

Согласовано:
Директор МБОУ

МБОУ Багдеевская СОШ
Чертук Ветчинина Т.В.



Утверждено
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
Коргоножко Е.Ю.



10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений с 10,5 часовым пребыванием, возрастной группы 1-3 года

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	2	1-3лет	1-3лет	1-3лет	1-3лет	1-3лет

Аскорбиновая кислота на 10 дней 2 грамма
Неделя 1/ день1

Завтрак

54-16к\2022н	каша молочная "Дружба" вязкая из риса и пшена	150	5,88	6,91	29,63	204,00
399\2017м	блинчики с молоком сгущенным 50/20	70	3,91	4,88	17,85	130,96
701\2010м	хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76
54-2гн\2022н	чай с сахаром	150	0,150	0,000	7,780	31,780
	Итого	390	11,52	11,99	64,92	413,50

2-ой Завтрак

338\2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	100	0,40	0,40	9,80	47,00

Обед

101\2004л	консервы закусочные (икра кабачковая)	30	0,810	1,410	4,36	33,5
54-1с\2022н	щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и птицей	155	2,17	4,09	5,59	68,32
295\2017м	котлеты рубленные из кур в соусе	70	7,46	7,38	10,89	138,05
171\2017м	каша рисовая рассыпчатая	110	2,710	3,520	26,770	149,23
54-5хн\2022н	компот и свежих плодов	150	0,2	0,1	7,7	31,9
702\2010 м	хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,86
701\2010м	хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76
	Итого	555	16,05	16,92	74,85	513,62

Полдник

429\2017м	булочка веснушка	50	3,90	3,90	23,90	139,00
54-3гн\2022н	чай с сахаром и лимоном	150	0,22	0	7,93	32,64
	Итого	200	4,12	3,90	31,83	171,64
	Всего	1245	32,09	33,21	181,40	1145,76
	Норма по СанПин 75%+- 5%		29,4-33,6	32,9-37,6	142,1-162,4	980-1120

Согласовано: *МБОУ Багалевакандуш*
 Директор МБОУ *Семья Семинчук*



10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений с 10,5 часовым пребыванием, возрастной группы 1-3 года

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	2	1-3лет	1-3лет	1-3лет	1-3лет	1-3лет

Неделя 1/ день 2

Завтрак

182\2017м	каша рисовая молочная жидкая маслом и сахаром	150	3,90	4,10	21,50	138,40
3\2017	бутерброд с сыром	50	5,13	6,88	16,97	150,32
54-3гн\2022н	чай с сахаром и лимоном	150	0,22	0	7,93	32,64
	Итого	350	9,25	10,98	46,40	321,36

2-ой Завтрак

п.т	кисломолочный продукт	100	4,35	4,80	6,00	75,00
	Итого	100	4,35	4,80	6,00	75,00

Обед

47\2017	капуста квашеная с растительным маслом	30	0,51	1,5	2,54	25,71
54-7с\2022н	суп картофельный с макаронными изделиями с птицей	155	3,83	4,33	13,87	109,81
246\2017	гуляш из мяса птицы	70	6,68	7,47	2,10	102,35
171\2017	каша гречневая рассыпчатая	110	5,58	4,23	24,37	158,23
54-1хн\2022н	компот из сухофруктов	150	0,38	0,00	14,85	60,90
702\2010 м	хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,86
701\2010м	хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76
	Итого	555	19,68	17,95	77,27	549,62

Полдник

406\2017м	пирожок с картошкой	50	3,15	1,82	20,46	111,00
389\2017м	сок фруктовый яблочный	150	0,75	0,00	15,15	62,10
	Итого	200	3,90	1,82	35,61	173,10
	Всего	1205	37,18	35,55	165,28	1119,08
	Норма по СанПин 75%+- 5%		29,4-33,6	32,9-37,6	142,1-162,4	980-1120

Согласовано: МБОУ Белосельская СОШ
 Директор МБОУ *Демин*



10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений с 10,5 часовым пребыванием, возрастной группы 1-3 года

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	2	1-3лет	1-3лет	1-3лет	1-3лет	1-3лет

