


Утверждаю
Старший воспитатель филиала
МКДОУ Антиповский дс «Таловский дс»
 /О.В. Бахарева./
 2022г.

Приложение № 2
Норма употребления продуктов питания
на 1 ребенка в день (сад) для детей
с дневным пребыванием 8-10 час.

№ дня	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
I	44,26	47,11	227,4	1494,42
II	43,76	42,21	206,43	1398,44
III	50,33	34,33	348,5	1443,69
IV	41,73	41,22	236,71	1457,86
V	38,41	40,02	228,98	1408,03
VI	45,87	38,57	209,68	1417,3
VII	42,43	42,84	219,93	1424,63
VIII	49,01	45,15	239,93	1479,59
IX	38,1	38,31	216,08	1421,82
X	49,56	40,7	253,94	1557,29
Итого:	44,56	40,81	232,81	1428,26

Приложение № 3
Норма употребления продуктов питания
на 1 ребенка в день (сад) для детей
с дневным пребыванием 8-10 час.

I день	II день	III день	IV день	V день
<u>Завтрак</u>	<u>Завтрак</u>	<u>Завтрак</u>	<u>Завтрак</u>	<u>Завтрак</u>
Каша рисовая молочная	Каша молочная «Ассорти»	Каша геркулесовая молочная	Каша ячневая молочная	Вермишель в молоке
Хлеб	Хлеб	Хлеб	Хлеб	Хлеб
Масло	Масло	Масло	Масло	Масло
Чай	Чай	Чай	Чай	Чай
<u>II завтрак</u>	<u>II завтрак</u>	<u>II завтрак</u>	<u>II завтрак</u>	<u>II завтрак</u>
Напиток «Осенний»	Напиток «Осенний»	Напиток «Осенний»	Напиток «Осенний»	Напиток «Осенний»
<u>Обед</u>	<u>Обед</u>	<u>Обед</u>	<u>Обед</u>	<u>Обед</u>
Щи на курином бульоне	Суп рисовый на курином бульоне	Суп с рыбными консервами	Суп – лапша на курином бульоне	Суп «Детский Харчо» на курином бульоне
Тефтели куриные с томатным соусом	Каша пшеничная с курицей	Тефтели рыбные с томатным соусом	Плов из птицы	Каша гречневая с курицей
Макаронны отварные		Рис отварной		
Компот из с/ф	Компот из с/ф	Компот из с/ф	Компот из с/ф	Компот из с/ф
Хлеб б. Хлеб рж.	Хлеб б. Хлеб рж.	Хлеб б. Хлеб рж.	Хлеб б. Хлеб рж.	Хлеб б. Хлеб рж.
<u>Полдник</u>	<u>Полдник</u>	<u>Полдник</u>	<u>Полдник</u>	<u>Полдник</u>
Ватрушка с повидлом	Кондитерские изделия	Булочка сдобная молочная	Оладьи с повидлом	Макаронник
Кофейный напиток	Молоко питьевое	Кисель	Чай	Какао

VI день	VII день	VIII день	IX день	X день
<u>Завтрак</u>	<u>Завтрак</u>	<u>Завтрак</u>	<u>Завтрак</u>	<u>Завтрак</u>
Каша пшеничная молочная	Каша гречневая молочная	Каша пшеничная молочная	Каша молочная «Радуга»	Каша манная молочная
Хлеб	Хлеб	Хлеб	Хлеб	Хлеб
Масло	Масло	Масло	Масло	Масло
Чай	Чай	Чай	Чай	Чай
<u>II завтрак</u>	<u>II завтрак</u>	<u>II завтрак</u>	<u>II завтрак</u>	<u>II завтрак</u>
Напиток «Осенний»	Напиток «Осенний»	Напиток «Осенний»	Напиток «Осенний»	Напиток «Осенний»
<u>Обед</u>	<u>Обед</u>	<u>Обед</u>	<u>Обед</u>	<u>Обед</u>
Борщ на курином бульоне	Суп гороховый на курином бульоне	Суп с бобовыми на курином бульоне	Суп крестьянский на курином бульоне	Суп рыбный с крупой
Котлета куриная с белым соусом	Каша пшеничная с курицей	Гуляш из курицы	Каша гречневая с курицей	Котлета рыбная с томатным соусом
Макаронные отварные		Макаронные отварные		Рис отварной
Компот из с/ф	Компот из с/ф	Компот из с/ф	Компот из с/ф	Компот из с/ф
Хлеб б. Хлеб рж.	Хлеб б. Хлеб рж.	Хлеб б. Хлеб рж.	Хлеб б. Хлеб рж.	Хлеб б. Хлеб рж.
<u>Полдник</u>	<u>Полдник</u>	<u>Полдник</u>	<u>Полдник</u>	<u>Полдник</u>
Кондитерские изделия	Булочка «Ярославская»	Биточки манные с киселем	Кондитерские изделия	Блины со сгущенным молоком
Чай с молоком	Кофейный напиток	Какао	Чай с молоком	Чай с сахаром

