

Заведующий ГКДОУ № 26 «ТОПОЛЕК»

Г.О ТОРЕЗА, Г. ТОРЕЗА ДНР

О.В. Каргапольцева



ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ

ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ПРИ ТРЕХРАЗОВОМ ПИТАНИИ

НА ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД 2024-2025 ГОДА

ГКДОУ № 26 «ТОПОЛЁК» Г.О ТОРЕЗА Г. ТОРЕЗА ДНР

Основное двухнедельное меню для организации питания детей при трёх разовом питании на осенне-зимний период 2024-2025 года

| номер рецептуры | Наименование блюда согласно рецептуре | Выход блюд для разных возрастных категорий детей | | Химический состав блюд | | | | | | энергоценность | | Распределение еды по калорийности в течение дня (%) | |
|--|--|--|------|------------------------|--------|--------|--------|----------|---------|----------------|-----------|---|------|
| | | | | белки | | жиры | | углеводы | | | | | |
| | | | | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | | | | |
| ПОНЕДЕЛЬНИК | | | | | | | | | | | | | |
| ВТРАК | | | | | | | | | | | | | |
| Пособие Новосибирск с.117 | Макароны отварные с сыром | 120 | 150 | 6,300 | 7,900 | 5,400 | 6,800 | 22,900 | 28,600 | 166,200 | 207,700 | | |
| Пособие Новосибирск с.158 | Отварное яйцо | 40 | 40 | 4,800 | 4,800 | 4,000 | 4,000 | 0,300 | 0,300 | 56,600 | 56,600 | | |
| Пособие Л.С., Т.К. № 1.26 | Икра кабачковая (промышленного производства) | 45 | 60 | 0,540 | 0,720 | 2,120 | 2,830 | 3,470 | 4,630 | 35,100 | 46,800 | | |
| Пособие Новосибирск с.282 | Чай с сахаром | 150 | 200 | 0,200 | 0,200 | 0,000 | 0,000 | 4,900 | 6,500 | 20,100 | 26,800 | | |
| Могильный, с.28 | Бутерброд с маслом сливочным | 30/6 | 40/8 | 1,620 | 1,750 | 3,600 | 4,800 | 12,000 | 16,000 | 107,900 | 119,220 | | |
| Могильный, с.126 | Банан | 100 | 150 | 2,400 | 2,550 | 0,800 | 0,850 | 33,600 | 35,700 | 55,000 | 82,500 | | |
| Итого | | | | 15,860 | 17,920 | 15,920 | 19,280 | 77,170 | 91,730 | 440,900 | 539,620 | 35% | 29% |
| Обед | | | | | | | | | | | | | |
| И.Здобнов, с.218 | Суп крестьянский | 180 | 250 | 1,800 | 2,400 | 2,380 | 3,170 | 9,880 | 19,760 | 79,870 | 106,500 | | |
| И.Здобнов, с.31 | Салат из квашенной капусты | 60 | 60 | 0,950 | 0,950 | 2,990 | 2,990 | 4,600 | 4,600 | 49,920 | 49,920 | | |
| Могильный, с.276 | Жаркое по домашнему | 180 | 230 | 14,890 | 19,020 | 13,480 | 17,230 | 15,700 | 20,500 | 252,450 | 322,600 | | |
| Могильный, с.228 | Кисель | 150 | 100 | 0,200 | 0,200 | 0,200 | 0,200 | 11,600 | 11,600 | 48,000 | 48,000 | | |
| Могильный, с.148 | Хлеб ржаной | 40 | 50 | 1,440 | 1,800 | 0,360 | 0,450 | 12,480 | 15,600 | 59,400 | 74,250 | | |
| Итого | | | | 19,280 | 24,370 | 19,410 | 24,040 | 54,260 | 72,060 | 489,640 | 601,270 | 39% | 32% |
| Ужин | | | | | | | | | | | | | |
| Пособие Новосибирск с.85 | Каша вязкая молочная пшеница | 120 | 150 | 5,000 | 6,000 | 6,100 | 7,700 | 22,600 | 28,200 | 164,900 | 206,200 | | |
| Могильный, с.648 | Печенье | 12 | 20 | 0,700 | 1,170 | 1,990 | 3,320 | 8,170 | 13,620 | 56,040 | 93,400 | | |
| Могильный, с.628 | Кофейный напиток с молоком | 150 | 200 | 2,370 | 3,030 | 2,000 | 2,650 | 11,960 | 15,700 | 83,850 | 118,000 | | |
| Итого | | | | 8,070 | 10,200 | 10,090 | 13,670 | 42,730 | 57,520 | 304,790 | 417,600 | 24% | 22% |
| Всего | | | | 43,210 | 52,490 | 45,420 | 56,990 | 174,160 | 221,310 | 1 235,330 | 1 558,490 | 97% | 83% |
| Норма за день по энергоценности | | | | 46,600 | 68,100 | 45,600 | 71,700 | 168,600 | 239,200 | 1267,200 | 1874,800 | 100% | 100% |