Неделя 1/ день 3

Завтрак

182\2017м	каша манная жидкая молочная с сахаром и маслом	150	4,00	4,30	19,00	130,70
1\2017м	бутерброд с маслом	35	2,42	3,13	9,802	119
701\2010м	хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76
54-45гн\2022н	чай каркаде	150	0,12	0,06	6,64	22,56
	Итого	355	8,12	7,69	45,10	319,02

2-ой Завтрак

338\2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	100	0,40	0,40	9,80	47,00

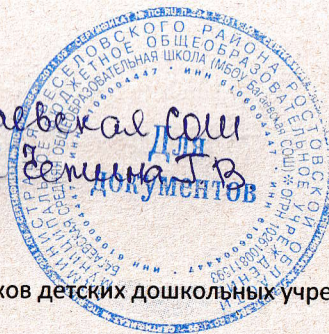
Обед

53-3з\2022н 70\2017м	овощи по сезону в нарезке (помидор)	30	0,35	0,05	1,15	6,4
101\2017м	суп картофельный с крупой (пшено) с птицей	150	3,42	2,15	7,59	66,54
54-3м\2022н	голубцы ленивые	70	9,100	10,640	9,330	169,63
203\2017м	макароны отварные с маслом	110	3,960	3,600	24,050	144,32
54-4хн\2022н	компот из изюма	150	0,3	0,075	13,8	56,85
702\2010 м	хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,86
701\2010м	хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76
	Итого	550	19,83	16,94	75,46	536,36

Полдник

406\2017м	пирожок с повидлом	50	2,75	2,50	29,61	152,00
54-21гн\2022н	какао с молоком	150	3,5	2,7	9,5	75,3
	Итого	200	6,25	5,20	39,11	227,30
	Всего	1205	34,60	30,23	169,47	1129,68
	Норма по СанПин 75%+- 5%		29,4-33,6	32,9-37,6	142,1-162,4	980-1120

Согласовано: МБОУ Балабевская СОШ
 Директор МБОУ *Чемкина Т.В.*



10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений с 10,5 часовым пребыванием, возрастной группы 1-3 года

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	2	1-3лет	1-3лет	1-3лет	1-3лет	1-3лет

Неделя 1/ день 4

Завтрак

183\2017м	каша гречневая молочная жидкая с сахаром и маслом	150	5,3	4,4	20	140,5
2\2017м	бутерброд с повидлом	50	2,77	4,38	32,11	178,94
54-2гн\2022н	чай с сахаром	150	0,150	0,000	7,780	31,780
	Итого	350	8,22	8,78	59,89	351,22

2-ой Завтрак

389\2017м	сок фруктовый яблочный	150	0,75	0,00	15,15	62,10
	Итого	150	0,75	0,00	15,15	62,10

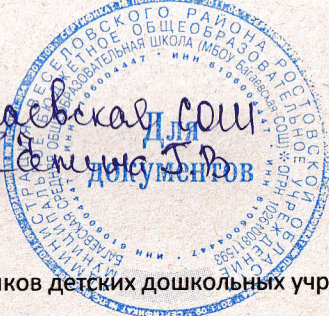
Обед

54-13з\2022н	свекла отварная с растительным маслом	30	0,43	1,40	2,30	22,80
54-17с\2022н	суп овощной со сметаной с птицей	155	1,24	2,48	10,65	69,95
229\2017м	рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	70	11,55	6,23	5,25	123,62
128\2017м	картофельное пюре	110	2,17	6,41	12,59	121
54-5хн\2022н	компот и свежих плодов	150	0,2	0,1	7,7	31,9
702\2010 м	хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,86
701\2010м	хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76
	Итого	555	18,29	17,04	58,03	461,89

Полдник

440\2017м	булочка творожная	50	6,54	3,03	19,34	131,00
385\2017м	молоко кипяченое	150	4,35	3,75	7,20	80,25
	Итого	200	10,89	6,78	26,54	211,25
	Всего	1255	38,15	32,60	159,61	1 086,46
	Норма по СанПин 75%+- 5%		29,4-33,6	32,9-37,6	142,1-162,4	980-1120

Согласовано: МБОУ Багдеевская СОШ
 Директор МБОУ *Смирнов*



10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений с 10,5 часовым пребыванием, возрастной группы 1-3 года

