

Утверждаю  
Заведующий МКДОУ Антиповский дс

Курдюкова А.И./  
13.05.2019г



Приложение №1  
 Норма употребления продуктов питания  
 на 1 ребенка в день (с 1,5 лет до 3-х лет) для детей  
 с дневным пребыванием 10,5 час.

Продукты	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	Итого за 1 день на 1 реб		Цена	
Мясо	102									102	102	30,6	47,9	
Птица		34,6		34,6	34,6		34,6		34,6			17,3		
Консервы рыбные			30			30						6	36,0	
Рыба			75	75		75		75				30,0		
Масло сл.	13,5	13,5	13,5	13,5	13,5	13,5	13,5	13,5	13,5	13,5		13,5		
Масло раст.	6,8	6,8	6,8	6,8	6,8	6,8	6,8	6,8	6,8	6,8		6,8		
Молоко пит.у/п	280	230	520	200	305	205	35	205	310	340		263		
Молоко конц	38	33	66	23	38	31	10	20	42	49		35		
Молоко сг. с сах.										20		2		
Снежок /Молоко		150						150				30		
Сметана 15%	17	17				17	17					6,8		
Творог 9%	56,25	56,25				56,25	56,25					22,5		
Сыр		8		8			8			8		3,2		
Яйцо	0,275	0,35	0,175	0,1	0,35	0,3	0,35	1,25	0,25	0,4		0,38		
Мука	17	14		14	30	25	40	7	10	31		18,8		
Кисель	7,5								7,5			1,5		
Вермишель	21					13		5	21			6		
Гречка			9,5							9,5		1,9		
Рис	10		3	25				3				4,1		
Пшено		10				3		21		7		4,1		
Геркулес					10							1,0		
Горох					7							0,7		
Фасоль	7											0,7	22,5	
Перловка			3							3		0,6		
Ячка				13,5								1,35		
Пшеничная									13,5			1,35		
Манка	3	30	10			3			21			6,7		
Сахар	28	28	28	28	28	28	28	28	28	28		28,0		
Кондит. изд.												2		
Повидло							20					6,8		
Сухофрукты	6,8	6,8	6,8	6,8	6,8	6,8	6,8	6,8	6,8	6,8		6,8		
Картофель														
(с01.09.-31.10.) 25%	80	72	248	72	168	80	248	80	72	80		120		
(с31.10.-31.12.) 30%	86	78	266	78	180	86	266	86	78	86		129		
(с31.12.-28.02.) 35%	90	85	290	85	195	90	290	90	85	90		139		
(с29.02.-01.09.) 40%	100	90	310	90	210	100	310	100	90	100		150		
Капуста		80		200	120	200	80		80	80		84		
Лук	30	30	30	30	30	30	30	30	40	40		32	192	
Морковь	30	30	30	30	30	30	30	224	30	20		48,4		
Свекла		40								200		24		
Томат	6	3			6	6	3		6			3,6		
Дрожжи					1,5		1,5					0,3		
Хлеб бел.	25	30	30	30	25	25	25	30	30	25		27,5		
Хлеб рж.	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30		30		
Батон	20	15	15	15	20	20	20	15	15	20		17,5		
Сок	75	75	75	75	75	75	75	75	75	75		75		
Какао			2						2			0,4		
Кофе	2				2			2		2		0,8		
Чай		0,44	0,44	0,44	0,44	0,44	0,44	0,44	0,44	0,44		0,4		
Соль	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3		3		

Утверждаю  
Заведующий МКДОУ Антиповский дс  
/Курдюкова А.И./  
13.05.2019.



Приложение №2  
Норма употребления продуктов питания  
на 1 ребенка в день (с 1,5 до 3 лет) для детей  
с дневным пребыванием 10,5 час.

№ дня	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
I	42,48	40,0	160,22	1158,39
II	45,02	48,26	161,38	1265,06
III	49,5	42,02	167,2	1230,32
IV	47,29	36,44	150,13	1104,19
V	38,97	33,69	161,6	1100,32
VI	41,61	38,43	149,82	1100,34
VII	40,2	42,16	201,54	1339,45
VIII	47,45	30,61	141,21	1024,54
IX	35,54	37,47	168,04	1103,35
X	45,2	38,83	166,21	1234,57
Итого:	43	39	163	1166





Утверждаю:  
Заведующий МКДОУ Антиповский дс  
Курдюкова А.И./

13.05.2019.

Приложение № 3  
 Норма употребления продуктов питания  
 на 1 ребенка в день (с 1,5 лет до 3-х лет) для детей  
 с дневным пребыванием 10,5 час.

И день	II день	III день	IV день	V день
Завтрак Каша рисовая молочная Кисель	Завтрак Каша пшеничная молочная Чай Батон Сыр	Завтрак Каша манная молочная Какао Батон	Завтрак Каша ячневая молочная Чай Батон Сыр	Завтрак Каша геркулесовая молочная Чай Батон
II завтрак Сок	II завтрак Сок	II завтрак Сок	II завтрак Сок	II завтрак Сок
Обед Суп картофельный с фасолью на к/ б-не Котлеты рубленые в том. соусе Макаронны отварные Компот из с/ф Хлеб белый Хлеб ржаной	Обед Борщ на кур. б- не со сметаной Маннны зразы с курицей Компот из с/ф Хлеб белый Хлеб ржаной	Обед Уха из рыбных консервов Картофельное пюре Тефтели рыбные Компот из с/ф Хлеб белый Хлеб ржаной	Обед Суп – лапша домашняя на кур. б-не Плов из птицы Компот из с/ф - Хлеб белый Хлеб ржаной	Обед Суп гороховый на кур. б-не Рагу овощное с курицей Компот из с/ф Хлеб белый Хлеб ржаной
Полдник Сырники творожные со сметанной подливой Кофейный напиток Батон	Полдник Пудинг из творога со сметанным соусом Снежок/Молоко Хлеб белый	Полдник Суп гречневый молочный Чай Хлеб белый	Полдник Рыба отварная Капуста тушеная Чай Хлеб белый	Полдник Булочка молочная Кофейный напиток

