

Утверждаю:
Руководитель Учреждения



**Примерное 10-и дневное меню для организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях
г.Куйбышева**

**Возрастная категория: от 1 до 3 лет.
С июня 2026 г.**

Примерное 10-ти дневное меню для организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях г.Куйбышева

Возрастная категория: от 1 до 3 лет.

С июня 2026 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 1							
завтрак 1	Бутерброд с маслом сливочным	20/5	1,52	4,70	10,32	90,00	№ 1 Москва 2004г
	Омлет натуральный	100	7,17	10,70	2,15	132,00	№ 117 Пермь 2001г
	Чай с лимоном и сахаром	150	0,20	0,05	5,43	22,00	№ 54-3гн Новосибирск 2022г.
итого за завтрак 1			8,89	15,45	17,90	244,00	
завтрак 2	Напиток из смеси сухофруктов	100	0,11	0,00	9,71	38,00	№ 80 Новосибирск 2000г
итого за завтрак 2			0,11	0,00	9,71	38,00	
обед	Икра морковная	30	0,53	2,42	3,11	36,00	№ 54-12з Новосибирск 2022г.
	Рассольник ленинградский со сметаной	150/5	11,31	4,73	57,00	306,00	№ 132 Москва 2004г.
	Макаронные изделия отварные	100	3,56	4,11	23,74	149,00	№54-1г Новосибирск 2022г
	Котлета "Особенная" из мяса птицы	50	2,94	8,35	3,07	99,00	ТУ 10.86.10-004-16923037-2019г
	Соус красный основной	20	0,17	0,41	1,30	10,00	№ 54-3еос Новосибирск 2022г
	Компот из кураги	150	0,78	0,00	15,12	61,00	№ 54-2хн Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	10	0,71	0,10	4,61	22,00	Пром.
итого за обед			21,52	20,30	117,63	729,00	
полдник	Кисломолочная или молочная продукция	120	3,36	3,84	4,92	71,00	№ 245 Пермь 2001г
	Слоба обыкновенная	50	4,02	2,91	29,40	162,00	№ 288 Пермь 2001г
итого за полдник			7,38	6,75	34,32	233,00	
ужин	Каша жидкая молочная кукурузная	130	1,84	4,94	5,07	72,00	№ 54-1к Новосибирск 2022г
	Чай со смородиной и сахаром	120	0,13	0,03	4,26	16,00	№ 54-6гн Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	10	0,71	0,10	4,61	22,00	Пром.
итого за ужин			4,20	5,25	23,62	156,00	
Итого за день:			42,10	47,75	203,18	1 400,00	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 2							
завтрак 1	Бутерброд с повидлом	20/5	1,52	0,58	13,72	66,00	№ 2 Москва 2004г
	Каша жидкая молочная овсяная	130	4,37	6,41	15,65	138,00	№ 54-22к Новосибирск 2022г
	Чай с молоком	150	1,20	1,24	7,03	42,00	№ 54-4гн Новосибирск 2022г
итого за завтрак 1			7,09	8,23	36,40	246,00	

завтрак 2	Фрукт свежий	100	0,92	0,29	13,22	61,00	№ 10.4а Новосибирск 2018г
итого за завтрак 2			0,92	0,29	13,22	61,00	
обед	Икра кабачковая	30	0,57	2,67	2,31	36,00	№ 101 Москва 2004г
	Свекольник со сметаной	150/5	11,00	11,20	37,00	312,00	№ 54-18с Новосибирск 2022г
	Картофельное пюре	100	2,15	4,59	14,48	110,00	№ 54-11г Новосибирск 2022г
	Суфле рыбное	50	5,29	2,86	3,33	60,00	Отработка
	Соус белый основной	20	0,11	0,83	0,00	16,00	№ 582 Москва 2004г
	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	0,74	10,00	№ 54-32хн Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	10	0,71	0,10	4,61	22,00	Пром.
итого за обед			21,49	22,57	72,15	612,00	
полдник	Кисломолочная или молочная продукция	120	3,36	3,84	5,64	69,00	№ 260 Пермь 2001г
	Булочка школьная	50	3,40	4,78	30,33	177,00	№ 284 Пермь 2001г
итого за полдник			6,76	8,62	35,97	246,00	
	Гарнир сложный	150	3,35	7,02	20,17	151,00	№ 210 Пермь 2001г
	Напиток из шиповника	120	0,48	0,00	11,39	16,00	№ 54-13хн Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	10	0,71	0,10	4,61	22,00	Пром.
итого за ужин			6,06	7,30	45,85	235,00	
Итого за день:			42,32	47,01	203,59	1 400,00	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 3							
завтрак 1	Бутерброд с сыром	20/5	2,65	2,03	10,28	71,00	№ 3 Москва 2004г
	Каша жидкая молочная пшеничная	130	5,66	8,59	26,83	209,00	№ 54-24к Новосибирск 2022г
	Чай с сахаром	150	0,15	0,00	5,27	20,00	№ 54-2гн Новосибирск 2022г
итого за завтрак 1			8,46	10,62	42,38	300,00	
завтрак 2	Напиток из свежемороженых ягод	100	0,00	0,00	9,98	38,00	№ 262 Пермь 2001г
итого за завтрак 2			0,00	0,00	9,98	38,00	
обед	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	30	0,61	1,94	3,13	33,00	№ 54-34з Новосибирск 2022г.
	Суп "Кудрявый" со сметаной	150/5	2,32	4,22	12,74	100,00	Отработка
	Капуста тушеная	100	2,50	2,92	9,75	76,00	№ 54-8г Новосибирск 2022г
	Биточки по-Московски	50	4,65	11,13	4,53	136,00	ТУ 10.86.10-004-16923037-2019г
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,41	0,00	13,60	57,00	№ 54-1хн Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	10	0,71	0,10	4,61	22,00	Пром.
итого за обед			12,72	20,49	58,04	470,00	
полдник	Кисломолочная или молочная продукция	120	3,36	3,84	4,92	71,00	№ 245 Пермь 2001г

