

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ «ДС № 11
 «Кораблик»
 Сосна А.Н.
 Приказ № 014/143 от 23.05.2018г



**Перспективное десятидневное
 Летне-осеннее меню**
 для детей в возрасте от 2-х до 3-х лет

МБДОУ «ДС № 11 «Кораблик»
 Пребывание детей 10.5 часов

		161,25	К
			1170
МБДОУ «ДС № 11 «Кораблик» - 3-х разовое питание			
	41,76	153,19	1123,2
	96 %	95 %	96 %
	(4%)	(3%)	(4%)

Десятидневное летне-осеннее меню на 2018 год
Утверждено советом по питанию/протокол № 15

Председатель комиссии	Зав.МБДОУ	А.Н.Сосна
Члены комиссии	Зав.Хоз	Л.М. Дидоренко
	Председатель ПК	С.Ю. Сеницкая
	Медсестра	А.В. Брюхно

Оплата за питание в день, согласно постановлению Администрации города Евпатории РК № 196-п от 30.01.2017
для детей дошкольного возраста составляет 76 руб. 80 коп

Фактическая стоимость питания детей дошкольного возраста при 3-х разовом питании составляет : 76руб. 80 коп.

В таблице представлены физиологические нормы, утвержденные постановлением главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013г № 26

	Б	Ж	У	К
Сад	44.25	43.5	161.25	1170

И фактические нормы питания детей в МБДОУ «ДС № 11 «Кораблик» 3-х разовом питании

	Б	Ж	У	К
САД	42.03	41.76	153.19	1123.2
	95%	96 %	95 %	96 %
	(5%)	(4%)	(5%)	(4%)

Председатель комиссии	Зав.МБДОУ	А.Н.Сосна
Члены комиссии	Зав.Хоз	Л.М. Дидоренко
	Председатель ПК	С.Ю. Сеницкая
	Медсестра	А.В. Брюхно

	№ рецептуры	Наименования блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамин С
				Б	Ж	У		
Завтрак	94	Суп молочный пшённый	180	4.93	6.53	39.49	218.62	0.83
	395	Какао с молоком	150	3.15	2.71	12.96	88.99	1.2
	1	Бутерброд с маслом сливочным	23\5	1.84	5.66	10.97	102	0
2 завтрак	368	Сок	150	1.05	0.3	17.10	75.0	11.10
		Итого за завтрак		10.97	15.20	80.52	484.61	13.13
Обед	81	Суп картофельный гороховый	180	3.69	3.85	11.61	95.94	4.19
	282	Котлета рубленая	50	7.76	5.89	8.03	115.83	0.07
	321	Пюре картофельное	100	2.04	3.2	13.63	91.50	12.11
	20	Салат из свеклы	45	0.63	2.74	3.76	42.25	4.3
	376	Компот из сушённых фруктов	150	0.33	0.02	20.82	84.75	0.3
		Хлеб ржаной	25	1.65	0.3	8.35	43.33	0
		Хлеб пшеничный	25	3.29	0.42	55.42	72.50	0
		Итого за обед		19.39	16.42	121.62	546.10	20.97
Полдник	393	Чай с лимоном	150	0.08	0	10.35	40.5	0.84
	229	Вареники ленивые	80\5	15.40	7.60	37.10	208.0	13.39
	795	Молоко сгущённое	20	0.77	1.72	8.63	53.75	0.19
		Итого за полдник		16.25	9.32	56.08	302.25	14.42
		Итого за день		46.61	40.94	258.22	1332.96	48.52

	№ рецептуры	Наименования блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамин С
				Б	Ж	У		
Завтрак	94	Суп молочный пшеничный	180	4.93	6.53	39.49	218.62	0.83
	392	Чай с сахаром	150	0.05	0.02	8.33	33.33	0.03
	1	Бутерброд с маслом сливочным	23\5	1.84	5.66	10.97	102	0
2 завтрак		Фрукта свежая	150	1.25	0.42	17.50	79.17	15
		Итого за завтрак		8.07	12.63	76.29	433.12	15.86
Обед	34	Овощи по сезону	60	0.45	0.08	1.43	2.4	2.4
	57	Борщ с капустой и картофелем	180	1.31	3.53	9.18	73.8	7.4
		Сметана	7	0.20	1.4	0.25	14.35	0.02
	247	Мясо тушённое с овощами	160	15.24	12.49	10.38	214.59	3.48
	376	Компот из свежих фруктов	150	0.12	0.12	17.91	73.20	1.29
		Хлеб ржаной	25	1.65	0.3	8.35	43.33	0
		Хлеб пшеничный	25	3.29	0.42	55.42	72.50	0
		Итого за обед		22.26	17.92	102.92	494.17	14.59
Полдник	216	Омлет натуральный	60	4.35	4.58	4.65	70.20	0.14
	266	Икра кабачковая	40	0.76	3.56	3.08	47.60	2.8
		Хлеб ржаной	25	1.65	0.3	8.35	43.33	0
	393	Чай с лимоном	150	0.08	0	10.35	40.5	0.84
			Итого за полдник		6.84	8.44	26.43	201.63
		Итого за день		37.17	38.99	205.64	1128.92	34.23