VI день	VII день	VIII день	IX день	X день
Завтрак Вермишель в молоке Чай	Завтрак Творожная запеканка со сметанным соусом Чай Батон Сыр	Завтрак Омлет Чай с молоком Батон	Завтрак Каша пшеничная молочная Какао Батон	Завтрак Каша молочная из разных круп Чай Батон Сыр
II завтрак Сок	II завтрак Сок	II завтрак Сок	II завтрак Сок	II завтрак Сок
Обед Суп картофельный с крупой с рыбными консервами Капуста тушеная Котлета рыбная Компот из с/ф Хлеб белый Хлеб ржаной	Обед Суп овощной на кур. б-не Жаркое по- домашнему с курицей Компот из с/ф Хлеб белый Хлеб ржаной	Обед Суп вермишелевый на к/б-не Тефтели мясные Морковь тушеная Компот из с/ф Хлеб белый Хлеб ржаной	Обед Щи на кур. б-не Вермишель отварная Котлеты из курицы Компот из с/ф Хлеб белый Хлеб ржаной	Обед Суп крестьянский на м/к б-не Суфле мясное Свекла тушеная Компот из с/ф Хлеб белый Хлеб ржаной
Полдник Вареники ленивые со сметанной подливой Чай Батон	Полдник Ватрушка с повидлом Снежок/Молоко	Полдник Пшено отварное Котлета рыбная Кофейный напиток Хлеб белый	Полдник Биточки манные с киселем Чай Хлеб белый	Полдник Блины со сгущенным молоком Кофейный напиток



1 день (для детей с 1,5 лет до 3-х лет)

№ реп	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав дс				Выход
			Б	Ж	У	К	
	<b>I завтрак</b>						
302	Каша рисовая молочная						200
	рис	10	0,70	0,06	7,73	32,30	
	молоко у/п пит./конц	200/23	6,0/1,70	6,41/1,79	9,4/2,07	120,0/31,28	
	масло слив.	4	0,032	2,9	0,052	26,44	
	сахар	5	-	-	4,99	18,7	
648	Кисель	7,5	0,007	-	6,9	27,63	180
	Сахар	5	-	-	4,99	18,7	
	<b>II завтрак</b>						
707	Сок	75	-	-	8,625	34,5	75
			6,74	9,36	42,69	278,27	
	<b>Обед</b>						
139	Суп картофельный с фасолью на к/б						200
	картофель(с01.09.-31.10.)	80/60	1,12	-	11,04	46,48	
	(с31.10.-31.12.)	86/60	1,20	-	11,87	49,97	
	(с31.12.-28.02.)	90/60	1,26	-	12,42	52,29	
	(с29.02.-01.09.)	100/60	1,40	-	13,80	58,10	
	мясо	30/21	4,23	1,47	-	30,24	
	курица	14,6/12,85	2,34	2,04	-	27,74	
	томат	3	0,11	-	0,35	1,89	
	лук	20/18	0,30	-	1,72	7,74	
	морковь	20/16	0,20	-	1,12	5,28	
	фасоль	7	1,56	0,12	3,81	21,63	
	масло слив	2,5	0,02	1,81	0,032	16,52	
	масло раст.	2,8	-	2,80	-	25,17	
451	Котлеты рубленые в том. соусе						50
	мясо	72/50,4	8,26	2,87	-	59,07	
	курица	20/17,6	3,2	2,8	-	38,0	40
	лук	10/9	0,15	-	0,86	3,87	
	морковь	10/8	0,10	-	0,56	2,64	
	яйцо	1/8	0,015	0,014	0,0008	0,20	
	томат	3	0,11	-	0,35	1,89	
	масло раст.	2	-	2,0	-	17,98	
332	Макароны отварные						105
	макароны	21	2,18	0,19	15,79	69,72	
	масло слив.	4	0,032	2,9	0,052	26,44	
639	Компот из с/ф						180
	сухофрукты	6,8	0,11	-	4,39	18,60	
	сахар	6	-	-	5,99	22,44	
	хлеб белый	25	2,0	0,25	12,25	60,0	25
	хлеб ржаной	30	1,5	0,3	13,2	63,0	30
			22,14	14,72	72,89	506,61	
	<b>Подник</b>						
359	Сырники творожные со сметанной подливой						130
	творог	56,25	6,75	5,06	1,86	79,31	
	сметана	17	0,46	2,55	0,61	30,6	
	сахар	6	-	-	5,99	22,44	
	мука	17	1,80	0,22	12,44	55,93	
	манка	3	0,34	0,021	2,20	9,78	
	масло слив.	3	0,024	2,175	0,039	19,83	
	масло раст.	2	-	2,0	-	17,98	
	яйцо	0,15	0,019	0,017	0,0011	0,23	
	молоко у/п пит./конц.	5/5	0,15/0,37	0,16/0,39	0,23/0,45	3,0/6,8	
692	Кофейный напиток	2,0	0,26	0,072	1,328	7,0	180
	сахар	6	-	-	5,99	22,44	
	молоко у/п пит./конц.	75/10	2,4/0,74	2,25/0,78	3,52/0,9	45,0/13,6	
	Батон	20	1,4	1,4	10,4	60	20
			13,6	15,92	44,64	373,51	
	<b>Итого за день</b>		42,48	40,0	160,22	1158,39	