итого за полдник	Крендель сахарный	50	4,39	7,21	30,08	203,00	№ 119 Новосибирск 2000г
			7,75	11,05	35,00	274,00	
ужин	Пудинг творожный запеченный	120	10,70	3,55	27,93	177,00	№ 135 Пермь 2001г
	Соус молочный сладкий	20	0,50	1,15	3,27	26,00	№ 234 Пермь 2001г
	Компот из изюма	120	0,22	0,00	12,11	47,00	№ 54-4хн Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	10	0,71	0,10	4,61	22,00	Пром.
итого за ужин			13,65	4,98	57,60	318,00	
Итого за день:			42,58	47,14	203,00	1 400,00	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 4							
завтрак 1	Бутерброд с маслом сливочным	20/5	1,52	4,70	10,32	90,00	№ 1 Москва 2004г
	Каша жидкая молочная манная	130	3,63	5,08	17,59	130,00	№ 54-27к Новосибирск 2022г
	Какао с молоком	150	2,64	2,79	12,47	84,00	№ 242 Пермь 2001г
итого за завтрак 1			7,79	12,57	40,38	304,00	
завтрак 2	Напиток яблочный	100	0,05	0,05	13,20	51,00	№ 701 Москва 2004г
итого за завтрак 2			0,05	0,05	13,20	51,00	
обед	Салат "Сказка"	30	0,22	6,04	5,43	77,00	№ 14 Новосибирск 2000г
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150/5	1,21	4,60	8,36	79,00	№ 110 Москва 2004г
	Плов из грудки куриной	150	17,81	11,76	26,26	310,00	№ 191 Пермь 2001г
	Компот из кураги	150	0,78	0,00	15,12	61,00	№ 54-2хн Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	10	0,71	0,10	4,61	22,00	Пром.
итого за обед			22,25	22,68	69,46	595,00	
полдник	Кисломолочная или молочная продукция	120	3,36	3,84	5,64	69,00	№ 260 Пермь 2001г
	Печенье сахарное	30	2,26	0,00	22,32	124,00	№ 12.6 в Новосибирск 2018г
итого за полдник			5,62	3,84	27,96	193,00	
ужин	Макаронник с маслом сливочным	120/5	4,12	8,02	33,89	174,00	№ 110 Пермь 2001г
	Чай со смородиной и сахаром	120	0,13	0,03	4,26	16,00	№ 54-6гн Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	10	0,71	0,10	4,61	22,00	Пром.
итого за ужин			6,48	8,33	52,44	258,00	
Итого за день:			42,19	47,47	203,44	1 401,00	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 5							

