый	17	1,34	0,14	10,06	48,0	
	Хлеб деревенский	15	0,5	0,1	4,25	20,4	
	Кисель из плодов и ягод	150	0,1	0,045	20,66	83,48	378
Итого за обед:		507	17,13	12,085	72,95	469,48	
Полдник	Суфле из рыбы	60	9,54	5,31	2,44	96	268
	Рагу из овощей	105	2,40	11,33	13,59	166	137
	Хлеб деревенский	15	0,5	0,1	4,25	20,4	
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28,0	392
Итого за полдник:		330	12,48	16,75	27,27	310,4	
Итого за день:		1268	38,81	39,565	145,53	1101,88	

Возрастная категория : от 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 10 Пятница							
Завтрак	Суп молочный с крупой (геркулес)	150	4,48	4,49	13,58	112,72	94
	Бутерброд с маслом	20/5	2,88	8,45	17,52	125,4	1
	Какао с молоком	150	3,67	2,72	12,96	89	397
Итого за завтрак:		325	11,03	15,66	44,06	327,12	
2 Завтрак	Сок фруктовый	150	0,75	-	15,15	64	399
	Кондитерское изделие (печенье)	10	0,89	0,65	5,8	28,3	
Итого за 2 завтрак:		160	1,64	0,65	20,95	92,3	
Обед	Борщ зелёный	150	2,2	3,48	7,98	71,9	65
	Птица тушеная в соусе с овощами	150	9,37	2,28	16,49	124	302
	Овощи по сезону (помидоры свежие)	40	0,16	-	1,36	6,0	
	Хлеб семейный подовый	25	1,34	0,14	10,06	48	
	Хлеб деревенский	30	1,0	0,2	8,5	40,8	
	Компот из сушеных фруктов	150	0,33	0,015	20,82	84,75	376
Итого за обед:		545	14,4	6,115	65,21	375,45	
Полдник	Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом	75	3,45	1,40	33,33	159,6	454
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28,0	392
Итого за полдник:		225	3,49	1,41	40,32	187,6	
Итого за день:		1255	30,56	23,835	170,54	982,47	
Среднее значение за период:		1277	39,6	35,69	148,89	1054,89	