II день (для детей с 1.5 лет до 3-х лет)

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
	<b>I завтрак</b>						
299	Каша пшеничная молочная						200
	молоко у/п пит./конц.	200/23	6,0/1,70	6,4/1,79	9,4/2,07	120,0/31,28	
	пшено	10	1,2	0,29	6,33	33,40	
	масло слив.	4	0,032	2,9	0,052	26,44	
	сахар	5	-	-	4,99	18,7	
685	Чай						180
	чай	0,44	-	-	-	-	
	сахар	6	-	-	5,99	22,44	
3	Батон	15	1,05	1,05	7,8	45,0	15
	сыр	8	2,14	2,18	-	28,88	8
	<b>II завтрак</b>						
707	Сок	75	-	-	8,625	34,5	75
			10,42	12,82	43,19	329,36	
	<b>Обед</b>						
109	Борщ на кур. б-не со сметаной						200
	сметана 15%	5	0,135	0,75	0,18	9,0	
	курица	14,6/12,85	2,34	2,04	-	27,74	
	картофель (с01.09-31.10.)	72/54	1,01	-	9,94	41,83	
	(с31.10.-31.12.)	78/55	1,09	-	10,76	45,32	
	(с31.12.-28.02.)	85/55	1,19	-	11,73	49,38	
	(с29.02.-01.09.)	90/54	1,26	-	12,42	52,29	
	капуста	80/64	1,12	-	3,44	17,92	
	свекла	40/32	0,56	-	0,72	15,36	
	лук	20/18	0,30	-	1,72	7,74	
	морковь	20/16	0,20	-	1,12	5,28	
	томат	3	0,11	-	0,35	1,89	
	масло слив.	3	0,024	2,175	0,039	19,83	
	масло раст.	2	-	2,0	-	17,98	
66	Манные зразы с курицей						140
	курица	20/17,6	3,2	2,8	-	38,0	
	манка	25	2,82	0,175	18,325	81,5	
	молоко у/п пит./конц.	25/5	0,75/0,37	0,8/0,39	1,17/0,45	15,0/6,8	
	лук	10/9	0,15	-	0,86	3,87	
	морковь	10/8	0,10	-	0,56	2,64	
	яйцо	0,175	0,022	0,020	0,001	0,27	
	масло слив.	3,5	0,028	2,54	0,045	23,13	
	масло раст.	2,8	-	2,80	-	25,17	
639	Компот из с/ф						180
	сухофрукты	6,8	0,11	-	4,39	18,60	
	сахар	7	-	-	6,99	26,18	
	Хлеб белый	15	1,2	0,15	7,35	36,0	15
	Хлеб ржаной	30	1,5	0,3	13,2	63,0	30
			19,89	20,11	72,88	556,65	
	<b>Полдник</b>						
401	Снежок 2,5%	150	4,2	3,75	16,5	120,0	150
400	Молоко у/п пит.3.2%	150	4,5	4,8	7,05	90,0	150
362	Пудинг из творога со сметанным соусом						110
	творог 9%	56,25	6,75	5,06	1,86	79,31	
	молоко у/п пит./конц.	5/5	0,15/0,37	0,16/0,39	0,23/0,45	3,0/6,8	
				9			
	сметана 15%	12	0,324	1,8	0,432	21,6	
	яйцо	0,175	0,022	0,020	0,001	0,27	
	мука	14	1,48	0,18	10,25	46,06	
	манка	5	0,565	0,035	3,66	16,3	
	сахар	10	-	-	9,98	37,40	
	масло слив.	3	0,024	2,175	0,039	19,83	
	масло раст.	2	-	2,0	-	17,98	
	Хлеб белый	15	1,2	0,15	7,35	36,0	15
			14,71	15,33	45,31	379,05	
	<b>Итого за день</b>		45,02	48,26	161,38	1265,06	



III день (для детей с 1,5 лет до 3-х лет)