завтрак 1	Бутерброд с повидлом	20/5	1,52	0,58	13,72	66,00	№ 2 Москва 2004г
	Суп молочный с макаронными изделиями	130	3,64	4,11	12,84	103,00	№ 45 Пермь 2001г
	Чай с лимоном и сахаром	150	0,20	0,05	5,43	22,00	№ 54-3гн Новосибирск 2022г.
			5,36	4,74	31,99	191,00	
итого за завтрак 1							
завтрак 2	Напиток из шиповника	100	0,40	0,00	9,49	13,00	№ 54-13хн Новосибирск 2022г
итого за завтрак 2			0,40	0,00	9,49	13,00	
обед	Салат из моркови и яблок	30	0,28	3,06	2,20	37,00	№ 54-11з Новосибирск 2022г
	Суп картофельный с горохом	150	0,32	14,00	17,60	196,00	№ 37 Пермь 2001г
	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,82	5,26	28,61	188,00	№ 54-4гн Новосибирск 2022г
	Котлета из грудки куриной	50	8,87	5,92	5,09	122,00	№ 189 Пермь 2001г
	Соус красный основной	20	0,17	0,41	1,30	10,00	№ 54-3соус Новосибирск 2022г
	Компот из свежих яблок	150	0,12	0,12	8,18	33,00	№ 54-32хн Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	10	0,71	0,10	4,61	22,00	Пром.
			17,81	29,05	77,27	654,00	
итого за обед							№ 284 Пермь 2001г
полдник	Булочка российская	50	3,40	4,78	30,33	177,00	№ 245 Пермь 2001г
	Кисломолочная или молочная продукция	120	3,36	3,84	4,92	71,00	
итого за полдник			6,76	8,62	35,25	248,00	
ужин	Картофель отварной	150	2,97	0,59	24,21	119,00	№ 214 Пермь 2001г
	Биточки рыбная (минтай)	50	7,22	1,40	4,62	60,00	№ 54-3р Новосибирск 2022г
	Соус сметанный с томатом	20	0,26	2,51	0,99	28,00	№ 601 Москва 2004г
	Чай с яблоком и сахаром	120	0,15	0,06	4,92	19,00	№ 54-46гн Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	10	0,71	0,10	4,61	22,00	Пром.
			12,83	4,84	49,03	294,00	
итого за ужин							
Итого за день:			43,16	47,25	203,03	1 400,00	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 6							
завтрак 1	Бутерброд с маслом сливочным	20/5	1,52	4,70	10,32	90,00	№ 1 Москва 2004г
	Омлет натуральный	100	7,17	10,70	2,15	132,00	№ 117 Пермь 2001г
	Чай с молоком	150	1,20	1,24	7,03	42,00	№ 54-4гн Новосибирск 2022г
			9,89	16,64	19,50	264,00	
итого за завтрак 1							
завтрак 2	Напиток из свежемороженных ягод	100	0,00	0,00	9,98	38,00	№ 262 Пермь 2001г
итого за завтрак 2			0,00	0,00	9,98	38,00	
обед	Икра морковная	30	0,53	2,42	3,11	36,00	№ 54-12з Новосибирск 2022г.
	Суп картофельный с крупой рисовой	150	8,00	0,02	45,50	214,00	№ 138 Москва 2004г
	Каша пшенная рассыпчатая	100	4,25	4,33	23,67	150,00	№ 54-16г Новосибирск 2022г.
	Биточки по-Московски	50	4,65	11,13	4,53	136,00	ТУ 10.86.10-004-16923037-2019г

	Соус томатный	20	0,16	1,01	1,28	14,00	№ 238 Пермь 2001г.
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,41	0,00	13,60	57,00	№ 54-1хн Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	10	0,71	0,10	4,61	22,00	Пром.
итого за обед			20,23	19,19	105,98	675,00	
полдник	Кисломолочная или молочная продукция	120	3,36	3,84	5,64	69,00	№ 260 Пермь 2001г
	Булочка школьная	50	4,38	3,18	30,63	169,00	№ 54-9в Новосибирск 2022г
итого за полдник			7,74	7,02	36,27	238,00	
ужин	Каша жидкая молочная кукурузная	130	1,84	4,94	5,07	72,00	№ 54-1к Новосибирск 2022г
	Компот из изюма	120	0,22	0,00	12,11	47,00	№ 54-4хн Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	10	0,71	0,10	4,61	22,00	Пром.
итого за ужин			4,29	5,22	31,47	187,00	
Итого за день:			42,15	48,07	203,20	1 402,00	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 7							
завтрак 1	Бутерброд с сыром	20/5	2,65	2,03	10,28	71,00	№ 3 Москва 2004г
	Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным	130/5	1,94	4,67	6,50	74,00	№ 106 Пермь 2001г
	Кофейный напиток с молоком	150	2,40	2,55	14,90	88,00	№ 258 Пермь 2001г
итого за завтрак 1			6,99	9,25	31,68	233,00	
завтрак 2	Фрукт свежий	100	0,92	0,29	13,22	61,00	№ 701 Москва 2004г
итого за завтрак 2			0,92	0,29	13,22	61,00	
обед	Салат "Здоровье"	30	0,44	3,03	1,97	36,00	№ 15 Прейскурانت 87
	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	150/5	12,55	14,00	37,20	294,00	№ 55 Пермь 2001г
	Макаронные изделия отварные	100	3,56	4,11	23,74	149,00	№ 54-1г Новосибирск 2022г
	Котлета "Особенная" из мяса птицы	50	2,94	8,35	3,07	99,00	ТУ 10.86.10-004-16923037-2019г
	Соус красный основной	20	0,17	0,41	1,30	10,00	№ 54-3соус Новосибирск 2022г
	Компот из курицы	150	0,78	0,00	15,12	61,00	№ 54-2хн Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	10	0,71	0,10	4,61	22,00	Пром.
итого за обед			22,67	30,18	96,69	717,00	
полдник	Кисломолочная или молочная продукция	120	3,36	3,84	4,92	71,00	№ 245 Пермь 2001г
	Печенье сахарное	30	2,26	0,00	22,32	124,00	№ 12.6 в Новосибирск 2018г
итого за полдник			5,62	3,84	27,24	195,00	
	Каша "Дружба"	130	3,47	3,81	15,69	110,00	№ 54-16к Новосибирск 2022г