| Номер рецептуры | Наименование блюда согласно рецептуре | Выход блюд для разных возрастных категорий детей | | Химический состав блюд | | | | | | энергоценность | | Распределение калорийности по течению дня | |
|--|--|--|---------|------------------------|--------|--------|--------|----------|---------|----------------|-----------|---|-----|
| | | | | белки | | жиры | | углеводы | | ясли | сад | ясли | сад |
| | | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | | | | |
| ВТОРНИК | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| Л.Н. Курнешова, с.183 | Рыба тушеная | 75 | 95 | 10,670 | 11,850 | 10,300 | 11,440 | 1,700 | 1,900 | 142,200 | 158,000 | | |
| Пособие Новосибирск с.121 | Рис отварной | 120 | 150 | 3,000 | 3,700 | 3,800 | 4,800 | 29,200 | 36,500 | 162,800 | 203,500 | | |
| Могильный, с.29 | Бутерброд с маслом и сыром | 30/6/8 | 40/8/12 | 3,780 | 5,040 | 8,400 | 9,200 | 13,000 | 16,000 | 180,000 | 215,000 | | |
| Пособие Новосибирск с.282 | Чай | 150 | 200 | 0,200 | 0,200 | 0,000 | 0,000 | 4,900 | 6,500 | 20,100 | 26,800 | | |
| Могильный, с.122 | Яблоко | | 170 | | 0,680 | | 0,630 | | 20,910 | | 54,600 | | |
| Итого | | | | 17,650 | 21,470 | 22,500 | 26,070 | 48,800 | 81,810 | 505,100 | 657,900 | 40% | |
| Обед | | | | | | | | | | | | | |
| М.П. Могильный, Т.К. № 20 | Овощи натуральные соленые (огурец) | 45 | 45 | 0,360 | 0,360 | 0,050 | 0,050 | 1,130 | 1,130 | 6,300 | 6,300 | | |
| Пособие Новосибирск с.41 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 200 | 250 | 4,700 | 5,870 | 4,960 | 6,200 | 10,120 | 12,650 | 110,360 | 137,950 | | |
| Могильный, Т.К. № 284 | Оладьи из печени по-кунцевски | 60 | 80 | 6,600 | 8,800 | 8,780 | 11,700 | 10,880 | 14,510 | 113,930 | 151,900 | | |
| Пособие Новосибирск с.127 | Пюре картофельное | 120 | 150 | 2,600 | 3,200 | 4,200 | 5,200 | 15,800 | 19,800 | 111,500 | 139,400 | | |
| Могильный, с.629 | Компот из сухофруктов | 150 | 200 | 0,100 | 0,150 | 0,000 | 0,000 | 12,100 | 16,400 | 54,900 | 111,800 | | |
| Могильный, с.148 | Хлеб ржаной | 40 | 50 | 1,440 | 1,800 | 0,360 | 0,450 | 12,480 | 15,600 | 59,400 | 74,250 | | |
| Итого | | | | 15,800 | 20,180 | 18,350 | 23,600 | 62,510 | 80,090 | 456,390 | 621,600 | 36% | |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | |
| Могильный, Т.К. № 11 | Молоко кипяченое | 150 | 180 | 4,560 | 5,480 | 4,060 | 4,880 | 7,550 | 9,070 | 85,000 | 102,000 | | |
| Л.Е. Курнешова Т.К. № 118 | Булочка сдобная | 60 | 90 | 4,530 | 6,790 | 6,110 | 9,160 | 27,800 | 41,700 | 197,160 | 295,750 | | |
| Итого | | | | 9,090 | 12,270 | 10,170 | 14,040 | 35,350 | 50,770 | 282,160 | 397,750 | 22% | |
| Всего | | | | 42,540 | 53,920 | 51,020 | 63,710 | 146,660 | 212,670 | 1 243,650 | 1 677,250 | 98% | |
| Норма за день по энергоценности | | | | 46,600 | 68,100 | 45,600 | 71,700 | 168,600 | 239,200 | 1267,200 | 1874,800 | 100% | 1 |

| Категория рецептуры | Наименование блюда согласно рецептуре | Выход блюд для разных возрастных категорий детей | | Химический состав блюд | | | | | | энергоценность | | Распределение еды по калорийности в течение дня (%) | |
|----------------------------------|---------------------------------------|--|---------|------------------------|--------|--------|--------|----------|---------|----------------|-----------|---|------|
| | | | | белки | | жиры | | углеводы | | | | | |
| | | | | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | | | | |
| СРЕДА | | | | | | | | | | | | | |
| Т.К. № | Вареники ленивые | 57 | 95 | 9,540 | 15,900 | 4,680 | 7,800 | 9,320 | 15,540 | 117,640 | 196,080 | | |
| № | Чай с сахаром | 150 | 0 | 0,200 | 0,000 | 0,000 | 0,000 | 4,900 | 0,000 | 20,100 | 0,000 | | |
| № | Чай с молоком | 0 | 200 | 0,000 | 3,120 | 0,000 | 3,220 | 0,000 | 18,700 | 0,000 | 113,060 | | |
| № | Бутерброд с маслом и сыром | 0 | 40/8/12 | 0,000 | 5,040 | 0,000 | 9,200 | 0,000 | 16,000 | 0,000 | 215,000 | | |
| № | Бутерброд с маслом сливочным | 30/6 | 0 | 1,620 | 0,000 | 3,600 | 0,000 | 12,000 | 0,000 | 107,900 | 0,000 | | |
| | | | | 11,360 | 24,060 | 8,280 | 20,220 | 26,220 | 50,240 | 245,640 | 524,140 | 19% | 28% |
| № | Суп гороховый | 180 | 250 | 1,660 | 2,210 | 1,830 | 2,440 | 12,100 | 16,100 | 92,900 | 185,800 | | |
| № | Плов с курицей | 120 | 150 | 16,400 | 20,500 | 4,900 | 6,100 | 19,900 | 24,900 | 188,800 | 236,000 | | |
| № | Овощи натуральные соленые (помидор) | 50 | 60 | 0,550 | 0,660 | 0,100 | 0,120 | 1,900 | 2,280 | 11,000 | 13,200 | | |
| № | Сок | 100 | 100 | 0,200 | 0,200 | 0,200 | 0,200 | 11,600 | 11,600 | 48,000 | 48,000 | | |
| № | Хлеб ржаной | 40 | 50 | 1,440 | 1,800 | 0,360 | 0,450 | 12,480 | 15,600 | 59,400 | 74,250 | | |
| | | | | 20,250 | 25,370 | 7,390 | 9,310 | 57,980 | 70,480 | 400,100 | 557,250 | 32% | 30% |
| № | Каша вязкая молочная овсяная с изюмом | 120 | 150 | 5,000 | 6,000 | 6,500 | 8,100 | 23,000 | 29,000 | 170,300 | 212,900 | | |
| № | Коржик молочный | 40 | 40 | 2,600 | 2,600 | 4,000 | 4,000 | 21,010 | 21,010 | 129,900 | 129,900 | | |
| № | Ряженка | 150 | 180 | 5,010 | 5,700 | 3,750 | 4,500 | 6,390 | 7,200 | 91,000 | 95,400 | | |
| | | | | 12,610 | 14,300 | 14,250 | 16,600 | 50,400 | 57,210 | 391,200 | 438,200 | 31% | 23% |
| | | | | 44,220 | 63,730 | 29,920 | 46,130 | 134,600 | 177,930 | 1 036,940 | 1 519,590 | 82% | 81% |
| за день по энергоценности | | | | 46,600 | 68,100 | 45,600 | 71,700 | 168,600 | 239,200 | 1267,200 | 1874,800 | 100% | 100% |