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
	<b>I завтрак</b>						
302	Каша манная молочная молоко у/п пит./конц.	200/23	6,0/1,70	6,4/1,79	9,4/2,07	120,0/31,28	200
	манка	10	1,13	0,07	7,33	32,60	
	масло слив.	4	0,032	2,9	0,052	26,44	
	сахар	5	-	-	4,99	18,7	
693	Какао						180
	какао	2,0	0,48	0,34	0,56	7,14	
	молоко у/п пит./конц.	75/10	2,4/0,74	2,25/0,78	3,52/0,9	45,0/13,6	
	сахар	6	-	-	5,99	22,44	
	Батон	15	1,05	1,05	7,8	45,0	15
	<b>II завтрак</b>						
707	Сок	75	-	-	8,625	34,5	75
			11,09	13,01	48,27	351,82	
	<b>Обед</b>						
181	Уха из рыбной консервы консервы рыбные картофель(с29.02.-01.09.) (с01.09.-31.10.) (с31.10.-31.12.) (с31.12.-28.02.) лук морковь перловка масло слив. масло раст	30 100/60 80/60 86/60 90/60 20/18 20/16 3 2,5 3	5,4 1,40 1,12 1,20 1,26 0,30 0,20 0,28 0,02 -	6,3 - - - - - - 0,03 1,81 3,0	- 13,80 11,04 11,87 12,42 1,72 1,12 2,21 0,032 -	78,3 58,10 46,48 49,97 52,29 7,74 5,28 9,72 16,52 26,97	200
520	Картофельное пюре картофель(с29.02.-01.09.) (с01.09.-31.10.) (с31.10.-31.12.) (с31.12.28.02.) молоко масло слив.	210/126 168/126 180/126 200/130 45/10 3	2,94 2,35 2,52 2,80 1,35/0,74	- - - - 1,44/0,78	28,98 23,18 24,84 27,60 2,12/0,9	122,01 97,61 104,58 116,20 27,0/13,6	100
394	Тефтели рыбные яйцо рыба рис лук морковь масло раст. томат	0,175 75/56,25 3 10/9 10/8 3,8 6	0,022 15,0 0,21 0,15 0,10 - 0,22	0,020 1,75 0,018 - - 3,80 -	0,001 - 2,319 0,86 0,56 - 0,71	0,27 66,75 9,69 3,87 2,64 34,16 3,78	40
639	Компот из сухофруктов сухофрукты сахар Хлеб белый Хлеб ржаной	6,8 6 15 30	0,11 - 1,2 1,5	- - 0,15 0,3	4,39 5,99 7,35 13,2	18,60 22,44 36,0 63,0	180 15 30
			29,98	19,31	84,69	623,67	
	<b>Полдник</b>						
161	Суп гречневый молочный молоко у/п пит./конц.	200/23	6,0/1,70	6,4/1,79	9,4/2,07	120,0/31,28	200
	гречка	9,5	1,20	0,25	6,46	31,25	
	сахар	5	-	-	4,99	18,7	
	масло слив.	4	0,032	2,9	0,052	26,44	
685	Чай чай сахар Хлеб белый	0,44 6 15	- - 1,2	- - 0,15	- 5,99 7,35	- 22,44 36,0	180 15
			8,43	9,7	37,24	254,83	
	<b>Итого за день</b>		49,5	42,02	167,2	1230,32	



Утверждаю  
Заведующий МКЛОУ Антиповский дс  
/Курдюкова А.И./  
13.05.2019г.

IV день (для детей с 1,5 лет до 3-х лет)

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
	<b>I завтрак</b>						200
302	Каша ячневая молочная						
	молоко у/п пит./конц.	200/23	6,0/1,70	6,4/1,79	9,4/2,07	/31,28	
	ячка	13,5	1,35	0,13	9,04	42,79	
	сахар	5	-	-	4,99	18,7	
	масло слив.	4	0,032	2,9	0,052	26,44	
685	Чай						180
	чай	0,22	-	-	-	-	
	сахар	7	-	-	6,99	26,18	
3	Батон	15	1,05	1,05	7,8	45,0	15
	сыр	8	2,14	2,18	-	28,88	8
	<b>II завтрак</b>						
707	Сок	75	-	-	8,625	34,5	75
			10,57	12,56	46,9	342,49	
	<b>Обед</b>						
148	Суп-лапша домашняя на кур.б-не						200
	курица	14,6/12,85	2,34	2,04	-	27,74	
	картофель(с29.02.-01.09.)	90/54	1,26	-	12,42	52,29	
	(с01.09.-31.10.)	72/54	1,01	-	9,94	41,83	
	(с31.10.-31.12.)	78/55	1,09	-	10,76	45,32	
	(с31.12.-28.02.)	85/55	1,19	-	11,73	49,38	
	лук	10/9	0,15	-	0,86	3,87	
	морковь	10/8	0,10	-	0,56	2,64	
	мука	14	1,48	0,18	10,25	46,06	
	масло слив.	3	0,024	2,175	0,039	19,83	
	масло раст.	2	-	2,0	-	17,98	
	яйцо	0,1	0,013	0,011	0,0007	0,16	
492	Плов из птицы						140
	курица	20/17,6	3,2	2,8	-	38,0	
	рис	25	1,75	0,15	19,32	80,75	
	лук	10/9	0,15	-	0,86	3,87	
	морковь	10/8	0,10	-	0,56	2,64	
	масло слив	3,5	0,028	2,54	0,045	23,13	
	масло раст.	2,8	-	2,80	-	25,17	
639	Компот из сухофруктов						180
	сухофрукты	6,8	0,11	-	4,39	18,60	
	сахар	9	-	-	8,98	33,66	
	Хлеб белый	15	1,2	0,15	7,35	36,0	15
	Хлеб ржаной	30	1,5	0,3	13,2	63,0	30
			17,45	18,71	78,83	543,65	
	<b>Полдник</b>						
369	Рыба отварная						40
	рыба	75/56,25	15,0	1,75	-	66,75	
534	Капуста тушеная						110
	капуста	200/160	2,8	-	4,6	44,8	
	лук	10/9	0,15	-	0,86	3,87	
	морковь	10/8	0,10	-	0,56	2,64	
	масло слив.	3	0,024	2,175	0,039	19,83	
	масло раст.	2	-	2,0	-	17,98	
685	Чай						180
	чай	0,22	-	-	-	-	
	сахар	7	-	-	6,99	26,18	
	Хлеб белый	15	1,2	0,15	7,35	36,0	15
			19,27	5,07	24,4	218,05	
	<b>Итого за день</b>		47,29	36,44	150,13	1104,19	



Утверждаю  
Заведующий МКДОУ Антиповский дс  
Курдюкова А.И./  
13.05.2019г.