I день сад

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
I завтрак							
			5,34	8,47	27,55	203,35	200
415	Каша рисовая молочная						
	Рис	20	1,4	0,12	15,46	64,6	
	Молоко	150	3,9	4,73	7,05	87,0	
	Масло сливочное	5	0,04	3,62	0,06	33,05	
	Сахар	5	-	-	4,98	18,7	
			2,32	3,89	14,97	100,85	35
1	Хлеб с маслом						
	Хлеб	30	2,28	0,27	14,91	67,8	
	Масло сливочное	5	0,04	3,62	0,06	33,05	
			0,48	-	11,0	41,79	180
685	Чай с сахаром						
	Чай	0,6	0,48	-	0,03	0,65	
	Сахар	11	-	-	10,97	41,14	
			8,14	12,36	53,52	345,99	
ВСЕГО:							
II завтрак							
			0,28	-	15,1	58,23	150
639	Напиток «Осенний»						
	Сухофрукты	9	0,28	-	6,12	24,57	
	Сахар	9	-	-	8,98	33,66	
			0,28	0	15,1	58,23	
ВСЕГО:							
Обед							
			3,38	2,57	19,88	117,33	250
124	Щи со свежей капустой на курином бульоне						
	Картофель	70	1,4	0,07	13,79	58,1	
	Лук	15	0,25	-	0,13	6,45	
	Морковь	15	0,19	0,01	1,05	4,95	
	Капуста	70	1,26	-	3,78	19,6	
	Томатная паста	6	0,28	-	1,13	5,76	
	Масло растительное	2,5	-	2,49	-	22,47	
			18,32	19,13	7,11	271,89	85
10	Тефтели куриные с томатным соусом						
	Курица	90	15,84	11,61	0,36	164,7	
	Масло сливочное	3	0,02	2,17	0,03	19,83	
	Лук	15	0,25	-	0,13	6,45	
	Морковь	15	0,19	0,01	1,05	4,95	
	Мука	3	0,3	0,02	2,22	9,81	
	Томат	5	0,24	-	0,94	4,8	
	Масло растительное	4	-	3,99	-	35,96	
	Яйцо	1/6	1,27	1,15	0,07	15,7	
	Рис	3	0,21	0,18	2,31	9,69	
			4,04	3,98	30,14	166,7	115
317	Макаронь отварные						
	Макаронь	40	4	0,36	30,08	132,8	
	Масло сливочное	5	0,04	3,62	0,06	33,05	
			0,35	-	18,45	89,62	180
639	Компот и сухофруктов						
	Сухофрукты	11	0,35	-	7,48	30,03	
	Сахар	11	-	-	10,97	41,14	
700	Хлеб белый						
701	Хлеб ржаной						
		70	4,24	0,55	34,81	153,79	70
			30,33	26,23	110,39	799,33	
ВСЕГО:							
Полдник							
			4,22	6,99	27,34	183,61	60/10
458	Ватрушка с повидлом						
	Повидло	10	0,02	-	3,25	12,35	
	Молоко	25	0,65	0,79	1,17	14,5	
	Яйцо	1/8	0,9	0,82	0,05	11,77	
	Мука	24	2,47	0,21	17,8	78,48	
	Масло сливочное	3	0,02	2,17	0,03	19,83	
	Масло растительное	3	-	2,99	-	26,97	
	Дрожжи	1	0,16	0,01	0,05	1,01	
	Сахар	3	-	-	4,99	18,7	
			1,29	1,53	21,05	107,26	180
692	Кофейный напиток						
	Молоко конц.	18	1,29	1,53	10,08	59,22	
	Сахар	11	-	-	10,97	41,14	
	Кофе-порошок	3	-	-	-	6,9	
			5,51	8,52	48,39	290,87	
ВСЕГО:							
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			44,26	47,11	227,4	1494,42	