| Номер рецептуры | Наименование блюда согласно рецептуре | Выход блюд для разных возрастных категорий детей | | Химический состав блюд | | | | | | энергоценность | | Распределение еды по калорийности в течение дня (%) | |
|--|--|--|---------|------------------------|---------------|---------------|---------------|----------------|----------------|------------------|------------------|---|-------------|
| | | ясли | сад | белки | | жиры | | углеводы | | ясли | сад | ясли | сад |
| | | | | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | | | | |
| ЧЕТВЕРГ | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| Пособие Новосибирск с.151 | Омлет натуральный | 100 | 150 | 8,500 | 12,700 | 12,000 | 18,000 | 2,200 | 3,300 | 150,300 | 225,500 | | |
| Коровка Л.С., Т.К. № 1.13 | Салат из зеленого горошка с луком репчатым | 40 | 60 | 1,190 | 1,570 | 5,080 | 5,080 | 2,270 | 3,900 | 46,000 | 67,000 | | |
| Могильный, с.29 | Бутерброд с маслом и сыром | 30/6/8 | 40/8/12 | 3,780 | 5,040 | 8,400 | 9,200 | 13,000 | 16,000 | 180,000 | 215,000 | | |
| Пособие Новосибирск с.282 | Чай с сахаром | 150 | 0 | 0,200 | 0,000 | 0,000 | 0,000 | 4,900 | 0,000 | 20,100 | 0,000 | | |
| Л.Е.Курнешова Т.К. № 9 | Чай с молоком | 0 | 200 | 0,000 | 3,120 | 0,000 | 3,220 | 0,000 | 18,700 | 0,000 | 113,060 | | |
| Могильный, с.122 | Яблоко | | 170 | | 0,680 | | 0,630 | | 20,910 | | 54,600 | | |
| Итого | | | | 13,670 | 23,110 | 25,480 | 36,130 | 22,370 | 62,810 | 396,400 | 675,160 | 31% | 36% |
| Обед | | | | | | | | | | | | | |
| Коровка Л.С., с.37 | Суп картофельный с клецками, с мясом птицы | 170/10 | 200/15 | 4,120 | 5,200 | 5,630 | 7,100 | 15,130 | 19,090 | 139,600 | 169,090 | | |
| Пособие Новосибирск с.119 | Каша гречневая рассыпчатая | 120 | 150 | 6,600 | 8,300 | 5,000 | 6,300 | 28,800 | 36,000 | 187,000 | 233,700 | | |
| Пособие Новосибирск с.200 | Котлеты из курицы | 60 | 75 | 11,500 | 14,400 | 2,600 | 3,200 | 8,100 | 10,100 | 101,100 | 126,400 | | |
| М.П. Могильный, Т.К. № 21 | Салат из соленого огурца | 25 | 30 | 0,980 | 0,980 | 2,000 | 2,000 | 4,000 | 4,000 | 82,100 | 82,100 | | |
| Могильный, с.148 | Хлеб ржаной | 40 | 50 | 1,440 | 1,800 | 0,360 | 0,450 | 12,480 | 15,600 | 59,400 | 74,250 | | |
| Могильный, с.629 | Компот из сухофруктов | 150 | 200 | 0,100 | 0,150 | 0,000 | 0,000 | 12,100 | 16,400 | 54,900 | 111,800 | | |
| Итого | | | | 24,740 | 30,830 | 15,590 | 19,050 | 80,610 | 101,190 | 624,100 | 797,340 | 49% | 43% |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | |
| Л.Е.Курнешова, с.183 | Каша манная молочная | 150 | 200 | 4,390 | 5,860 | 7,460 | 9,950 | 20,110 | 26,800 | 166,000 | 221,380 | | |
| Могильный, с.648 | Печенье | 12 | 20 | 0,700 | 1,170 | 1,990 | 3,320 | 8,170 | 13,620 | 56,040 | 93,400 | | |
| Могильный, с.628 | Кофейный напиток с молоком | 150 | 200 | 2,370 | 3,030 | 2,000 | 2,650 | 11,960 | 15,700 | 83,850 | 118,000 | | |
| Итого | | | | 7,460 | 10,060 | 11,450 | 15,920 | 40,240 | 56,120 | 305,890 | 432,780 | 24% | 23% |
| Всего | | | | 45,870 | 64,000 | 52,520 | 71,100 | 143,220 | 220,120 | 1 326,390 | 1 905,280 | 105% | 102% |
| Норма за день по энергоценности | | | | 46,600 | 68,100 | 45,600 | 71,700 | 168,600 | 239,200 | 1267,200 | 1874,800 | 100% | 100% |