	№ рецептуры	Наименования блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамин С
				Б	Ж	У		
Завтрак	94	Суп молочный геркулесовый	180	4.93	6.53	39.49	218.62	0.83
	393	Молоко кипячённое	150	4.57	4.08	7.57	85	2.05
	3	Бутерброд с маслом и сыром	235\10	3.15	4.58	9.70	92.66	0.05
2 завтрак		Фрукта свежая	150	1.25	0.42	17.50	79.17	15
		Итого за завтрак		14.90	15.61	74.26	475.45	17.93
Обед	84	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	180\20	4.03	21.78	11.29	80.82	8.05
	321	Пюре картофельное	100	2.04	3.2	13.63	91.50	12.11
	258	Шницель рыбный натуральный	60	8.98	2.68	5.83	82.99	1.83
	13	Салат из свежих огурцов	30	0.23	1.83	0.71	20.19	2.85
	376	Компот из сушённых фруктов	150	0.33	0.02	20.82	84.75	0.3
		Хлеб ржаной	25	1.65	0.3	8.35	43.33	0
		Хлеб пшеничный	25	3.29	0.42	55.42	72.50	0
		Итого за обед		20.55	30.23	116.05	476.08	25.14
	Полдник	132	Капуста тушенная	100	1.98	3.71	9.49	79.0
		Хлеб ржаной	25	1.65	0.3	8.35	43.33	0
398		Напиток из шиповника	150	0.51	0.21	14.24	61.0	75
34		Овощи по сезону	60	0.45	0.08	1.43	2.4	2.4
		Итого за полдник		4.59	4.30	33.51	185.73	93.77
	Итого за день		40.04	50.14	223.82	1137.26	136.84	

	№ рецептуры	Наименования блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамин С
				Б	Ж	У		
Завтрак	94	Суп молочный манный	180	4.93	6.53	39.49	218.62	0.83
	392	Чай с сахаром	150	0.05	0.02	8.33	33.33	0.03
	1	Бутерброд с маслом сливочным	23\5	1.84	5.66	10.97	102	0
2 завтрак		Фрукта свежая	150	1.25	0.42	17.50	79.17	15
		Итого за завтрак		8.07	12.63	76.29	433.12	5.86
Обед	59	Борщ вегетарианский	200	2.18	4.76	10.94	95.40	14.20
		Сметана	7	0.20	1.4	0.25	14.35	0.02
	181	Каша ячневая	100\2	4.15	3.46	18.92	139.80	0
	104	Печень по-строгановски	61	8.8	3.5	2.2	74.00	0.32
	14	Салат из свежих помидоров с луком	45	0.5	2.78	2.12	35.82	9.15
	376	Компот из свежих фруктов	150	0.12	0.12	17.91	73.20	1.29
		Хлеб ржаной	25	1.65	0.3	8.35	43.33	0
		Хлеб пшеничный	25	3.29	0.42	55.42	72.50	0
		Итого за обед		20.89	16.74	116.11	528.40	24.98
	Полдник	458	Ватрушка с творогом	60	7.90	4.70	25.01	173.14
384		Кисель молочный	150	3.15	2.79	22.68	128.55	1.08
		Итого за полдник		11.05	7.49	47.69	301.69	1.12
		Итого за день		40.01	36.86	240.09	1263.21	31.96

	№ рецептуры	Наименования блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамин С
				Б	Ж	У		
Завтрак	94	Суп молочный ячневый	180	4.93	6.53	39.49	218.62	0.83
	395	Какао с молоком	150	3.15	2.71	12.96	88.99	1.2
	1	Бутерброд с маслом и сыром	23\5\10	3.15	4.58	9.70	92.66	0.05
2 завтрак	368	Сок	150	1.05	0.3	17.10	75.0	11.10
		Итого за завтрак		12.28	14.12	79.25	475.27	13.18
Обед	85	Суп картофельный с клёцками	180	1.48	2.23	9.05	62.28	4.14
	92	Рагу из овощей с кабачками	160	2.86	8.82	14.44	154.83	11.36
	305	Котлета куриная	60	9.43	9.65	9.98	164.0	0.5
	13	Салат из свежих огурцов	30	0.23	1.83	0.71	20.19	2.85
	376	Компот из сушённых фруктов	150	0.33	0.02	20.82	84.75	0.3
		Хлеб ржаной	25	1.65	0.3	8.35	43.33	0
		Хлеб пшеничный	25	3.29	0.42	55.42	72.50	0
		Итого за обед		19.27	23.27	118.77	601.88	19.15
Полдник	152	Сырники из творога	80	13.08	8.86	7.98	163.80	0.17
	393	Чай с лимоном	150	0.08	0	10.35	40.5	0.84
	795	Молоко сгущённое	20	0.77	1.72	8.63	53.75	0.19
		Итого за полдник		13.93	10.58	26.96	258.05	1.20
		Итого за день		45.48	47.97	224.98	1335.20	33.53