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	2	1-3лет	1-3лет	1-3лет	1-3лет	1-3лет

Неделя 1/ день 5

Завтрак

182\2017м	каша молочная жидкая ячневая, с маслом и	150	4,40	4,70	20,40	142,00
209\2017м	яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00
701\2010м	хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76
379\2017м	кофейный напиток	150	2,85	2,34	10,45	69,75
	Итого	360	13,91	11,84	40,79	321,51

2й завтрак

338\2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	100	0,40	0,40	9,80	47,00

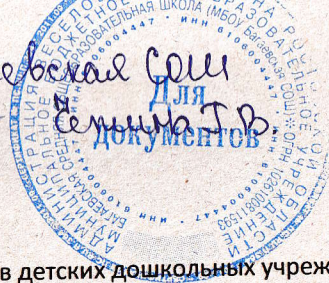
Обед

54-2з\2022н 70\2017м	овощи по сезону в нарезке(огурцы)	30	0,22	0,05	0,75	4,25
54-3с\2022н	рассольник ленинградский (перловка) на курином бульоне со сметаной	155	3,67	4,35	10,12	94,14
291\2017м	плов из птицы	180	13,68	14,22	32,52	223,02
54-1хн\2022н	компот из сухофруктов	150	0,38	0,00	14,85	60,90
702\2010 м	хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,86
701\2010м	хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76
	Итого	555	20,65	19,04	77,78	474,93

Полдник

406\2017м	пирожок с яблоком	50	2,88	1,24	23,94	118,00
54-2гн\2022н	чай с сахаром	150	0,150	0,000	7,780	31,780
	Итого	200	3,03	1,24	31,72	149,78
	Всего	1215	37,99	32,52	160,09	993,22
	Норма по СанПин 75%+- 5%		29,4-33,6	32,9-37,6	142,1-162,4	980-1120

Согласовано: МБОУ Балаевская СОШ
 Директор МКОУ *Читру*



10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений с 10,5 часовым пребыванием, возрастной группы 1-3 года

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет.
			Б	Ж	У	ценность
			1-3лет	1-3лет	1-3лет	1-3лет
1	2	1-3лет	1-3лет	1-3лет	1-3лет	

Неделя 2 / день 6

Завтрак

182\2017м	каша манная жидкая молочная с сахаром и	150	4,00	4,30	19,00	130,70
399\2017м	блинчики с молоком сгущенным 50/20	70	3,91	4,88	17,85	130,96
701\2010м	хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76
54-2гн\2022н	чай с сахаром	150	0,150	0,000	7,780	31,780
	Итого	390	9,64	9,38	54,29	340,20

2-ой Завтрак

338\2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	100	0,40	0,40	9,80	47,00

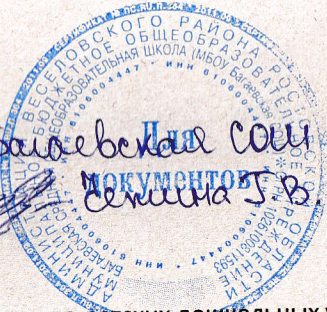
Обед

53-3з\2022н 70\2017м	овощи по сезону в нарезке (помидор)	30	0,35	0,05	1,15	6,4
54-25с\2022н	суп картофельный с бобовыми (горох)с птицей	150	3,29	3,16	9,92	88,95
54-3м\2022н	голубцы ленивые	70	9,100	10,640	9,330	169,63
203\2017м	макароны отварные с маслом	110	3,960	3,600	24,050	144,32
54-5хн\2022н	компот и свежих плодов	150	0,2	0,1	7,7	31,9
702\2010 м	хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,86
701\2010м	хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76
	Итого	550	19,60	17,97	71,69	533,82

Полдник

410\2017м	ватрушка творожная	50	6,15	3,65	19,45	134,66
54-3гн\2022н	чай с сахаром и лимоном	150	0,22	0	7,93	32,64
	Итого	200	6,37	3,65	27,38	167,30
	Всего	1240	36,01	31,40	163,16	1088,32
	Норма по СанПин 75%+- 5%		29,4-33,6	32,9-37,6	142,1-162,4	980-1120