II день сад

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
I завтрак							
16	Каша молочная «Ассорти»		5,84	8,7	23,51	215,67	200
	Молоко	150	3,9	4,73	7,05	87,0	
	Пшено	10	1,2	0,29	0,69	33,4	
	Рис	10	0,7	0,06	7,73	32,3	
	Масло сливочное	5	0,04	3,62	0,06	33,05	
	Сахар	8	-	-	7,98	29,92	
685	Чай с сахаром		0,48	-	11,0	41,79	180
	Чай	0,6	0,48	-	0,03	0,65	
	Сахар	11	-	-	10,97	41,14	
1	Хлеб с маслом		2,32	3,89	14,97	100,85	35
	Хлеб	30	2,28	0,27	14,91	67,8	
	Масло сливочное	5	0,04	3,62	0,06	33,05	
ВСЕГО:			8,64	12,59	49,48	358,31	
II завтрак							
639	Напиток «Осенний»	150	0,28	-	15,1	58,23	150
	Сухофрукты	9	0,28	-	6,12	24,57	
	Сахар	9	-	-	8,98	33,66	
ВСЕГО:			0,28	0	15,1	58,23	
Обед							
29	Суп рисовый на курином бульоне		3,3	4,48	30,18	173	250
	Лук	15	0,25	-	0,13	6,45	
	Морковь	15	0,19	0,01	1,05	4,95	
	Картофель	100	2	0,1	19,7	83	
	Масло сливочное	2,5	0,02	1,81	0,03	16,52	
	Масло растительное	2,5	-	2,49	-	22,47	
	Рис	12	0,84	0,07	9,27	38,76	
308	Каша пшеничная с курицей		18,35	14,96	22,71	294,29	200
	Курица	80	14,08	10,32	0,32	146,4	
	Лук	15	0,25	-	0,13	6,45	
	Морковь	15	0,19	0,01	1,05	4,95	
	Масло сливочное	2,5	0,02	1,81	0,03	16,52	
	Масло растительное	2,5	-	2,49	-	22,47	
	Пшеничная крупа	30	3,81	0,33	21,18	97,5	
639	Компот и сухофруктов		0,35	-	18,45	89,62	180
	Сухофрукты	11	0,35	-	7,48	30,03	
	Сахар	11	-	-	10,97	41,14	
700	Хлеб белый	70	4,24	0,55	34,81	153,79	70
701	Хлеб ржаной						
ВСЕГО:			26,24	19,99	106,15	710,7	
Полдник							
401	Молоко питьевое	180	4,68	5,67	8,46	104,4	180
520	Кондитерские изделия		3,92	3,96	27,24	166,8	40
	Вафли, печенье, пряники	40	3,92	3,96	27,24	166,8	
ВСЕГО:			8,6	9,63	35,7	271,2	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			43,76	42,21	206,43	1398,44	

III день сад

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. Нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
I завтрак							
413	Каша геркулесовая молочная		6,53	8,83	28,26	214,36	200
	Молоко	150	3,9	4,73	7,05	87,0	
	Геркулес	20	2,6	1,2	13,18	71	
	Масло сливочное	4	0,03	2,9	0,05	26,44	
	Сахар	8	-	-	7,98	29,92	
685	Чай с сахаром		0,48	-	11,0	41,79	180
	Чай	0,6	0,48	-	0,03	0,65	
	Сахар	11	-	-	10,97	41,14	
1	Хлеб с маслом		2,32	3,89	14,97	100,85	35
	Хлеб	30	2,28	0,27	14,91	67,8	
	Масло сливочное	5	0,04	3,62	0,06	33,05	
ВСЕГО:			9,33	12,72	54,23	357,0	
II завтрак							
639	Напиток «Осенний»	150	0,28	-	15,1	58,23	150
	Сухофрукты	9	0,28	-	6,12	24,57	
	Сахар	9	-	-	8,98	33,66	
ВСЕГО:			0,28	0	15,1	58,23	
Обед							
87	Суп с рыбными консервами		10	3,64	21,7	188,6	250
	Рыбные консервы	35	6,12	0,7	-	30,8	
	Картофель	100	2	0,1	19,7	83	
	Лук	15	0,25	-	0,13	6,45	
	Морковь	15	0,19	0,01	1,05	4,95	
	Пшено	12	1,44	0,34	0,82	40,08	
	Масло растительное	2,5	-	2,49	-	22,47	
325	Рис отварной		2,85	5,31	31,01	175,47	105
	рис	40	2,8	0,24	30,92	129,2	
	Масло сливочное	7	0,05	5,07	0,09	46,27	
261	Тефтели рыбные с томатным соусом		19,04	5,12	11,73	170,3	60
	Рыба	100	15,9	0,7	-	70	
	Рис	3	0,21	0,18	2,31	9,69	
	Лук	15	0,25	-	0,13	6,45	
	Морковь	15	0,19	0,01	1,05	4,95	
	Масло растительное	3	-	2,99	-	26,97	
	Яйцо	1/6	1,27	1,15	0,07	15,7	
	Мука	10	1,03	0,09	7,42	32,7	
	Томат	4	0,19	-	0,75	3,84	
639	Компот и сухофруктов		0,35	-	18,45	89,62	180
	Сухофрукты	11	0,35	-	7,48	30,03	
	Сахар	11	-	-	10,97	41,14	
700	Хлеб белый	70	4,24	0,55	34,81	153,79	70
701	Хлеб ржаной						
ВСЕГО:			36,48	14,62	117,7	777,78	
Полдник							
479	Булочка слобная молочная		4,2	6,99	139,92	171,26	60
	Мука	24	2,47	0,21	17,8	78,48	
	Молоко	25	0,65	0,79	1,17	14,5	
	Сахар	5	-	-	4,99	18,7	
	Яйцо	1/8	0,9	0,82	0,05	11,77	
	Масло сливочное	3	0,02	2,17	0,03	19,83	
	Масло растительное	3	-	2,99	-	26,97	
	Дрожжи	1	0,16	0,01	0,05	1,01	
437	Кисель		0,04	-	21,55	79,42	180
	Кисель	15	0,04	-	13,57	49,5	
	Сахар	8	-	-	7,98	29,92	
ВСЕГО:			4,24	6,99	161,47	250,68	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			50,33	34,33	348,5	1443,69	