**У день (для детей с 1,5 лет до 3-х лет)**

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
<b>I завтрак</b>							
302	Каша геркулесовая молочная						200
	молоко у/п пит./конц.	200/23	6,0/1,70	6,4/1,79	9,4/2,07	120,031,28	
	геркулес	10	1,19	0,58	6,54	34,5	
	масло слив.	4	0,032	2,9	0,052	26,44	
	сахар	5	-	-	4,99	18,7	
685	Чай						180
	чай	0,44	-	-	-	-	
	сахар	6	-	-	5,99	22,44	
	Батон	20	1,4	1,4	10,4	60	20
<b>II завтрак</b>							
707	Сок	75	-	-	8,625	34,5	75
			8,62	11,28	46,0	316,58	
<b>Обед</b>							
139	Суп гороховый на кур.б-не						200
	курица	14,6/12,85	2,34	2,04	-	27,74	
	картофель(с29.02.-01.09.)	100/60	1,40	-	13,80	58,10	
	(с01.09.-31.10.)	72/54	1,01	-	9,94	41,83	
	(с31.10.-31.12.)	77/54	1,08	-	10,63	44,74	
	(с31.12.-28.02.)	85/55	1,19	-	11,73	49,38	
	лук	20/18	0,30	-	1,72	7,74	
	морковь	20/16	0,20	-	1,12	5,28	
	горох	7	1,61	0,11	4,04	22,61	
	масло слив.	3	0,024	2,175	0,039	19,83	
	масло раст.	2	-	2,0	-	17,98	
539	Рагу овощное с курицей						180
	курица	20/17,6	3,2	2,8	-	38,0	
	картофель(с29.02.-01.09.)	110/66	1,54	-	15,18	63,91	
	(с01.09.-31.10.)	96/72	1,34	-	13,25	55,78	
	(с31.10.-31.12.)	103/72	1,44	-	14,21	59,84	
	(с31.12.-28.02.)	110/71	1,54	-	15,18	63,91	
	капуста	120/96	1,68	-	5,16	26,88	
	лук	10/9	0,15	-	0,86	3,87	
	морковь	10/8	0,10	-	0,56	2,64	
	масло слив.	3	0,024	2,175	0,039	19,83	
	масло раст.	2,8	-	2,80	-	25,17	
	томат	6	0,22	-	0,71	3,78	
639	Компот из с/ф						180
	сухофрукты	6,8	0,11	-	4,39	18,60	
	сахар	7	-	-	6,99	26,18	
	Хлеб белый	25	2,0	0,25	12,25	60,0	25
	Хлеб ржаной	30	1,5	0,3	13,2	63,0	30
			23,35	14,15	80,06	534,71	
<b>Полдник</b>							
769	Булочка молочная						40
	мука	30	3,18	0,39	21,96	98,70	
	молоко у/п пит./конц.	30/5	0,9/0,37	0,96/0,39	1,41/0,45	18,0/6,8	
	яйцо	0,35	0,044	0,040	0,002	0,55	
	сахар	3	-	-	2,99	11,22	
	дрожжи	1,5	0,19	0,006	0,12	1,27	
	масло слив.	3,5	0,028	2,54	0,045	23,13	
	масло раст.	2	-	2,0	-	17,98	
692	Кофейный напиток						180
	кофейный напиток	2,0	0,26	0,072	1,328	7,0	
	молоко у/п пит./конц.	75/10	2,4/0,74	2,25/0,78	3,52/0,9	45,0/13,6	
	сахар	7	-	-	6,99	26,18	
			7,0	8,26	35,54	249,03	
	<b>Итого за день</b>		38,97	33,69	161,6	1100,32	



VI день (для детей с 1,5 лет до 3-х лет)

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
	<b>I завтрак</b>						
160	Вермишель в молоке						200
	молоко у/п пит./конц.	200/23	6,0/1,70	6,4/1,79	9,4/2,07	20,0/31,28	
	вермишель	13	1,35	0,12	9,78	43,16	
	масло сл.	4	0,032	2,9	0,052	26,44	
	сахар	5	-	-	4,99	18,7	
685	Чай						180
	чай	0,22	-	-	-	-	
	сахар	6	-	-	5,99	22,44	
	<b>II завтрак</b>						
707	Сок	75	-	-	8,625	34,5	75
			7,38	9,42	38,84	265,24	
	<b>Обед</b>						
149	Суп картофельный с крупой с рыбными консервами						200
	консервы рыбные	30	5,4	6,3	-	78,3	
	лук	10/9	0,15	-	0,86	3,87	
	морковь	10/8	0,10	-	0,56	2,64	
	картофель(с29.02.-01.09.)	100/60	1,40	-	13,80	58,10	
	(с01.09.-31.10.)	80/60	1,12	-	11,04	46,48	
	(с31.10.31.12.)	86/60	1,20	-	11,87	49,97	
	(с31.12.-28.02.)	90/58	1,26	-	12,42	52,29	
	пшено	3	0,36	0,09	1,90	10,02	
	масло слив	3,5	0,028	2,537	0,045	23,14	
	масло раст.	3	-	3,0	-	26,97	
534	Капуста тушёная						130
	капуста	200/160	2,8	-	8,6	44,8	
	лук	10/9	0,15	-	0,86	3,87	
	морковь	10/8	0,10	-	0,56	2,64	
	масло слив.	4	0,032	2,9	0,052	26,44	
	масло раст.	2,8	-	2,80	-	25,17	
	томат	6	0,22	-	0,71	3,78	
388	Котлета рыбная						40
	рыба	75/56,25	15,0	1,75	-	66,75	
	лук	10/9	0,15	-	0,86	3,87	
	морковь	10/8	0,10	-	0,56	2,64	
	яйцо	1/8	0,015	0,014	0,0008	0,20	
	масло раст.	1	-	1,0	-	9,0	
639	Компот из сухофруктов						180
	сухофрукты	6,8	0,11	-	4,39	18,60	
	сахар	7	-	-	6,99	26,18	
	Хлеб белый	25	2,0	0,25	12,25	60,0	25
	Хлеб ржаной	30	1,5	0,3	13,2	63,0	30
			24,44	18,03	67,37	519,27	
	<b>Полдник</b>						
335	Вареники ленивые со сметанным соусом						150
	творог 9%	56,25	6,75	5,06	1,86	79,31	
	сметана 15%	17	0,46	2,55	0,61	30,6	
	яйцо	0,175	0,022	0,020	0,001	0,27	
	сахар	5	-	-	4,99	18,7	
	мука	25	2,65	0,32	18,3	82,25	
	масло слив.	2	0,016	1,45	0,026	13,22	
	манка	3	0,34	0,021	2,20	9,78	
	молоко у/п пит.конц.	5/8	0,15/0,59	0,16/0,62	0,23/0,72	3,0/10,88	
685	Чай	0,22	-	-	-	-	180
	сахар	5	-	-	4,99	18,7	
	Батон	20	1,4	1,4	10,4	60,0	20
			11,79	10,98	43,61	315,83	
	<b>Итого за день</b>		41,61	38,43	149,82	1100,34	