| рецептуры | Наименование блюда согласно рецептуре | Выход блюд для разных возрастных категорий детей | | Химический состав блюд | | | | | | энергоценность | | распределение еды по калорийности в течение дня (%) | |
|-------------------------------------|--|--|---------|------------------------|---------|---------|---------|----------|-----------|----------------|-----------|---|------|
| | | ясли | сад | белки | | жиры | | углеводы | | ясли | сад | ясли | сад |
| | | | | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | | | | |
| ПЯТНИЦА | | | | | | | | | | | | | |
| ий, с.223 | Каша вязкая пшеничная с сахаром и маслом | 150 | 200 | 3,500 | 5,900 | 4,600 | 5,800 | 35,400 | 47,200 | 150,300 | 222,040 | | |
| ий, с.29 | Бутерброд с маслом и сыром | 30/6/8 | 40/8/12 | 3,780 | 5,040 | 8,400 | 9,200 | 13,000 | 16,000 | 180,000 | 215,000 | | |
| сибирск 1 | Какао с молоком | 150 | 200 | 3,500 | 4,600 | 2,700 | 3,600 | 9,500 | 12,600 | 75,300 | 100,400 | | |
| ий, с.126 | Банан | 100 | 150 | 2,400 | 2,550 | 0,800 | 0,850 | 33,600 | 35,700 | 55,000 | 82,500 | | |
| г | | | | 13,180 | 18,090 | 16,500 | 19,450 | 91,500 | 111,500 | 460,600 | 619,940 | 36% | 33% |
| ешова, 3 | Суп рыбный | 180 | 250 | 18,480 | 24,640 | 1,990 | 2,660 | 9,900 | 13,190 | 145,600 | 194,100 | | |
| цова Т.К. 3 | Куры отварные измельченные | 60 | 90 | 13,350 | 20,030 | 8,500 | 12,790 | 0,000 | 0,000 | 139,300 | 208,900 | | |
| йе ск с.127 | Пюре картофельное | 120 | 150 | 2,600 | 3,200 | 4,200 | 5,200 | 15,800 | 19,800 | 111,500 | 139,400 | | |
| льный, 270 | Овощи натуральные соленые (помидор) | 50 | 60 | 0,550 | 0,660 | 0,100 | 0,120 | 1,900 | 2,280 | 11,000 | 13,200 | | |
| й, с.148 | Хлеб ржаной | 40 | 50 | 1,440 | 1,800 | 0,360 | 0,450 | 12,480 | 15,600 | 59,400 | 74,250 | | |
| С., с.240 | Компот из свежих фруктов | 150 | 200 | 0,120 | 0,160 | 0,120 | 0,160 | 11,920 | 15,893 | 45,000 | 60,000 | | |
| г | | | | 36,540 | 50,490 | 15,270 | 21,380 | 52,000 | 66,763 | 511,800 | 689,850 | 40% | 37% |
| йе ск с.99 | Суп молочный с гречневой крупой | 200 | 250 | 5,740 | 7,170 | 4,820 | 6,020 | 15,920 | 19,900 | 129,920 | 162,400 | | |
| йе ск с.363 | Булочка ванильная | 60 | 60 | 4,600 | 4,600 | 4,100 | 4,100 | 30,520 | 30,520 | 177,000 | 177,000 | | |
| й, с.628 | Кофейный напиток с молоком | 150 | 200 | 2,370 | 3,030 | 2,000 | 2,650 | 11,960 | 15,700 | 83,850 | 118,000 | | |
| г | | | | 12,710 | 14,800 | 10,920 | 12,770 | 58,400 | 66,120 | 390,770 | 457,400 | 31% | 24% |
| о | | | | 62,430 | 83,380 | 42,690 | 53,600 | 201,900 | 244,383 | 1 363,170 | 1 767,190 | 108% | 94% |
| на за день по энергоценности | | | | 46,600 | 68,100 | 45,600 | 71,700 | 168,600 | 239,200 | 1267,200 | 1874,800 | 100% | 100% |
| Всего за пять дней | | | | 238,270 | 317,520 | 221,570 | 291,530 | 800,540 | 1 076,413 | 6 205,480 | 8 427,800 | 98% | 90% |
| на за пять по энергоценности | | | | 233,000 | 340,500 | 228,000 | 358,500 | 843,000 | 1 196,000 | 6 336,000 | 9 374,000 | 100% | 100% |

| Номер рецептуры | Наименование блюда согласно рецептуре | Выход олюод для разных возрастных категорий детей | | Химический состав блюд | | | | | | энергоценность | | распределение е калорийности таение дня (с | |
|-----------------|---------------------------------------|---|-----|------------------------|-----|------|-----|----------|-----|----------------|-----|--|-----|
| | | | | белки | | жиры | | углеводы | | | | | |
| | | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |

ПОНЕДЕЛЬНИК

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | |
|---------------------------|--|------|------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|----------------|----------------|------------|-----------|
| Пособие Новосибирск с.117 | Макароны отварные с сыром | 120 | 150 | 6,300 | 7,900 | 5,400 | 6,800 | 22,900 | 28,600 | 166,200 | 207,700 | | |
| Пособие Новосибирск с.158 | Отварное яйцо | 40 | 40 | 4,800 | 4,800 | 4,000 | 4,000 | 0,300 | 0,300 | 56,600 | 56,600 | | |
| Коровка Л.С., Т.К. № 1.26 | Икра кабачковая (промышленного производства) | 45 | 60 | 0,540 | 0,720 | 2,120 | 2,830 | 3,470 | 4,630 | 35,100 | 46,800 | | |
| Пособие Новосибирск с.282 | Чай | 150 | 200 | 0,200 | 0,200 | 0,000 | 0,000 | 4,900 | 6,500 | 20,100 | 26,800 | | |
| Могильный, с.28 | Бутерброд с маслом сливочным | 30/6 | 40/8 | 1,620 | 1,750 | 3,600 | 4,800 | 12,000 | 16,000 | 107,900 | 119,220 | | |
| Могильный, с.126 | Банан | | 150 | | 2,550 | | 0,850 | | 35,700 | | 82,500 | | |
| Итого | | | | 13,460 | 17,920 | 15,120 | 19,280 | 43,570 | 91,730 | 385,900 | 539,620 | 30% | 29 |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | |
|---------------------------|----------------------------|-----|-----|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|----------------|----------------|------------|-----------|
| Л.Е.Курнешова Т.К.№ 37 | Суп гороховый | 180 | 250 | 1,660 | 2,210 | 1,830 | 2,440 | 12,100 | 16,100 | 92,900 | 185,800 | | |
| А.И. Здобнов, с.31 | Салат из квашенной капусты | 60 | 60 | 0,950 | 0,950 | 2,990 | 2,990 | 4,600 | 4,600 | 49,920 | 49,920 | | |
| Пособие Новосибирск с.119 | Каша гречневая рассыпчатая | 120 | 150 | 6,600 | 8,300 | 5,000 | 6,300 | 28,800 | 36,000 | 187,000 | 233,700 | | |
| Пособие Новосибирск с.200 | Котлеты из курицы | 60 | 75 | 11,500 | 14,400 | 2,600 | 3,200 | 8,100 | 10,100 | 101,100 | 126,400 | | |
| Могильный, с.629 | Компот из сухофруктов | 150 | 200 | 0,100 | 0,150 | 0,000 | 0,000 | 12,100 | 16,400 | 54,900 | 111,800 | | |
| Могильный, с.148 | Хлеб ржаной | 40 | 50 | 1,440 | 1,800 | 0,360 | 0,450 | 12,480 | 15,600 | 59,400 | 74,250 | | |
| Итого | | | | 22,250 | 27,810 | 12,780 | 15,380 | 78,180 | 98,800 | 545,220 | 781,870 | 43% | 42 |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------|----------------------------|-----|-----|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|----------------|----------------|------------|------------|
| Л.Е.Курнешова, с.183 | Каша манная молочная | 150 | 200 | 4,390 | 5,860 | 7,460 | 9,950 | 20,110 | 26,800 | 166,000 | 221,380 | | |
| Могильный, с.648 | Печенье | 12 | 20 | 0,700 | 1,170 | 1,990 | 3,320 | 8,170 | 13,620 | 56,040 | 93,400 | | |
| Могильный, с.628 | Кофейный напиток с молоком | 150 | 200 | 2,370 | 3,030 | 2,000 | 2,650 | 11,960 | 15,700 | 83,850 | 118,000 | | |
| Итого | | | | 7,460 | 10,060 | 11,450 | 15,920 | 40,240 | 56,120 | 305,890 | 432,780 | 24% | 23% |

| | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|---------------|---------------|---------------|---------------|----------------|----------------|------------------|------------------|-------------|-------------|
| Всего | | | | 43,170 | 55,790 | 39,350 | 50,580 | 161,990 | 246,650 | 1 237,010 | 1 754,270 | 98% | 94% |
| Норма за день по энергоценности | | | | 46,600 | 68,100 | 45,600 | 71,700 | 168,600 | 239,200 | 1267,200 | 1874,800 | 100% | 100% |

