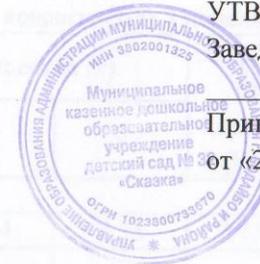


СОГЛАСОВАНО  
Управляющий совет  
Протокол № 39  
от «31» августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МКДОУ д/с № 32  
Т.В. Кочетова  
Приказ № 100-О  
от «29» августа 2023 г.



**Индивидуальное ежедневное меню основного (организованного) питания для детей, нуждающихся в диетическом питании (исключение молока, кисломолочных продуктов) возрастной категории от 1 до 3 лет, с учетом физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей всех возрастных групп и рекомендуемых суточных наборов продуктов для организации питания детей в Муниципальном казенном дошкольном образовательном учреждении детском саду № 32 «Сказка», рассчитанное на первую и вторую неделю**

**1 неделя для детей раннего возраста 1-3 лет**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>ДЕНЬ 1</b>								
<b>Завтрак 1</b>	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,55	7,84	7,38	257,74	0,00	252 (1-3)
	Яйцо вареное	20						
	Бутерброд с сыром (25/8)	24	5,01	8,16	7,42	123,14	0,00	105 (1-3)
	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	11,28	45,00	0,00	505(1-3)
	<b>Всего</b>	<b>345</b>	<b>13,56</b>	<b>16,00</b>	<b>26,08</b>	<b>425,88</b>	<b>0,00</b>	
<b>Завтрак 2</b>	Пюре фруктовое	100	0,50	0,00	12,70	55,00	3,00	
	<b>Всего</b>	<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,00</b>	<b>12,70</b>	<b>55,00</b>	<b>3,00</b>	
<b>Обед</b>	Огурец консервированный	30	0,40	1,50	1,30	0,36	1,20	121
	Свекольник	180	1,56	3,17	8,70	83,35	6,29	145 (1-3)
	Плов из отв. говядины	160	17,46	13,60	24,50	290,00	0,00	380(1-3)
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	123
	Компот из сухофруктов	150	0,42	0,00	20,55	83,88	0,11	522 (1-3)
	<b>Всего</b>	<b>550</b>	<b>21,82</b>	<b>18,63</b>	<b>65,07</b>	<b>509,79</b>	<b>7,60</b>	
<b>Полдник</b>	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	11,28	45,00	0,00	505(1-3)
	Ватрушка с повидлом	60	3,67	1,75	42,24	199,35	0,15	554 (1-3)
	Банан	100	1,50	0,10	21,00	89,00	10,00	126
	<b>Всего</b>	<b>310</b>	<b>5,17</b>	<b>1,85</b>	<b>74,52</b>	<b>333,35</b>	<b>10,15</b>	
<b>Всего</b>	<b>0</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>		
<b>Итого за день</b>	<b>1305</b>	<b>41,05</b>	<b>36,48</b>	<b>178,37</b>	<b>1324,02</b>	<b>20,75</b>		



**1 неделя для детей раннего возраста (1-3)**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>ДЕНЬ 3</b>								
<b>Завтрак 1</b>	Отварные рожки	150	3,68	4,15	22,56	146,9	0,00	432
	Бутерброд с сыром 20\5\15	35	5,01	8,16	7,42	123,14	0,11	105(1-3)
	Чай с лимоном	150	0,05	0,01	11,43	46,87	2,10	506 (1-3)
	<b>Всего</b>	<b>335</b>	<b>8,74</b>	<b>12,32</b>	<b>41,41</b>	<b>#ЗНАЧ!</b>	<b>2,21</b>	
<b>Завтрак 2</b>	Яблоко	100	0,40	0,10	21,00	89,00	10,00	126 (1-3)
	<b>Всего</b>	<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,10</b>	<b>21,00</b>	<b>89,00</b>	<b>10,00</b>	
<b>Обед</b>	Салат из соленых огурцов с луком	30	0,25	1,53	0,77	18,15	1,23	57(1-3)
	Суп "Крестьянский" с крупой	180	1,46	3,78	8,18	78,21	7,99	169 (1-3)
	Рулет из говядины с яйцом	80	8,59	7,32	3,17	112,99	0,00	396(1-3)
	Картофельное пюре	110	2,05	4,24	9,39	96,86	3,40	441(1-3)
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	123(1-3)
	Кисель из джема	150	0,90	0,00	29,03	116,49	0,04	518(1-3)
	<b>Всего</b>	<b>580</b>	<b>15,23</b>	<b>17,23</b>	<b>60,56</b>	<b>474,90</b>	<b>12,66</b>	
<b>Полдник</b>	Гречневая каша рассыпчатая	150	8,55	7,84	7,38	257,74	0,00	252(1-3)
	чай с сахаром	150	0,00	0,00	0,00	45,00	0,00	505
	<b>Всего</b>	<b>380</b>	<b>8,55</b>	<b>7,84</b>	<b>7,38</b>	<b>302,74</b>	<b>0,00</b>	
<b>Всего</b>	<b>0</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>		
<b>Итого за день</b>	<b>1395</b>	<b>32,92</b>	<b>37,49</b>	<b>130,35</b>	<b>#ЗНАЧ!</b>	<b>24,87</b>		