VII день (для детей с 1,5 лет до 3-х лет)

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
	<b>I завтрак</b>						
356	Творожная запеканка со сметанным соусом						150
	творог 9%	56,25	6,75	5,06	1,86	79,31	
	сметана 15%	17	0,46	2,55	0,61	30,6	
	молоко у/п пит./конц.	5/5	0,15/0,37	0,16/0,39	0,23/0,45	76,8	
	яйцо	0,175	0,022	0,020	0,001	0,27	
	мука	5	0,53	0,065	3,66	65,8	
	масло слив.	3	0,024	2,175	0,039	19,83	
	масло раст.	2	-	2,0	-	17,98	
	сахар	8	-	-	7,98	29,92	
685	Чай						180
	чай	0,44	-	-	-	-	
	сахар	10	-	-	9,98	37,40	
3	Батон	20	1,4	1,4	10,4	60	20
	сыр	8	2,14	2,18	-	28,88	8
	<b>II завтрак</b>						
707	Сок	75	-	-	8,625	34,5	75
			11,48	15,61	43,38	407,75	
	<b>Обед</b>						
135	Суп овощной на кур.б-не						200
	курица	14,6/12,85	2,34	2,04	-	27,74	
	лук	20/18	0,30	-	1,72	7,74	
	морковь	20/16	0,20	-	1,12	5,28	
	Картофель(с29.02.-01.09.)	100/60	1,40	-	13,80	58,10	
	(с01.09.-31.10.)	80/60	1,12	-	11,04	46,48	
	(с31.10.-31.12.)	86/60	1,20	-	11,87	49,97	
	(с31.12.-28.02.)	90/58	1,26	-	12,42	52,29	
	капуста	80/64	1,12	-	3,44	17,92	
	томат	3	0,11	-	0,35	1,89	
	масло слив.	4	0,032	2,9	0,052	26,44	
	масло раст.	1,8	-	1,8	-	16,18	
436	Жаркое по-домашнему с курицей						180
	курица	20/17,6	3,2	2,8	-	38,0	
	картофель(с29.02.-01.09.)	210/126	2,94	-	28,98	122,01	
	(с01.09.-31.10.)	168/126	2,35	-	23,18	97,61	
	(с31.10.-31.12.)	180/126	2,52	-	24,84	104,58	
	(с31.12.-28.02.)	200/130	2,80	-	27,60	116,20	
	лук	10/9	0,15	-	0,86	3,87	
	морковь	10/8	0,10	-	0,56	2,64	
	масло слив.	4,5	0,036	3,26	0,058	29,74	
	масло раст.	2	-	2	-	17,98	
639	Компот из с/ф						180
	сухофрукты	6,8	0,11	-	4,39	18,60	
	сахар	7	-	-	6,99	26,18	
	Хлеб белый	25	2,0	0,25	12,25	60,0	25
	Хлеб ржаной	30	1,5	0,3	13,2	63,0	30
			19,6	18,91	87,77	591,57	
	<b>Полдник</b>						
769	Ватрушка с повидлом						50
	повидло	20	0,08	-	13,74	52,0	
	мука	35	3,71	0,45	25,62	115,15	
	сахар	3	-	-	2,99	11,22	
	масло слив.	2	0,016	1,45	0,026	13,22	
	масло раст.	1	-	1,0	-	9,0	
	молоко у/п пит./конц.	30/5	0,9/0,37	0,96/0,39	1,41/0,45	18,0/6,8	
	дрожжи	1,5	0,19	0,006	0,12	1,27	
	яйцо	0,175	0,022	0,020	0,001	0,27	
401	Снежок 2,5%	150	4,2	3,75	16,5	120,0	150
400	Молоко у/п пит.3,2%	150	4,5	4,8	7,05	90,0	150
			9,12	7,64	70,39	340,13	
	<b>Итого за день</b>		40,2	42,16	201,54	1339,45	



Утверждаю  
Заведующий МКДОУ Антиповский дс  
Курдюкова А.И.