Согласовано: МБОУ Балаевская ДНЦ СОУ
 Директор МБОУ *Семин* **Документ № 58**



10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений с 10,5 часовым пребыванием, возрастной группы 1-3 года

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет.
			Б	Ж	У	ценность
1	2	1-3лет	1-3лет	1-3лет	1-3лет	1-3лет

Неделя 2 / день 7

Завтрак

54-16к\2022н	каша молочная "Дружба" вязкая из риса и пшена	150	5,88	6,91	29,63	204,00
2\2017м	бутерброд с повидлом	50	2,77	4,38	32,11	178,94
54-3гн\2022н	чай с сахаром и лимоном	150	0,22	0	7,93	32,64
	Итого	350	8,87	11,29	69,67	415,58

2-ой Завтрак

п.т	кисломолочный продукт	100	4,35	4,80	6,00	75,00
	Итого	100	4,35	4,80	6,00	75,00

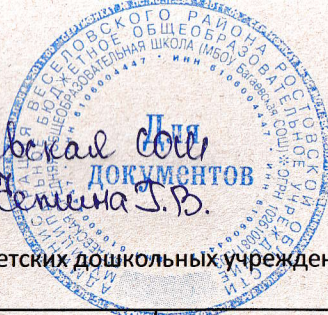
Обед

54-13з\2022н	свекла отварная с растительным маслом	30	0,43	1,40	2,30	22,80
54-28с\2022н	борщ с капустой картофелем со сметаной	155	3,33	3,47	6,98	77,34
295\2017м	котлеты рубленные из кур	70	7,46	7,38	10,89	138,05
128\2017м	картофельное пюре	110	2,17	6,41	12,59	121
54-1хн\2022н	компот из сухофруктов	150	0,38	0,00	14,85	60,90
702\2010 м	хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,86
701\2010м	хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76
	Итого	555	16,47	19,08	67,15	512,71

Полдник

429\2017м	булочка веснушка	50	3,90	3,06	23,90	139,00
389\2017м	сок фруктовый яблочный	150	0,75	0,00	15,15	62,10
	Итого	200	4,65	3,06	39,05	201,1
	Всего	1205	34,34	38,23	181,87	1204,39
	Норма по СанПин 75%+- 5%		29,4-33,6	32,9-37,6	142,1-162,4	980-1120

Согласовано: МБОУ Балаевская СОШ
 Директор МКОУ *Генерал* *Генерал* *Генерал*
 Директор МКОУ *Генерал* *Генерал* *Генерал*



10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений с 10,5 часовым пребыванием, возрастной группы 1-3 года

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
1	2	1-3лет	1-3лет	1-3лет	1-3лет	1-3лет

Неделя 2 / день 8

Завтрак

182\2017м	каша молочная жидкая пшеничная с сахаром и	150	4,40	4,70	20,40	142,00
1\2017м	бутерброд с маслом	35	2,42	3,13	9,802	119
701\2010м	хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76
54-45гн\2022н	чай каркаде	150	0,12	0,06	6,64	22,56
	Итого	355	8,52	8,09	46,50	330,32

2-ой Завтрак

389\2017м	сок фруктовый яблочный	150	0,75	0,00	15,15	62,10
	Итого	150	0,75	0,00	15,15	62,10

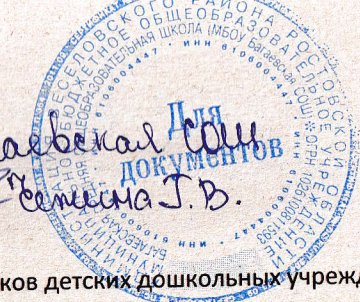
Обед

53-3з\2022н	овощи по сезону в нарезке (помидор)	30	0,35	0,05	1,15	6,4
70\2017м	суп картофельный с крупой (пшено) с птицей	150	3,42	2,15	7,59	66,54
279\331\2017м	тефтели с рисом запеченные в соусе	80	5,56	12,88	9,28	178,4
171\2017	каша гречневая рассыпчатая	110	6,08	4,62	26,40	171,38
54-13хн\2022н	напиток из шиповника	150	0,45	0,15	11,4	48,98
702\2010 м	хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,86
701\2010м	хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76
	Итого	560	18,56	20,27	75,36	564,32