| ер рецептуры | Наименование блюда согласно рецептуре | Выход блюд для разных возрастных категорий детей | | Химический состав блюд | | | | | | энергоценность | | Распределение еды по калорийности в течение дня (%) | |
|--|---|--|---------|------------------------|--------|--------|--------|----------|---------|----------------|-----------|---|------|
| | | | | белки | | жиры | | углеводы | | | | | |
| | | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| ВТОРНИК | | | | | | | | | | | | | |
| рак | | | | | | | | | | | | | |
| льный, Т.К. № 244 | Вареники ленивые | 65 | 105 | 10,880 | 17,580 | 5,340 | 8,630 | 10,640 | 17,190 | 134,160 | 216,720 | | |
| ильный, с.29 | Бутерброд с маслом и сыром | 30/6/8 | 40/8/12 | 3,780 | 5,040 | 8,400 | 9,200 | 13,000 | 16,000 | 180,000 | 215,000 | | |
| Пособие сибирск с.301 | Какао с молоком | 150 | 200 | 3,500 | 4,600 | 2,700 | 3,600 | 9,500 | 12,600 | 75,300 | 100,400 | | |
| ильный, с.122 | Яблоко | | 170 | | 0,680 | | 0,630 | | 20,910 | | 54,600 | | |
| Итог | | | | 18,160 | 27,900 | 16,440 | 22,060 | 33,140 | 66,700 | 389,460 | 586,720 | 31% | 31% |
| Ч | | | | | | | | | | | | | |
| ильный, с.412 | Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 150 | 200 | 1,260 | 1,380 | 6,010 | 7,200 | 14,650 | 13,400 | 57,300 | 136,000 | | |
| Пособие сибирск с.175 | Котлета рыбная | 60 | 80 | 8,500 | 11,000 | 4,800 | 6,400 | 5,800 | 7,740 | 79,000 | 104,000 | | |
| Пособие сибирск с.121 | Рис отварной | 120 | 150 | 3,000 | 3,700 | 3,800 | 4,800 | 29,200 | 36,500 | 162,800 | 203,500 | | |
| Могильный, Т.К. № 70 | Овощи натуральные соленые (помидор) | 50 | 60 | 0,550 | 0,660 | 0,100 | 0,120 | 1,900 | 2,280 | 11,000 | 13,200 | | |
| ильный, с.223 | Сок | 100 | 100 | 0,200 | 0,200 | 0,200 | 0,200 | 11,600 | 11,600 | 48,000 | 48,000 | | |
| ильный, с.148 | Хлеб ржаной | 40 | 50 | 1,440 | 1,800 | 0,360 | 0,450 | 12,480 | 15,600 | 59,400 | 74,250 | | |
| Итог | | | | 14,950 | 18,740 | 15,270 | 19,170 | 75,630 | 87,120 | 417,500 | 578,950 | 33% | 31% |
| НИК | | | | | | | | | | | | | |
| урнешова Т.К. № 94 | Вермишель молочная | 150 | 200 | 4,950 | 6,580 | 6,750 | 9,000 | 27,000 | 26,120 | 140,280 | 187,040 | | |
| урнешова Т.К. № 118 | Булочка сдобная | 60 | 90 | 4,530 | 6,790 | 6,110 | 9,160 | 27,800 | 41,700 | 197,160 | 295,750 | | |
| ильный, с.628 | Кофейный напиток с молоком | 150 | 200 | 2,370 | 3,030 | 2,000 | 2,650 | 11,960 | 15,700 | 83,850 | 118,000 | | |
| Итог | | | | 11,850 | 16,400 | 14,860 | 20,810 | 66,760 | 83,520 | 421,290 | 600,790 | 33% | 32% |
| Всего | | | | 44,960 | 63,040 | 46,570 | 62,040 | 175,530 | 237,340 | 1 228,250 | 1 766,460 | 97% | 94% |
| Норма за день по энергоценности | | | | 46,600 | 68,100 | 45,600 | 71,700 | 168,600 | 239,200 | 1267,200 | 1874,800 | 100% | 100% |

| Номер рецептуры | Наименование блюда согласно рецептуре | Выход блюд для разных возрастных категорий детей | | Химический состав блюд | | | | | | энергоценность | | Распределение калорийности по течению дня | |
|--|--|--|---------|------------------------|--------|--------|--------|----------|---------|----------------|-----------|---|-----|
| | | | | белки | | жиры | | углеводы | | | | | |
| | | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |
| СРЕДА | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| Могильный, с.223 | Каша вязкая пшеничная с сахаром и маслом | 150 | 200 | 3,500 | 5,900 | 4,600 | 5,800 | 35,400 | 47,200 | 150,300 | 222,040 | | |
| Пособие Новосибирск с.15 | салат из моркови и яблок | 30 | 60 | 0,300 | 0,600 | 3,100 | 6,100 | 2,200 | 4,300 | 37,100 | 74,200 | | |
| Могильный, с.29 | Бутерброд с маслом и сыром | 30/6/8 | 40/8/12 | 3,780 | 5,040 | 8,400 | 9,200 | 13,000 | 16,000 | 180,000 | 215,000 | | |
| Л.Е.Курнешова Т.К. № 9 | Чай с молоком | 150 | 200 | 2,340 | 3,120 | 2,340 | 3,220 | 14,020 | 18,700 | 84,800 | 113,060 | | |
| Могильный, с.126 | Банан | 100 | 150 | 2,400 | 2,550 | 0,800 | 0,850 | 33,600 | 35,700 | 55,000 | 82,500 | | |
| Итого | | | | 12,320 | 17,210 | 19,240 | 25,170 | 98,220 | 121,900 | 507,200 | 706,800 | 40% | 3 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | |
| А.И.Здобнов, с.218 | Суп крестьянский | 180 | 250 | 1,800 | 2,400 | 2,380 | 3,170 | 9,880 | 19,760 | 79,870 | 106,500 | | |
| Пособие Новосибирск с.146 | Картофельный пудинг | 120 | 150 | 4,300 | 5,000 | 6,300 | 8,000 | 21,000 | 26,000 | 158,000 | 198,000 | | |
| Могильный, с.230 | Капуста тушеная с мясом курицы | 150 | 200 | 5,020 | 7,680 | 4,800 | 5,400 | 13,600 | 18,140 | 142,000 | 203,000 | | |
| Могильный, с.228 | Кисель | 150 | 100 | 0,200 | 0,200 | 0,200 | 0,200 | 11,600 | 11,600 | 48,000 | 48,000 | | |
| Могильный, с.148 | Хлеб ржаной | 40 | 50 | 1,440 | 1,800 | 0,360 | 0,450 | 12,480 | 15,600 | 59,400 | 74,250 | | |
| Итого | | | | 12,760 | 17,080 | 14,040 | 17,220 | 68,560 | 91,100 | 487,270 | 629,750 | 38% | 34 |
| Полдник | | | | | | | | | | | | | |
| Пособие Новосибирск с.90 | Каша вязкая молочная овсяная с изюмом | 120 | 150 | 5,000 | 6,000 | 6,500 | 8,100 | 23,000 | 29,000 | 170,300 | 212,900 | | |
| Пособие Новосибирск с.363 | Булочка ванильная | 60 | 60 | 4,600 | 4,600 | 4,100 | 4,100 | 30,520 | 30,520 | 177,000 | 177,000 | | |
| Могильный, с.113 | Ряженка | 150 | 180 | 5,010 | 5,700 | 3,750 | 4,500 | 6,390 | 7,200 | 91,000 | 95,400 | | |
| Итого | | | | 14,610 | 16,300 | 14,350 | 16,700 | 59,910 | 66,720 | 438,300 | 485,300 | 35% | 26 |
| Всего | | | | 39,690 | 50,590 | 47,630 | 59,090 | 226,690 | 279,720 | 1 432,770 | 1 821,850 | 113% | 97 |
| Норма за день по энергоценности | | | | 46,600 | 68,100 | 45,600 | 71,700 | 168,600 | 239,200 | 1267,200 | 1874,800 | 100% | 100 |