VIII день (для детей с 1,5лет до 3-х лет) 2021ггг

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
<b>I завтрак</b>							
340	Омлет						100
	яйцо	1	0,127	0,011	0,007	1,57	
	молоко у/п пит./конц.	50/10	1,5/0,74	1,6/0,78	2,35/0,9	30,0/13,6	
	масло слив.	2	0,016	1,45	0,026	13,22	
	масло раст.	1	-	1,0	-	9,0	
648	Чай с молоком/Чай	0,44					180
	молоко у/п пит.	80	2,4	2,56	3,76	48,0	
	сахар	9	-	-	8,98	33,66	
	Батон	15	1,05	1,05	7,8	45,0	15
<b>II завтрак</b>							
707	Сок	75	-	-	8,625	34,5	75
			5,09	7,67	31,55	214,95	
<b>Обед</b>							
140	Суп вермишелевый на к/б-не						200
	мясо	30/21	4,23	1,47	-	30,24	
	картофель(с29.02.-01.09.)	100/60	1,40	-	13,80	58,10	
	(с01.09.-31.10.)	80/60	1,12	-	11,04	46,48	
	(с31.10.-31.12.)	86/60	1,20	-	11,87	49,97	
	(с31.12.-28.02.)	90/58	1,26	-	12,42	52,29	
	лук	10/9	0,15	-	0,86	3,87	
	морковь	10/8	0,10	-	0,56	2,64	
	вермишель	5	0,52	0,045	3,76	16,6	
	масло слив.	2,5	0,02	1,81	0,032	16,52	
	масло раст.	2,8	-	2,80	-	25,17	
363	Тефтели мясные						60
	мясо	72/50,4	8,26	2,87	-	59,07	
	рис	3	0,21	0,018	2,319	9,69	
	лук	10/9	0,15	-	0,86	3,87	
	морковь	10/8	0,10	-	0,56	2,64	
	яйцо	1/8	0,015	0,014	0,0008	0,20	
	масло слив.	2	0,016	1,45	0,026	13,22	
	масло раст.	2	-	2	-	17,98	
407	Морковь тушеная						130
	морковь	194/155,2	1,94	-	1,86	51,22	
	масло слив.	4	0,032	2,9	0,052	26,44	
639	Компот из с/ф						180
	сухофрукты	6,8	0,11	-	4,39	18,60	
	сахар	10	-	-	9,98	37,40	
	Хлеб белый	15	1,2	0,15	7,35	36,0	15
	Хлеб ржаной	30	1,5	0,3	13,2	63,0	30
			19,95	15,83	68,61	492,47	
<b>Полдник</b>							
679	Пшено отварное						100
	пшено	21	2,52	0,61	13,29	70,14	
	масло слив.	3	0,024	2,175	0,039	19,83	
388	Котлета рыбная						40
	рыба	75/56,25	15,0	1,75	-	66,75	
	лук	10/9	0,15	-	0,86	3,87	
	морковь	10/8	0,10	-	0,56	2,64	
	яйцо	1/8	0,015	0,014	0,0008	0,20	
	масло раст.	1	-	1,0	-	9,0	
	мука	7	0,74	0,09	5,12	23,03	
692	Кофейный напиток	2,0	0,26	0,072	1,328	7,0	180
	сахар	9	-	-	8,98	33,66	
	молоко у/п пит./конц.	75/10	2,4/0,74	2,25/0,78	3,52/0,9	45,0/13,6	
	Хлеб белый	15	1,2	0,15	7,35	36,0	15
			22,41	7,11	41,05	317,12	
<b>Итого за день</b>			47,45	30,61	141,21	1024,54	





**IX день (для детей с 1,5 лет до 3-х лет)**

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
	<b>I завтрак</b>						200
302	Каша пшеничная молочная						
	молоко у/п пит./конц.	200/23	6,0/1,70	6,4/1,79	9,4/2,07	120,0/31,28	
	крупа пшеничная	13,5	1,69	0,22	8,99	42,93	
	масло слив.	4	0,032	2,9	0,052	26,44	
	сахар	5	-	-	4,99	18,7	
693	Какао	2,0	0,48	0,34	0,56	7,14	180
	молоко у/п пит./конц.	75/10	2,4/0,74	2,25/0,78	3,52/0,9	45,0/13,6	
	сахар	6	-	-	5,99	22,44	
	Батон	15	1,05	1,05	7,8	45,0	15
	<b>II завтрак</b>						75
707	Сок	75	-	-	8,625	34,5	
			11,65	13,16	49,93	330,75	
	<b>Обед</b>						200
123	Щи на кур. б-не						
	курица	14,6/12,85	2,34	2,04	-	27,74	
	картофель(с29.02.-01.09.)	90/54	1,26	-	12,42	52,29	
	(с01.09.-31.10.)	72/54	1,01	-	9,94	41,83	
	(с31.10.-31.12.)	78/55	1,09	-	10,76	45,32	
	(с31.12.-28.02.)	85/55	1,19	-	11,73	49,38	
	капуста	80/64	1,12	-	3,44	17,92	
	лук	20/18	0,30	-	1,72	7,74	
	морковь	20/16	0,20	-	1,12	5,28	
	масло слив.	1,5	0,012	1,09	0,019	9,91	
	масло раст.	2	-	2,0	-	17,98	
	томат	6	0,22	-	0,71	3,78	
332	Вермишель отварная						100
	вермишель	21	2,18	0,19	15,79	69,72	
	масло сл.	3	0,024	2,175	0,039	19,83	
498	Котлеты из курицы						40
	курица	20/17,6	3,2	2,8	-	38,0	
	лук	20/18	0,30	-	1,72	7,74	
	морковь	10/8	0,10	-	0,56	2,64	
	яйцо	1,8	0,015	0,014	0,0008	0,20	
	мука	10	1,06	0,13	7,32	32,9	
	масло сл.	2	0,016	1,45	0,026	13,22	
	масло раст.	2,8	-	2,80	-	25,17	
639	Компот из с/ф						180
	сухофрукты	6,8	0,11	-	4,39	18,60	
	сахар	7	-	-	6,99	26,18	
	Хлеб белый	15	1,2	0,15	7,35	36,0	15
	Хлеб ржаной	30	1,5	0,3	13,2	63,0	30
			19,22	18,7	76,81	544,1	
	<b>Полдник</b>						90/20
318	Биточки маняые с киселем						
	кисель	7,5	0,007	-	6,9	27,63	
	манка	21	2,37	0,15	15,39	68,46	
	молоко у/п пит./конц.	35/9	1,05/0,67	1,12/0,70	1,64/0,81	21,0/12,24	
	яйцо	1/8	0,015	0,014	0,0008	0,20	
	масло слив.	3	0,024	2,175	0,039	19,83	
	масло раст.	2	-	2,0	-	17,98	
	сахар	5	-	-	4,99	18,7	
685	Чай	0,44	-	-	-	-	180
	сахар	5	-	-	4,99	18,7	
	Хлеб белый	15	1,2	0,15	7,35	36,0	15
			4,67	5,61	41,3	228,5	
	<b>Итого за день</b>		35,54	37,47	168,04	1103,35	