IV день сад

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
I завтрак							
418	Каша ячневая молочная		5,93	7,95	29,38	207,76	200
	Молоко	150	3,9	4,73	7,05	87,0	
	Ячка	20	2	0,32	14,3	64,4	
	Сахар	8	-	-	7,98	29,92	
	Масло сливочное	4	0,03	2,9	0,05	26,44	
685	Чай с сахаром		0,48	-	11,0	41,79	180
	Чай	0,6	0,48	-	0,03	0,65	
	Сахар	11	-	-	10,97	41,14	
1	Хлеб с маслом		2,32	3,89	14,97	100,85	35
	Хлеб	30	2,28	0,27	14,91	67,8	
	Масло сливочное	5	0,04	3,62	0,06	33,05	
ВСЕГО:			8,73	11,84	55,35	350,4	
II завтрак							
639	Напиток «Осенний»	150	0,28	-	15,1	58,23	150
	Сухофрукты	9	0,28	-	6,12	24,57	
	Сахар	9	-	-	8,98	33,66	
ВСЕГО:			0,28	0	15,1	58,23	
Обед							
86	Суп-лапша на курином бульоне		3,06	4,48	24,02	149,18	250
	Картофель	70	1,4	0,07	13,79	58,1	
	Лук	15	0,25	-	0,13	6,45	
	Морковь	15	0,19	0,01	1,05	4,95	
	Масло сливочное	2,5	0,02	1,81	0,03	16,52	
	Масло растительное	2,5	-	2,49	-	22,47	
	Вермишель	12	1,2	0,10	9,02	39,84	
304	Плов из птицы		17,63	14,89	33,55	333,94	150
	Курица	80	14,08	10,32	0,32	146,4	
	Рис	40	2,8	0,24	30,92	129,2	
	Лук	20	0,34	-	0,18	8,6	
	Морковь	30	0,39	0,03	2,1	9,9	
	Масло сливочное	2,5	0,02	1,81	0,03	16,52	
	Масло растительное	2,5	-	2,49	-	22,47	
639	Компот и сухофруктов		0,35	-	18,45	89,62	180
	Сухофрукты	11	0,35	-	7,48	30,03	
	Сахар	11	-	-	10,97	41,14	
700	Хлеб белый						
701	Хлеб ржаной	70	4,24	0,55	34,81	153,79	70
ВСЕГО:			25,28	19,92	110,83	726,53	
Полдник							
499	Оладьи с повидлом		6,96	9,46	44,43	280,91	80/10
	мука	47	4,84	0,42	34,87	153,69	
	молоко	25	0,65	0,79	1,17	14,5	
	дрожжи	1	0,16	0,01	0,05	1,01	
	масло растительное	5	-	4,99	-	44,95	
	масло сливочное	3	0,02	2,1	0,03	19,83	
	сахар	5	-	-	4,99	18,7	
	яйцо	1/6	1,27	1,15	0,07	15,7	
	повидло	10	0,02	-	3,25	12,35	
685	Чай с сахаром		0,48	-	11,0	41,79	180
	Чай	0,6	0,48	-	0,03	0,65	
	Сахар	11	-	-	10,97	41,14	
ВСЕГО:			7,44	9,46	55,43	322,7	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			41,73	41,22	236,71	1457,86	

Утверждаю
Старший воспитатель филиала
МКДОУ Антиповский дс «Таловский дс»
 /О.В. Бахарева./
01.06 2022г.