	№ рецептуры	Наименования блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамин С
				Б	Ж	У		
Завтрак	94	Суп молочный геркулесовый	180	4.93	6.53	39.49	218.62	0.83
	392	Чай с сахаром	150	0.05	0.02	8.33	33.33	0.03
	1	Бутерброд с маслом сливочным	23\5	1.84	5.66	10.97	102	0
2 завтрак	368	Сок	150	1.05	0.3	17.10	75.0	11.10
		Итого за завтрак		7.87	12.51	75.89	428.95	11.96
Обед	82	Суп картофельный с фасолью	180	3.69	3.85	11.61	95.94	4.19
	298	Голубцы ленивые	130	10.61	6.82	15.04	164.0	15.02
	354	Соус сметанный	15	0.21	0.75	0.88	11.11	0.01
	376	Компот из сушённых фруктов	150	0.33	0.02	20.82	84.75	0.3
		Хлеб ржаной	25	1.65	0.3	8.35	43.33	0
		Хлеб пшеничный	25	3.29	0.42	55.42	72.50	0
		Итого за обед		19.78	12.16	112.12	471.63	19.52
Полдник	49	Пудинг из творога с яблоком	70	9.52	7.46	10.24	146.30	0.93
	795	Соус молочный	30	1.28	2.28	11.5	71.67	0.25
		Ряженка	150	5.0	1.67	7.0	66.67	0.83
		Итого за полдник		15.80	11.41	28.74	284.64	2.01
		Итого за день		43.45	36.08	216.75	1185.22	33.49

	№ рецептуры	Наименования блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамин С
				Б	Ж	У		
Завтрак	94	Суп молочный пшённый	180	4.93	6.53	39.49	218.62	0.83
	392	Чай с сахаром	150	0.05	0.02	8.33	33.33	0.03
	1	Бутерброд с маслом сливочным	23\5	1.84	5.66	10.97	102	0
2 завтрак		Фрукта свежая	150	1.25	0.42	17.50	79.17	15
		Итого за завтрак		8.07	12.63	76.29	433.12	15.86
Обед	67	Щи из свежей капусты	180	1.26	3.51	6.10	61.02	13.30
		Сметана	7	0.20	1.4	0.25	14.35	0.02
	34	Овощи по сезону	60	0.45	0.08	1.43	2.4	2.4
	276	Жаркое по- домашнему	130	15.91	4.08	14.14	156.77	5.55
	376	Компот из свежих фруктов	150	0.12	0.12	17.91	73.20	1.29
		Хлеб ржаной	25	1.65	0.3	8.35	43.33	0
		Хлеб пшеничный	25	3.29	0.42	55.42	72.50	0
		Итого за обед		22.88	9.91	103.60	423.57	22.56
Полдник	448	Оладьи	80	4.23	6.77	22.85	168.92	0.20
	795	Молоко сгущённое	20	0.77	1.72	8.63	53.75	0.19
		Простокваша	150	5.0	1.67	7.0	66.67	0.83
		Итого за полдник		10.0	10.16	38.48	289.34	1.22
		Итого за день		40.95	32.70	218.37	1146.03	39.64

	№ рецептуры	Наименования блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамин С
				Б	Ж	У		
Завтрак	94	Суп молочный ячневый	180	4.93	6.53	39.49	218.62	0.83
	393	Молоко кипячённое	150	4.57	4.08	7.57	85.0	2.05
	3	Бутерброд с маслом и сыром	23\5\10	3.15	4.58	9.70	92.66	0.05
2 завтрак		Фрукта свежая	150	1.25	0.42	17.50	79.17	15
		Итого за завтрак		13.90	15.61	74.26	475.45	17.93
Обед	58	Борщ зелёный	180	2.63	4.12	9.49	85.5	17.82
		Сметана	7	0.20	1.4	0.25	14.35	0.02
	321	Пюре картофельное	100	2.04	3.2	13.63	91.50	12.11
	258	Шницель рыбный натуральный	60	8.98	2.68	5.83	82.99	1.83
	20	Салат из свежей капусты	40	0.76	2.03	3.46	39.36	13.98
	376	Компот из сушённых фруктов	150	0.33	0.02	20.82	84.75	0.3
		Хлеб ржаной	25	1.65	0.3	8.35	43.33	0
		Хлеб пшеничный	25	3.29	0.42	55.42	72.50	0
	Итого за обед		19.88	14.17	117.25	514.28	46.06	
Полдник	304	Плов из курицы	100	13.0	12.01	13.30	218.66	0.33
	34	Овощи по сезону	60	0.45	0.08	1.43	2.4	2.4
		Хлеб ржаной	25	1.65	0.3	8.35	43.33	0
	393	Чай с лимоном	150	0.51	0.21	14.24	61.0	75
		Итого за полдник		15.61	12.60	37.32	325.39	77.73
	Итого за день		49.39	42.38	228.83	1315.12	141.72	