Х день (для детей с 1,5 лет до 3-х лет)

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав			ЛС К	Выход
			Б	Ж	У		
	<b>I завтрак</b>						200
302	Каша молочная из разных круп	200/23	6,0/1,70	6,4/1,79	9,4/2,07	120,0/31,28	
	молоко у/п пит./конц.	9,5	1,20	0,25	6,46	31,25	
	гречка	7	0,84	0,20	4,43	23,38	
	пшено	5	-	-	4,99	18,7	
	сахар	4	0,032	2,9	0,052	26,44	
	масло слив.						180
685	Чай	0,44	-	-	-	-	
	чай	5	-	-	4,99	18,7	
	сахар	20	1,4	1,4	10,4	60	20
3	Батон	8	2,14	2,18	-	28,88	8
	сыр						
	<b>II завтрак</b>						75
707	Сок	75	-	-	8,625	34,5	
			11,61	13,33	49,35	361,85	
	<b>Обед</b>						200
138	Суп крестьянский на м/к б-не						
	мясо	30/21	4,23	1,47	-	30,24	
	картофель(с29.02.-01.09.)	100/60	1,40	-	13,80	58,10	
	(с01.09.-31.10.)	80/60	1,12	-	11,04	46,48	
	(с31.10.-31.12.)	86/60	1,20	-	11,87	49,97	
	(с31.12.-28.02.)	90/58	1,26	-	12,42	52,29	
	капуста	80/64	1,12	-	3,44	17,92	
	лук	20/18	0,30	-	1,72	7,74	
	морковь	10/8	0,10	-	0,56	2,64	
	перловка	3	0,28	0,03	2,21	9,72	
	масло сл.	2,5	0,02	1,81	0,032	16,52	
	масло раст.	1,8	-	1,8	-	16,18	
							70
472	Суфле мясное						
	мясо	72/50,4	8,26	2,87	-	59,07	
	молоко у/п пит./конц.	25/5	0,75/0,37	0,8/0,39	1,17/0,45	15,0/6,8	
	лук	20/18	0,30	-	1,72	7,74	
	морковь	10/8	0,10	-	0,56	2,64	
	яйцо	0,225	0,028	0,026	0,002	0,353	
	масло раст.	1	-	1,0	-	9,0	
	масло сл.	3	0,024	2,175	0,039	19,83	
							120
78	Свекла тушеная						
	свекла	200/160	2,8	-	3,6	76,8	
	масло раст.	1	-	1,0	-	9,0	
							180
639	Компот из с/ф						
	сухофрукты	6,8	0,11	-	4,39	18,60	
	сахар	7	-	-	6,99	26,48	
	Хлеб белый	25	2,0	0,25	12,25	60,0	25
	Хлеб ржаной	30	1,5	0,3	13,2	63,0	30
			25,25	14,20	65,68	540,11	
	<b>Полдник</b>						40/20
726	Блины со сгущенным молоком						
	сгущенное молоко	20	1,44	1,7	11,2	65,8	
	молоко у/п пит./конц.	40/10	1,2/0,74	1,28/0,78	1,88/0,9	24,0/13,6	
	сахар	5	-	-	4,99	18,7	
	яйцо	0,175	0,022	0,020	0,001	0,27	
	мука	31	3,29	0,40	22,69	101,99	
	масло слив.	4	0,032	2,9	0,052	26,44	
	масло раст.	3	-	3,0	-	26,97	
							180
692	Кофейный напиток						
	кофейный напиток	2,0	0,26	0,072	1,328	7,0	
	сахар	6	-	-	5,99	22,44	
	молоко у/п пит./конц.	75/11	2,4/0,81	2,25/0,86	3,52/0,99	45,0/14,96	
			8,34	11,3	51,18	332,61	
	<b>Итого за день</b>		45,2	38,83	166,21	1234,57	