V день сад

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр бр. Нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
I завтрак							
93	Вермишель в молоке		5,43	7,76	25,36	189,42	200
	Молоко	150	3,9	4,73	7,05	87,0	
	Вермишель	15	1,5	0,13	11,28	49,8	
	Масло сливочное	4	0,03	2,9	0,05	26,44	
	Сахар	7	-	-	6,98	26,18	
685	Чай с сахаром		0,48	-	11,0	41,79	180
	Чай	0,6	0,48	-	0,03	0,65	
	Сахар	11	-	-	10,97	41,14	
1	Хлеб с маслом		2,32	3,89	14,97	100,85	35
	Хлеб	30	2,28	0,27	14,91	67,8	
	Масло сливочное	5	0,04	3,62	0,06	33,05	
ВСЕГО:			8,23	11,65	51,33	332,06	
II завтрак							
639	Напиток «Осенний»	150	0,28	-	15,1	58,23	150
	Сухофрукты	9	0,28	-	6,12	24,57	
	Сахар	9	-	-	8,98	33,66	
ВСЕГО:			0,28	0	15,1	58,23	
Обед							
134	Суп «Детский Харчо» на курином бульоне		3,54	4,48	31,12	176,95	250
	Картофель	100	2	0,1	19,7	83	
	Лук	15	0,25	-	0,13	6,45	
	Морковь	15	0,19	0,01	1,05	4,95	
	Масло сливочное	2,5	0,02	1,81	0,03	16,52	
	Масло растительное	2,5	-	2,49	-	22,47	
	Крупа (рис, перловка)	12	0,84	0,07	9,27	38,76	
	Томат	5	0,24	-	0,94	4,8	
310	Каша гречневая с курицей		14,96	15,54	25,33	311,94	190
	Курица	80	14,08	10,32	0,32	146,4	
	Лук	15	0,25	-	0,13	6,45	
	Морковь	15	0,19	0,01	1,05	4,95	
	Масло сливочное	2,5	0,02	1,81	0,03	16,52	
	Масло растительное	2,5	-	2,49	-	22,47	
	Гречневая крупа	35	0,42	0,91	23,8	115,15	
639	Компот и сухофруктов		0,35	-	18,45	71,17	180
	Сухофрукты	11	0,35	-	7,48	30,03	
	Сахар	11	-	-	10,97	41,14	
700	Хлеб белый	70	4,24	0,55	34,81	153,79	70
701	Хлеб ржаной						
ВСЕГО:			23,09	20,57	109,71	713,85	
Полдник							
209	Макаронник		5,42	6,19	30,44	192,52	120
	Макаронные изделия	35	3,5	0,31	26,32	116,2	
	Яйцо	1/4	1,9	1,72	0,10	23,55	
	Сахар	4	-	-	3,99	14,96	
	Масло сливочное	3	0,02	2,17	0,03	19,83	
	Масло растительное	2	-	1,99	-	17,98	
693	Какао		1,39	1,61	22,4	111,37	180
	Какао-порошок	3	0,10	0,08	1,35	11,01	
	Сахар	11	-	-	10,97	41,14	
	Молоко конц.	18	1,29	1,53	10,08	59,22	
ВСЕГО:			6,81	7,8	52,84	303,89	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			38,41	40,02	228,98	1408,03	

VI день сад

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
I завтрак							
417	Каша пшеничная молочная		6,32	7,48	16,44	203,55	200
	Молоко	150	3,9	4,73	7,05	87,0	
	Пшено	20	2,4	0,58	1,38	66,8	
	Масло сливочное	3	0,02	2,17	0,03	19,83	
	Сахар	8	-	-	7,98	29,92	
685	Чай с сахаром		0,48	-	11,0	41,79	180
	Чай	0,6	0,48	-	0,03	0,65	
	Сахар	11	-	-	10,97	41,14	
1	Хлеб с маслом		2,32	3,89	14,97	100,85	35
	Хлеб	30	2,28	0,27	14,91	67,8	
	Масло сливочное	5	0,04	3,62	0,06	33,05	
ВСЕГО:			9,12	11,37	42,41	346,19	
II завтрак							
639	Напиток «Осенний»	150	0,28	-	15,1	58,23	150
	Сухофрукты	9	0,28	-	6,12	24,57	
	Сахар	9	-	-	8,98	33,66	
ВСЕГО:			0,28	0	15,1	58,23	
Обед							
110	Борщ на курином бульоне		4,85	2,6	31,83	168,79	250
	Картофель	100	2	0,1	19,7	83	
	Капуста	62	1,11	-	3,34	17,36	
	Свекла	60	1,02	-	6,48	28,8	
	Лук	15	0,25	-	0,13	6,45	
	Морковь	15	0,19	0,01	1,05	4,95	
	Томат	6	0,28	-	1,13	5,76	
	Масло растительное	2,5	-	2,49	-	22,47	
66	Котлета куриная с белым соусом		17,1	15,54	5,73	233,55	60
	Курица	80	14,08	10,32	0,32	146,4	
	Лук	20	0,34	-	0,18	8,6	
	Морковь	20	0,26	0,02	1,4	6,6	
	Яйцо	1/4	1,9	1,72	0,10	23,55	
	Масло сливочное	2	0,01	1,45	0,02	13,22	
	Масло растительное	3	-	2,99	-	26,97	
	Мука	5	0,51	0,04	3,71	16,35	
317	Макароны отварные		4,04	3,98	30,14	166,7	115
	Макароны	40	4	0,36	30,08	132,8	
	Масло сливочное	5	0,04	3,62	0,06	33,05	
639	Компот и сухофруктов		0,35	-	18,45	89,62	180
	Сухофрукты	11	0,35	-	7,48	30,03	
	Сахар	11	-	-	10,97	41,14	
700	Хлеб белый	70	4,24	0,55	34,81	153,79	70
701	Хлеб ржаной						
ВСЕГО:			30,78	21,71	103,85	745,07	
Полдник							
520	Кондитерские изделия		3,92	3,96	27,24	166,8	40
	Вафли, печенье, пряники	40	3,92	3,96	27,24	166,8	
694	Чай с молоком		1,77	1,53	21,08	101,01	180
	Молоко конц.	18	1,29	1,53	10,08	59,22	
	Сахар	11	-	-	10,97	41,14	
	Чай	0,6	0,48	-	0,03	0,65	
ВСЕГО:			5,69	5,49	48,32	267,81	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			45,87	38,57	209,68	1417,3	

Утверждаю
 Старший воспитатель филиала
 МКДОУ Антиновский дс «Таловский дс»
 /О.В. Бахарева./
 01.06 2022г.