	№ рецептуры	Наименования блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамин С
				Б	Ж	У		
Завтрак	94	Суп молочный манный	180	4.93	6.53	39.49	218.62	0.83
	392	Чай с молоком	150	2.65	2.32	11.31	76.99	1.18
	1	Бутерброд с маслом сливочным	23\5	1.84	5.66	10.97	102	0
2 завтрак		Фрукта свежая	150	1.25	0.42	17.50	79.17	15
		Итого за завтрак		10.67	14.93	79.27	476.78	17.01
Обед	75	Рассольник домашний	180	1.49	3.67	10.64	81.54	8.50
		Сметана	7	0.20	1.4	0.25	14.35	0.02
	181	Каша гречневая	100\2	7.08	4.61	32.23	198.92	0
	277	Гуляш из отварного мяса	80	10.31	8.15	2.62	125	0.55
	14	Салат из свежих помидоров с луком	45	0.44	2.76	1.67	33.39	7.54
	376	Компот из свежих фруктов	150	0.12	0.12	17.91	73.20	1.29
		Хлеб ржаной	25	1.65	0.3	8.35	43.33	0
		Хлеб пшеничный	25	3.29	0.42	55.42	72.50	0
		Итого за обед		24.58	21.01	129.09	642.23	17.90
Полдник	206	Макаронны отварные с сыром	130	8.04	8.67	19.68	188.93	0.11
	34	Овощи по сезону	60	0.45	0.08	1.43	2.4	2.4
		Хлеб ржаной	25	1.98	0.36	10.02	52.0	0
	398	Напиток из шиповника	150	0.61	0.25	17.08	73.21	90
		Итого за полдник		11.08	9.36	48.21	316.54	92.51
	Итого за день		46.33	45.30	256.57	1435.55	127.42	

	№ рецептуры	Наименования блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (Ккал)	Витамин С
				Б	Ж	У		
Завтрак	94	Суп молочный пшеничный	180	4.93	6.53	39.49	218.62	0.83
	395	Какао с молоком	150	3.15	2.71	12.96	88.99	1.2
	1	Бутерброд с маслом и сыром	23\5\10	3.15	4.58	9.70	92.66	0.05
2 завтрак	368	Сок	150	1.05	0.3	17.10	75.0	11.10
		Итого за завтрак		12.28	14.12	79.25	475.27	13.18
Обед	63	Борщ с фасолью и картофелем	180	2.56	3.67	10.46	85.14	4.54
	315	Рис отварной	100\2	2.43	3.58	24.46	139.8	0
	242	Рыба отварная	60	11.62	0.72	0.47	55.00	0.94
	13	Салат из свежих огурцов	30	0.23	1.83	0.71	20.19	2.85
	376	Компот из сушённых фруктов	150	0.33	0.02	20.82	84.75	0.3
		Хлеб ржаной	25	1.65	0.3	8.35	43.33	0
		Хлеб пшеничный	25	3.29	0.42	55.42	72.50	0
		Итого за обед		22.11	10.54	120.69	500.71	8.63
	Полдник	302	Птица тушённая в соусе с овощами	130	5.57	4.69	11.91	116.27
	34	Овощи по сезону	60	0.45	0.08	1.43	2.4	2.4
		Хлеб ржаной	25	1.65	0.3	8.35	43.33	0
	393	Чай с лимоном	150	0.51	0.21	14.24	61.0	75
		Итого за полдник		8.18	5.28	35.93	223.0	82.7
		Итого за день		42.57	29.94	235.87	1198.98	104.51

	№	Наименования блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность (Ккал)	Витамин С
				Б	Ж	У			
Завтрак									
2 завтрак									
		Итого за завтрак							
Обед									
			Итого за обед						
Полдник									
		Итого за полдник							
		Итого за день							

	№	Наименования блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность (Ккал)	Витамин С
				Б	Ж	У			
Завтрак									
2 завтрак									
		Итого за завтрак							
Обед									
			Итого за обед						
Полдник									
		Итого за полдник							
		Итого за день							