**1 неделя для детей раннего возраста (1-3)**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>ДЕНЬ 4</b>								
<b>Завтрак 1</b>	Омлет натуральный	100	8,60	13,23	2,33	162,89	0,00	311(1-3)
	Салат из зелёного горошка	30	1,47	5,08	3,85	66,50	5,20	9 (1-3)
	Бутерброд с маслом (25\5)	25	1,01	10,41	7,00	122,76	0,00	107(1-3)
	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	0,00	45,00	0,00	505
	<b>Всего</b>	<b>305</b>	<b>11,08</b>	<b>28,72</b>	<b>13,18</b>	<b>397,15</b>	<b>5,20</b>	
<b>Завтрак 2</b>	сок	100	0,50	0,00	12,70	55,00	3,00	532
	<b>Всего</b>	<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,00</b>	<b>12,70</b>	<b>55,00</b>	<b>3,00</b>	
<b>Обед</b>	Перец свежий	20	0,33	0,06	1,14	7,20	0,81	120
	Суп карт с мясными фрикадельками	180	1,63	2,10	8,88	74,43	11,16	163(1-3)
	Рыба, тушеная в томате с овощами	60	11,34	6,16	5,15	121,84	2,46	354(1-3)
	Рис припущенный	110	2,38	4,05	24,03	145,57	0,00	425(1-3)
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,20	0,00	123(1-3)
	Компот из апельсинов с яблоками	150	0,36	0,12	20,88	103,19	45021,00	524(1-3)
	<b>Всего</b>	<b>550</b>	<b>18,02</b>	<b>12,85</b>	<b>70,10</b>	<b>504,43</b>	<b>45035,43</b>	
<b>Полдник</b>	Хачапури	80	10,52	10,21	32,52	259,40	0,22	70 (1-3)
	Чай с вареньем	150	0,00	0,00	0,00	45,00	0,00	505
	Фрукт (Банан)	100	1,50	0,10	21,00	89,00	10,00	12691-3)
	<b>Всего</b>	<b>330</b>	<b>12,02</b>	<b>10,31</b>	<b>53,52</b>	<b>393,40</b>	<b>10,22</b>	
	<b>Всего</b>	<b>0</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	
	<b>Итого за день</b>	<b>1285</b>	<b>41,62</b>	<b>51,88</b>	<b>149,50</b>	<b>1349,98</b>	<b>45053,85</b>	

**Индивидуальное меню (исключение молока, кисломолочных продуктов) 1 неделя для детей раннего возраста (1-3)**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>ДЕНЬ 5</b>								
<b>Завтрак 1</b>	Каша рисовая рассыпчатая	150	1,97	3,25	19,89	119,59	0,00	283(1-3)
	Яйцо вареное	20						
	Бутерброд с маслом (20\5)	25	1,01	10,41	0,06	122,76	0,00	107(1-3)
	Чай с молоком	150	1,08	0,93	13,08	65,34	0,48	507(1-3)
	<b>Всего</b>	<b>345</b>	<b>4,06</b>	<b>14,59</b>	<b>13,14</b>	<b>307,69</b>	<b>0,48</b>	
<b>Завтрак 2</b>	фрукт	100	0,50	0,00	12,70	55,00	3,00	532(1-3)
	<b>Всего</b>	<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,00</b>	<b>12,70</b>	<b>55,00</b>	<b>3,00</b>	
<b>Обед</b>	Огурец свежий	20	0,16	0,02	0,50	2,80	0,54	120
	Щи из свежей капусты с картофелем	180	1,13	3,16	4,67	60,47	12,07	156(1-3)
	Курица в соусе с томатом	60	8,65	8,08	3,04	85,99	1,02	415(1-3)
	Пюре из гороха с маслом	110	9,73	0,54	1,98	123,00	0,00	427(1-3)
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,48	10,02	52,20	0,00	123(1-3)
	Компот из сухофруктов	150	0,42	0,00	20,55	83,88	0,11	522(1-3)
	<b>Всего</b>	<b>550</b>	<b>22,07</b>	<b>12,28</b>	<b>40,76</b>	<b>408,34</b>	<b>13,74</b>	
<b>Полдник</b>	Картофельное пюре	110	2,05	4,24	9,39	96,86	3,40	441(1-3)
	Бутерброд с маслом (20\5)	25	1,01	10,41	0,06	122,76	0,00	107(1-3)
	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	11,28	45,00	0,00	505(1-3)
	<b>Всего</b>	<b>285</b>	<b>3,06</b>	<b>14,65</b>	<b>20,73</b>	<b>264,62</b>	<b>3,40</b>	
	<b>Всего</b>	<b>0</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	
	<b>Итого за день</b>	<b>1280</b>	<b>29,69</b>	<b>41,52</b>	<b>87,33</b>	<b>1035,65</b>	<b>20,62</b>	