VII день сад

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
I завтрак							
414	Каша гречневая молочная		4,17	8,15	28,68	209,16	200
	Молоко	150	3,9	4,73	7,05	87,0	
	Гречка	20	0,24	0,52	13,6	65,8	
	Сахар	8	-	-	7,98	29,92	
	Масло сливочное	4	0,03	2,9	0,05	26,44	
685	Чай с сахаром		0,48	-	11,0	41,79	180
	Чай	0,6	0,48	-	0,03	0,65	
	Сахар	11	-	-	10,97	41,14	
1	Хлеб с маслом		2,32	3,89	14,97	100,85	35
	Хлеб	30	2,28	0,27	14,91	67,8	
	Масло сливочное	5	0,04	3,62	0,06	33,05	
ВСЕГО:			6,97	12,04	54,65	351,8	
II завтрак							
639	Напиток «Осенний»	150	0,28	-	15,1	58,23	150
	Сухофрукты	9	0,28	-	6,12	24,57	
	Сахар	9	-	-	8,98	33,66	
ВСЕГО:			0,28	0	15,1	58,23	
Обед							
37	Суп гороховый на курином бульоне		6,24	5,22	24,37	164,81	250
	Картофель	59	1,18	0,59	11,62	48,97	
	Лук	15	0,25	-	0,13	6,45	
	Морковь	15	0,19	0,01	1,05	4,95	
	Горох	20	4,6	0,32	11,54	64,6	
	Масло сливочное	2,5	0,02	1,81	0,03	16,52	
	Масло растительное	2,5	-	2,49	-	22,47	
308	Каша пшеничная с курицей		18,35	14,96	22,71	294,29	200
	Курица	80	14,08	10,32	0,32	146,4	
	Пшеничная крупа	30	3,81	0,33	21,18	97,5	
	Лук	15	0,25	-	0,13	6,45	
	Морковь	15	0,19	0,01	1,05	4,95	
	Масло сливочное	2,5	0,02	1,81	0,03	16,52	
	Масло растительное	2,5	-	2,49	-	22,47	
639	Компот и сухофруктов		0,35	-	18,45	89,62	180
	Сухофрукты	11	0,35	-	7,48	30,03	
	Сахар	11	-	-	10,97	41,14	
700	Хлеб белый	70	4,24	0,55	34,81	153,79	70
701	Хлеб ржаной						
ВСЕГО:			29,18	20,73	100,34	702,51	
Полдник							
479	Булочка «Ярославская»		4,71	8,54	28,79	204,83	60
	Мука	29	2,98	0,26	21,51	94,83	
	Молоко	25	0,65	0,79	1,17	14,5	
	Сахар	6	-	-	5,98	22,44	
	Яйцо	1/8	0,9	0,82	0,05	11,77	
	Масло сливочное	3	0,02	2,17	0,03	19,83	
	Масло растительное	4,5	-	4,49	-	40,45	
	Дрожжи	1	0,16	0,01	0,05	1,01	
692	Кофейный напиток		1,29	1,53	21,05	107,26	180
	Молоко конц.	18	1,29	1,53	10,08	59,22	
	Сахар	11	-	-	10,97	41,14	
	Кофе-порошок	3	-	-	-	6,9	
ВСЕГО:			6	10,07	49,84	312,09	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			42,43	42,84	219,93	1424,63	