| рецептуры | Наименование блюда согласно рецептуре | Выход блюд для разных возрастных категорий детей | | Химический состав блюд | | | | | | энергоценность | | Распределение еды по калорийности в течение дня (%) | |
|--|--|--|--------|------------------------|--------|--------|--------|----------|---------|----------------|-----------|---|------|
| | | ясли | сад | белки | | жиры | | углеводы | | ясли | сад | ясли | сад |
| | | | | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | | | | |
| ЧЕТВЕРГ | | | | | | | | | | | | | |
| Особие | Омлет с сыром | 100 | 150 | 12,700 | 19,000 | 16,900 | 25,400 | 2,000 | 3,000 | 210,700 | 316,000 | | |
| Л.С., Т.К. 1.13 | Салат из зеленого горошка с луком репчатым | 40 | 60 | 1,190 | 1,570 | 5,080 | 5,080 | 2,270 | 3,900 | 46,000 | 67,000 | | |
| Бутербродный, с.28 | Бутерброд с маслом сливочным | 30/6 | 40/8 | 1,620 | 1,750 | 3,600 | 4,800 | 12,000 | 16,000 | 107,900 | 119,220 | | |
| Мешкова Т.К. № 9 | Чай с молоком | 150 | 200 | 2,340 | 3,120 | 2,340 | 3,220 | 14,020 | 18,700 | 84,800 | 113,060 | | |
| Яблочный, с.122 | Яблоко | | 170 | | 0,680 | | 0,630 | | 20,910 | | 54,600 | | |
| Итого | | | | 17,850 | 26,120 | 27,920 | 39,130 | 30,290 | 62,510 | 449,400 | 669,880 | 35% | 36% |
| Л.С., с.37 | Суп картофельный с клецками, с мясом птицы | 170/10 | 200/15 | 4,120 | 5,200 | 5,630 | 7,100 | 15,130 | 19,090 | 139,600 | 169,090 | | |
| Бутербродный, с.276 | Жаркое по-домашнему | 180 | 230 | 14,890 | 19,020 | 13,480 | 17,230 | 15,700 | 20,500 | 252,450 | 322,600 | | |
| Овощной, № 70 | Овощи натуральные соленые (помидор) | 50 | 60 | 0,550 | 0,660 | 0,100 | 0,120 | 1,900 | 2,280 | 11,000 | 13,200 | | |
| Компотный, с.629 | Компот из сухофруктов | 150 | 200 | 0,100 | 0,150 | 0,000 | 0,000 | 12,100 | 16,400 | 54,900 | 111,800 | | |
| Хлебный, с.148 | Хлеб ржаной | 40 | 50 | 1,440 | 1,800 | 0,360 | 0,450 | 12,480 | 15,600 | 59,400 | 74,250 | | |
| Итого | | | | 21,100 | 26,830 | 19,570 | 24,900 | 57,310 | 73,870 | 517,350 | 690,940 | 41% | 37% |
| Мешкова, с.183 | Каша манная молочная | 150 | 200 | 4,390 | 5,860 | 7,460 | 9,950 | 20,110 | 26,800 | 166,000 | 221,380 | | |
| Мешкова Т.К. 118 | Булочка сдобная | 60 | 90 | 4,530 | 6,790 | 6,110 | 9,160 | 27,800 | 41,700 | 197,160 | 295,750 | | |
| Особие Л.С. с.301 | Какао с молоком | 150 | 200 | 3,500 | 4,600 | 2,700 | 3,600 | 9,500 | 12,600 | 75,300 | 100,400 | | |
| Итого | | | | 12,420 | 17,250 | 16,270 | 22,710 | 57,410 | 81,100 | 438,460 | 617,530 | 35% | 33% |
| Итого | | | | 51,370 | 70,200 | 63,760 | 86,740 | 145,010 | 217,480 | 1 405,210 | 1 978,350 | 111% | 106% |
| Итого за день по энергоценности | | | | 46,600 | 68,100 | 45,600 | 71,700 | 168,600 | 239,200 | 1267,200 | 1874,800 | 100% | 100% |

| Номер рецептуры | Наименование блюда согласно рецептуре | Выход блюд для разных возрастных категорий детей | | Химический состав блюд | | | | | | энергоценность | | Распределение калорийности в течение дня | |
|-----------------|---------------------------------------|--|-----|------------------------|-----|------|-----|----------|-----|----------------|-----|--|-----|
| | | | | белки | | жиры | | углеводы | | | | | |
| | | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад |

ПЯТНИЦА

Завтрак

| | | | | | | | | | | | | | |
|---------------------------|-------------------------------------|--------|---------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|---------|-----|--|
| Пособие Новосибирск с.175 | Котлета рыбная | 60 | 80 | 8,400 | 11,200 | 1,600 | 2,100 | 5,100 | 6,900 | 68,600 | 91,400 | | |
| Пособие Новосибирск с.127 | Пюре картофельное | 120 | 150 | 2,600 | 3,200 | 4,200 | 5,200 | 15,800 | 19,800 | 111,500 | 139,400 | | |
| М.П. Могильный, Т.К. № 20 | Овощи натуральные соленные (огурец) | 45 | 45 | 0,360 | 0,360 | 0,050 | 0,050 | 1,130 | 1,130 | 6,300 | 6,300 | | |
| Л.Е.Курнешова Т.К. № 9 | Чай с молоком | 150 | 200 | 2,340 | 3,120 | 2,340 | 3,220 | 14,020 | 18,700 | 84,800 | 113,060 | | |
| Могильный, с.29 | Бутерброд с маслом и сыром | 30/6/8 | 40/8/12 | 3,780 | 5,040 | 8,400 | 9,200 | 13,000 | 16,000 | 180,000 | 215,000 | | |
| Могильный, с.126 | Банан | 100 | 150 | 2,400 | 2,550 | 0,800 | 0,850 | 33,600 | 35,700 | 55,000 | 82,500 | | |
| Итого | | | | 19,880 | 25,470 | 17,390 | 20,620 | 82,650 | 98,230 | 506,200 | 647,660 | 40% | |

Обед

| | | | | | | | | | | | | | |
|---------------------------|--|-----|-----|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|---------|-----|--|
| М.П. Могильный, Т.К. № 70 | Овощи натуральные соленные (помидор) | 50 | 60 | 0,550 | 0,660 | 0,100 | 0,120 | 1,900 | 2,280 | 11,000 | 13,200 | | |
| Пособие Новосибирск с.41 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 200 | 250 | 4,700 | 5,870 | 4,960 | 6,200 | 10,120 | 12,650 | 110,360 | 137,950 | | |
| Пособие Новосибирск с.210 | Плов с курицей | 120 | 150 | 16,400 | 20,500 | 4,900 | 6,100 | 19,900 | 24,900 | 188,800 | 236,000 | | |
| Могильный, с.629 | Компот из сухофруктов | 150 | 200 | 0,100 | 0,150 | 0,000 | 0,000 | 12,100 | 16,400 | 54,900 | 111,800 | | |
| Могильный, с.148 | Хлеб ржаной | 40 | 50 | 1,440 | 1,800 | 0,360 | 0,450 | 12,480 | 15,600 | 59,400 | 74,250 | | |
| Итого | | | | 23,190 | 28,980 | 10,320 | 12,870 | 56,500 | 71,830 | 424,460 | 573,200 | 33% | |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | |
|--|---------------------------------------|-----|-----|--------|--------|--------|--------|---------|---------|-----------|-----------|------|--|
| Пособие Новосибирск с.90 | Каша вязкая молочная овсяная с изюмом | 120 | 150 | 5,000 | 6,000 | 6,500 | 8,100 | 23,000 | 29,000 | 170,300 | 212,900 | | |
| Могильный, с.648 | Печенье | 12 | 20 | 0,700 | 1,170 | 1,990 | 3,320 | 8,170 | 13,620 | 56,040 | 93,400 | | |
| Могильный, с.628 | Кофейный напиток с молоком | 150 | 200 | 2,370 | 3,030 | 2,000 | 2,650 | 11,960 | 15,700 | 83,850 | 118,000 | | |
| Итого | | | | 8,070 | 10,200 | 10,490 | 14,070 | 43,130 | 58,320 | 310,190 | 424,300 | 24% | |
| Всего | | | | 51,140 | 64,650 | 38,200 | 47,560 | 182,280 | 228,380 | 1 240,850 | 1 645,160 | 98% | |
| Норма за день по энергоценности | | | | 46,600 | 68,100 | 45,600 | 71,700 | 168,600 | 239,200 | 1267,200 | 1874,800 | 100% | |

| | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|---------|---------|---------|---------|---------|-----------|-----------|-----------|------|--|
| Всего за пять дней | | | | 230,330 | 304,270 | 235,510 | 306,010 | 891,500 | 1 209,570 | 6 544,090 | 8 966,090 | 103% | |
| Норма за пять по энергоценности | | | | 233,000 | 340,500 | 228,000 | 358,500 | 843,000 | 1 196,000 | 6 336,000 | 9 374,000 | 100% | |

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|--|--|--|---------|---------|---------|---------|-----------|-----------|------------|------------|------|--|
| Всего за десять дней | | | | 468,600 | 621,790 | 457,080 | 597,540 | 1 692,040 | 2 285,983 | 12 749,570 | 17 393,890 | 101% | |
| Норма за десять дней по энергоценности | | | | 466,000 | 681,000 | 456,000 | 717,000 | 1 686,000 | 2 392,000 | 12 672,000 | 18 748,000 | 100% | |

Пронумеровано
Прошнуровано
Скреплено печатью
шесть

(6) ЛИСТОВ
Заведующий ГКДОУ № 26

Каргапольцева О.В.