**2 неделя для детей раннего возраста (1-3)**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>ДЕНЬ 2</b>								
<b>Завтрак 1</b>	Рис припущенный	110	2,38	4,05	24,03	145,57	0,00	425(1-3)
	Бутерброд с сыром 20/5/10	35	5,01	8,16	7,42	123,14	0,11	105(1-3)
	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	11,28	45,00	0,00	505(1-3)
	<b>Всего</b>	<b>295</b>	<b>7,39</b>	<b>12,21</b>	<b>42,73</b>	<b>313,71</b>	<b>1,79</b>	
<b>Завтрак 2</b>	Сок	100	0,50	0,00	12,70	55,00	3,00	532
	<b>Всего</b>	<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,00</b>	<b>12,70</b>	<b>55,00</b>	<b>3,00</b>	
<b>Обед</b>	Рассольник ленинградский	180	1,50	3,86	9,19	88,08	8,53	148(1-3)
	Котлета куриная припущенная	60	7,62	11,94	5,40	132,69	0,55	422(1-3)
	Пюре картофельное	110	2,05	4,24	9,39	96,86	3,40	441(1-3)
	Салат из свеклы отварной	30	0,51	1,52	2,79	27,16	2,54	60(1-3)
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,00	52,20	0,00	123
	Напиток из шиповника	150	0,51	0,00	17,28	71,17	45,00	533(1-3)
	<b>Всего</b>	<b>560</b>	<b>14,17</b>	<b>21,92</b>	<b>54,05</b>	<b>468,16</b>	<b>60,02</b>	
<b>Полдник</b>								
	Каша пшеничная рассыпчатая	150	7,70	8,10	36,60	250,95	0,00	256
	Вафля	15	0,42	0,50	11,59	53,10	0,00	602
	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	11,28	45,00	0,00	505(1-3)
	<b>Всего</b>	<b>165</b>	<b>8,12</b>	<b>8,60</b>	<b>59,47</b>	<b>349,05</b>	<b>0,00</b>	
	<b>Всего</b>	<b>0</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	
	<b>Итого за день</b>	<b>1120</b>	<b>30,18</b>	<b>42,73</b>	<b>168,95</b>	<b>1185,92</b>	<b>64,81</b>	

**2 неделя для детей дошкольного возраста (1-3)**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>ДЕНЬ 3</b>								
<b>Завтрак 1</b>	Отварные рожки	150	3,68	4,15	22,56	146,9	0,00	432
	Бутерброд с маслом (20\5)	25	1,01	10,41	0,06	122,76	0,00	107(1-3)
	Чай с вареньем	150	0,00	0,00	11,28	45,00	0,00	505(1-3)
	Яйцо вареное	20					0,00	
	<b>Всего</b>	<b>345</b>	<b>4,69</b>	<b>14,56</b>	<b>33,90</b>	<b>#ЗНАЧ!</b>	<b>0,00</b>	
<b>Завтрак 2</b>	Яблоко	100	0,40	0,40	10,40	45,00	10,00	126
	<b>Всего</b>	<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>10,40</b>	<b>45,00</b>	<b>10,00</b>	
<b>Обед</b>	Солянка из птицы	180	4,93	7,35	2,62	96,44	2,04	150(1-3)
	Оладьи из печени	60	10,32	6,96	44993,00	137,16	0,00	408(1-3)
	Каша гречневая рассыпчатая	110	5,70	5,23	4,92	171,83	0,00	252(1-3)
	Перец свежий	20	0,33	0,06	1,14	7,20	0,81	120
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,48	10,02	52,20	0,00	123
	Компот из с\ф.	150	0,42	0,00	20,55	83,88	0,11	522(1-3)
	<b>Всего</b>	<b>550</b>	<b>23,68</b>	<b>20,08</b>	<b>45032,25</b>	<b>#ЗНАЧ!</b>	<b>2,96</b>	
<b>Полдник</b>	Кекс "Детский"	60	2,28	10,02	30,17	22,23	0,28	599(1-3)
	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	11,28	45,00	0,00	505(1-3)
	<b>Всего</b>	<b>310</b>	<b>2,28</b>	<b>10,02</b>	<b>41,45</b>	<b>67,23</b>	<b>0,28</b>	
	<b>Всего</b>	<b>0</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1305</b>	<b>31,05</b>	<b>45,06</b>	<b>45118,00</b>	<b>#ЗНАЧ!</b>	<b>13,24</b>	





	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	11,28	45,00	0,00	505(1-3)
	<b>Всего</b>	<b>300</b>	<b>6,30</b>	<b>6,40</b>	<b>35,28</b>	<b>244,00</b>	<b>3,20</b>	
	<b>Всего</b>	<b>0</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	
	<b>Итого за день</b>	<b>1325</b>	<b>31,75</b>	<b>15273,5</b> <b>3</b>	<b>#ЗНАЧ!</b>	<b>1213,56</b>	<b>25,29</b>	