VIII день сад

№ реп	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
I завтрак							
99	Каша пшеничная молочная		6,47	7,85	29,2	208,36	200
	Молоко	150	3,9	4,73	7,05	87,0	
	Крупа пшеничная	20	2,54	0,22	14,12	65	
	Масло сливочное	4	0,03	2,9	0,05	26,44	
	Сахар	8	-	-	7,98	29,92	
685	Чай с сахаром		0,48	-	11,0	41,79	180
	Чай	0,6	0,48	-	0,03	0,65	
	Сахар	11	-	-	10,97	41,14	
1	Хлеб с маслом		2,32	3,89	14,97	100,85	35
	Хлеб	30	2,28	0,27	14,91	67,8	
	Масло сливочное	5	0,04	3,62	0,06	33,05	
ВСЕГО:			9,27	11,74	55,17	351	
II завтрак							
639	Напиток «Осенний»	150	0,28	-	15,1	58,23	150
	Сухофрукты	9	0,28	-	6,12	24,57	
	Сахар	9	-	-	8,98	33,66	
ВСЕГО:			0,28	0	15,1	58,23	
Обед							
47	Суп с бобовыми на курином бульоне		6,86	4,75	21,99	196,04	250
	Картофель	100	2	0,1	19,7	83	
	Лук	15	0,25	-	0,13	6,45	
	Морковь	15	0,19	0,01	1,05	4,95	
	Масло растительное	2,5	-	2,49	-	22,47	
	Масло сливочное	2,5	0,02	1,81	0,03	16,52	
	Бобовые (фасоль, чечевица)	20	4,4	0,34	1,08	61,8	
317	Макаронные отварные		4,04	3,98	30,14	166,7	115
	Макаронные	40	4	0,36	30,08	132,8	
	Масло сливочное	5	0,04	3,62	0,06	33,05	
455	Гуляш из курицы		17,34	15,98	7,32	243,34	110
	Курица	90	15,84	11,61	0,36	164,7	
	Лук	20	0,34	-	0,18	8,6	
	Морковь	30	0,39	0,03	2,1	9,9	
	Томат	5	0,24	-	0,94	4,8	
	Мука	5	0,51	0,04	3,71	16,35	
	Масло сливочное	2,5	0,02	1,81	0,03	16,52	
	Масло растительное	2,5	-	2,49	-	22,47	
639	Компот и сухофруктов		0,35	-	18,45	89,62	180
	Сухофрукты	11	0,35	-	7,48	30,03	
	Сахар	11	-	-	10,97	41,14	
700	Хлеб белый	70	4,24	0,55	34,81	153,79	70
701	Хлеб ржаной						
ВСЕГО:			32,83	25,26	112,71	849,49	
Полдник							
199	Биточки манные с киселем		5,24	6,54	34,55	209,5	80/20
	Кисель	10	0,03	-	9,05	33	
	Манка	25	2,75	0,17	18,3	81,5	
	Молоко	45	1,17	1,42	2,11	26,1	
	Яйцо	1/6	1,27	1,15	0,07	15,7	
	Сахар	5	-	-	4,99	18,7	
	Масло сливочное	2,5	0,02	1,81	0,03	16,52	
	Масло растительное	2	-	1,99	-	17,98	
693	Какао		1,39	1,61	22,4	111,37	180
	Какао-порошок	3	0,10	0,08	1,35	11,01	
	Сахар	11	-	-	10,97	41,14	
	Молоко конц.	18	1,29	1,53	10,08	59,22	
ВСЕГО:			6,63	8,15	56,95	220,87	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			49,01	45,15	239,93	1479,59	

Утверждаю
 Старший воспитатель филиала
 МКДОУ Антиповский дс «Таловский дс»
 /О.В. Бахарева./
 01.06 2022г.

IX день сад

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
I завтрак							
213	Каша молочная «Радуга»		5,54	8,08	23,03	209,36	200
	Молоко	150	3,9	4,73	7,05	87,0	
	Рис	5	0,35	0,03	3,86	16,15	
	Пшено	10	1,2	0,29	0,69	33,4	
	Гречка	5	0,06	0,13	3,4	16,45	
	Масло сливочное	4	0,03	2,9	0,05	26,44	
	Сахар	8	-	-	7,98	29,92	
1	Хлеб с маслом		2,32	3,89	14,97	100,85	35
	Хлеб	30	2,28	0,27	14,91	67,8	
	Масло сливочное	5	0,04	3,62	0,06	33,05	
685	Чай с сахаром		0,48	-	11,0	41,79	180
	Чай	0,6	0,48	-	0,03	0,65	
	Сахар	11	-	-	10,97	41,14	
ВСЕГО:			8,34	11,97	49	352	
II завтрак							
639	Напиток «Осенний»	150	0,28	-	15,1	58,23	150
	Сухофрукты	9	0,28	-	6,12	24,57	
	Сахар	9	-	-	8,98	33,66	
ВСЕГО:			0,28	0	15,1	58,23	
Обед							
138	Суп крестьянский на курином бульоне		4,24	4,76	25,07	188,43	250
	Картофель	117	2,34	0,11	23,04	97,11	
	Пшено	12	1,44	0,34	0,82	40,08	
	Лук	15	0,25	-	0,13	6,45	
	Морковь	15	0,19	0,01	1,05	4,95	
	Масло сливочное	2,5	0,02	1,81	0,03	16,52	
	Масло растительное	2,5	-	2,49	-	22,47	
310	Каша гречневая с курицей		14,96	15,54	25,33	311,94	190
	Курица	80	14,08	10,32	0,32	146,4	
	Лук	15	0,25	-	0,13	6,45	
	Морковь	15	0,19	0,01	1,05	4,95	
	Масло сливочное	2,5	0,02	1,81	0,03	16,52	
	Масло растительное	2,5	-	2,49	-	22,47	
	Гречневая крупа	35	0,42	0,91	23,8	115,15	
639	Компот и сухофруктов		0,35	-	18,45	89,62	180
	Сухофрукты	11	0,35	-	7,48	30,03	
	Сахар	11	-	-	10,97	41,14	
700	Хлеб белый	70	4,24	0,55	34,81	153,79	70
701	Хлеб ржаной						
ВСЕГО:			23,79	20,85	103,66	743,78	
Полдник							
520	Кондитерские изделия		3,92	3,96	27,24	166,8	40
	Вафли, печенье, пряники	40	3,92	3,96	27,24	166,8	
694	Чай с молоком		1,77	1,53	21,08	101,01	180
	Молоко конц.	18	1,29	1,53	10,08	59,22	
	Сахар	11	-	-	10,97	41,14	
	Чай	0,6	0,48	-	0,03	0,65	
ВСЕГО:			5,69	5,49	48,32	267,81	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			38,1	38,31	216,08	1421,82	