Полдник

406\2017м	пирожок с картошкой	50	3,15	1,82	20,46	111,00
385\2017м	молоко кипяченое	150	4,35	3,75	7,20	80,25
	Итого	200	7,50	5,57	27,66	191,25
	Всего	1265	35,33	33,93	164,67	1147,99
	Норма по СанПин 75%+ - 5%		29,4-33,6	32,9-37,6	142,1-162,4	980-1120

Согласовано: *МБОУ Балаевская СОШ*
 Директор МКОУ *Степина Т.В.*



10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений с 10,5 часовым пребыванием, возрастной группы 1-3 года

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
			1-3лет	1-3лет	1-3лет	
1	2	1-3лет	1-3лет	1-3лет	1-3лет	1-3лет

Неделя 2 / день 9

Завтрак

182\2017	каша молочная овсяная жидкая с маслом и	150	5,1	5,60	18,50	144,50
3\2017	бутерброд с сыром	50	5,13	6,88	16,97	150,32
54-2гн\2022н	чай с сахаром	150	0,150	0,000	7,780	31,780
	Итого	350	10,38	12,48	43,25	326,60

2-ой Завтрак

338\2017м	фрукт свежий (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	Итого	100	0,40	0,40	9,80	47,00

Обед

54-2з\2022н 70\2017м	овощи по сезону в нарезке(огурцы)	30	0,22	0,05	0,75	4,25
54-7с\2022н	суп картофельный с макаронными изделиями с птицей	155	3,83	4,33	13,87	109,81
54-9м\2022н	жаркое по домашнему	150	15,10	14,00	12,90	238,50
54-4хн\2022н	компот из изюма	150	0,3	0,075	13,8	56,85
702\2010 м	хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,86
701\2010м	хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76
	Итого	525	22,15	18,88	60,86	502,03

Полдник

440\2017м	булочка творожная	50	6,54	3,03	19,34	131,00
54-21гн\2022н	какао с молоком	150	3,5	2,7	9,5	75,3
	Итого	200	10,04	5,73	28,84	206,3
	Всего	1175	42,97	37,49	142,75	1 081,93
	Норма по СанПин 75%+- 5%		29,4-33,6	32,9-37,6	142,1-162,4	980-1120

Согласовано: *МБОУ Балаевская СОШ*
 Директор МКОУ *Семин*



10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений с 10,5 часовым пребыванием, возрастной группы 1-3 года

№ рец. по сбор.	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества/г/			Энергет.
			Б	Ж	У	ценность
1	2	1-3лет	1-3лет	1-3лет	1-3лет	1-3лет

Неделя 2 / день 10

Завтрак

188\2017м	запеканка рисовая с творогом с молоком сгущенным	170	9,36	6,33	49,86	320,04
1\2017м	бутерброд с маслом	35	2,42	3,13	9,802	119
54-3гн\2022н	чай с сахаром и лимоном	150	0,22	0	7,93	32,64
	Итого	355	12	9,46	67,592	471,68

2-ой Завтрак

п.т	кисломолочный продукт	100	4,35	4,80	6,00	75,00
	Итого	100	4,35	4,80	6,00	75,00

Обед

54-20з\2022н	консервы закусочный(зеленый горошек)	30	0,85	0,05	1,75	11,05
54-20с\2022н	суп картофельный с рыбой	150	4,78	2,85	11,70	91,59
289\2017м	рагу с птицей	180	11,61	14,13	29,36	291,04
54-1хн\2022н	компот из сухофруктов	150	0,38	0,00	14,85	60,90
702\2010 м	хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	45,86
701\2010м	хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76
	Итого	550	20,32	17,45	77,20	547,20

Полдник

406\2017м	пирожок с яблоком	50	2,88	1,24	23,94	118,00
54-2гн\2022н	чай с сахаром	150	0,150	0,000	7,780	31,780
	Итого	200	3,03	1,24	31,72	149,78
	Всего	1205	39,70	32,95	182,51	1243,66

	Всего за 10 дней		368,34	338,10	1670,82	11240,49
	Средний суточный рацион		36,83	33,81	167,08	1124,05
	Норма по СанПин 75%+- 5%		29,4-33,6	32,9-37,6	142,1-162,4	980-1120