Х день сад

№ рец	Приём пищи, наименование блюда и продукты	Гр Бр. нет	Химический состав				Выход
			Б	Ж	У	К	
I завтрак							
416	Каша манная молочная		5,59	8,45	26,07	198,87	200
	Молоко	150	3,9	4,73	7,05	87,0	
	Манка	15	1,65	0,10	10,98	48,9	
	Масло сливочное	5	0,04	3,62	0,06	33,05	
	Сахар	8	-	-	7,98	29,92	
685	Чай с сахаром		0,48	-	11,0	41,79	150
	Чай	0,6	0,48	-	0,03	0,65	
	Сахар	11	-	-	10,97	41,14	
1	Хлеб с маслом		2,32	3,89	14,97	100,85	35
	Хлеб	30	2,28	0,27	14,91	67,8	
	Масло сливочное	5	0,04	3,62	0,06	33,05	
ВСЕГО:			8,39	12,34	52,04	341,51	
II завтрак							
639	Напиток «Осенний»	150	0,28	-	15,1	58,23	150
	Сухофрукты	9	0,28	-	6,12	24,57	
	Сахар	9	-	-	8,98	33,66	
ВСЕГО:			0,28	0	15,1	58,23	
Обед							
85	Суп рыбный с крупой		6,26	4,65	31,5	190,54	250
	Рыба	10	1,9	0,08	-	8,4	
	Картофель	100	2	0,1	19,7	83	
	Лук	15	0,25	-	0,13	6,45	
	Морковь	15	0,19	0,01	1,05	4,95	
	Масло сливочное	2,5	0,02	1,81	0,03	16,52	
	Масло растительное	2,5	-	2,49	-	22,47	
	Крупа пшеничная	15	1,9	0,16	10,59	48,75	
325	Рис отварной		2,85	5,31	31,01	175,47	90
	рис	40	2,8	0,24	30,92	129,2	
	Масло сливочное	7	0,05	5,07	0,09	46,27	
257	Котлета рыбная с томатным соусом		17,12	3,88	9,14	143,81	60
	Рыба	90	14,31	0,63	-	63	
	Яйцо	1/6	1,2	1,1	0,07	15,7	
	Лук	15	0,25	-	0,13	6,45	
	Масло растительное	2	-	1,99	-	17,98	
	Хлеб	18	1,36	0,16	8,94	40,68	
364	Соус томатный		1,05	3,04	5,43	55,72	25
	Томатная паста	5	0,24	-	0,94	4,8	
	Лук	10	0,17	-	0,08	4,3	
	Морковь	10	0,13	0,01	0,7	3,3	
	Мука	5	0,51	0,04	3,71	16,35	
	Масло растительное	3	-	2,99	-	26,97	
639	Компот из сухофруктов		0,35	-	18,45	89,62	180
	Сухофрукты	11	0,35	-	7,48	30,03	
	Сахар	11	-	-	10,97	41,14	
700	Хлеб белый		4,24	0,55	34,81	153,79	70
701	Хлеб ржаной	70					
ВСЕГО:			31,87	17,43	130,34	808,95	
Полдник							
685	Чай с сахаром		0,48	-	11,0	41,79	180
	Чай	0,6	0,48	-	0,03	0,65	
	Сахар	11	-	-	10,97	41,14	
447	Блины со сгущенным молоком		8,54	10,93	45,46	306,81	65/20
	Сгущенное молоко	20	1,44	1,7	11,2	65,8	
	Молоко	50	1,3	1,57	2,35	29,0	
	Мука	36	3,7	0,32	26,71	117,72	
	Яйцо	14	1,9	1,72	0,10	23,55	
	Сахар	5	-	-	4,99	18,7	
	Масло сливочное	5	0,04	3,62	0,06	33,05	
	Масло растительное	2	-	1,99	-	17,98	
	Дрожжи	1	0,16	0,01	0,05	1,01	
ВСЕГО:			9,02	10,93	56,46	348,6	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			49,56	40,7	253,94	1557,29	