	Чай с сахаром	120	0,12	0,00	4,22	16,00	№ 54-2гн Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	10	0,71	0,10	4,61	22,00	Пром.
итого за ужин			5,82	4,09	34,20	194,00	
Итого за день:			42,02	47,65	203,03	1 400,00	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 8							
завтрак 1	Бутерброд с повидлом	20/5	1,52	0,58	13,72	66,00	№ 2 Москва 2004г
	Каша жидкая молочная овсяная	130	4,37	6,41	15,65	138,00	№ 54-22к Новосибирск 2022г
	Чай с лимоном и сахаром	150	0,20	0,05	5,43	22,00	№ 54-3гн Новосибирск 2022г
итого за завтрак 1			6,09	7,04	34,80	226,00	
завтрак 2	Напиток из шиповника	100	0,40	0,00	9,49	13,00	№ 54-13хн Новосибирск 2022г
итого за завтрак 2			0,40	0,00	9,49	13,00	
обед	Салат "Овощной букет"	30	0,40	3,05	2,78	40,00	№ 54-12з Новосибирск 2022г
	Суп картофельный с клецками	150/30	10,00	6,90	33,00	260,00	№ 54-6с Новосибирск 2022г
	Рис отварной	100	2,54	4,07	25,74	153,00	№ 201 Пермь 2001г
	Котлета рыбная (минтай)	50	7,22	1,40	4,62	60,00	№ 54-3р Новосибирск 2022г
	Компот из свежих яблок	150	0,12	0,12	8,18	33,00	№ 54-32хн Новосибирск 2022г
	Соус белый основной	20	0,11	0,83	0,74	10,00	№ 582 Москва 2004г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	10	0,71	0,10	4,61	22,00	Пром.
итого за обед			22,62	16,65	89,35	624,00	
полдник	Кисломолочная или молочная продукция	120	3,36	3,84	5,64	69,00	№ 260 Пермь 2001г
	Пирожки печеные с картофелем	60	4,64	5,12	31,18	191,00	№ 304 Пермь 2001г
итого за полдник			8,00	8,96	36,82	260,00	
	Рагу из овощей	150	2,64	14,14	14,16	193,00	№ 83 Пермь 2001г
	Чай со смородиной и сахаром	120	0,13	0,03	4,26	16,00	№ 54-6гн Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	10	0,71	0,10	4,61	22,00	Пром.
итого за ужин			5,00	14,45	32,71	277,00	
Итого за день:			42,11	47,10	203,17	1 400,00	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 9							
завтрак 1	Бутерброд с маслом сливочным	20/5	1,52	4,70	10,32	90,00	№ 1 Москва 2004г
	Каша жидкая молочная манная	130	3,63	5,08	17,59	130,00	№ 54-24к Новосибирск 2022г

	Чай с молоком	150	1,20	1,24	7,03	42,00	№ 54-4гн Новосибирск 2022г
итого за завтрак 1			6,35	11,02	34,94	262,00	
завтрак 2	Напиток из свежемороженых ягод	100	0,00	0,00	9,98	38,00	№ 262 Пермь 2001г
итого за завтрак 2			0,00	0,00	9,98	38,00	
обед	Салат "Популярный"	30	0,45	1,64	2,59	27,00	№ 33 Новосибирск 2000г
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	4,00	0,02	14,94	32,00	№ 54-7с Новосибирск 2022г
	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,82	5,26	28,61	188,00	№ 54-4г Новосибирск 2022г
	Биточки из грудки кур	50	8,87	5,92	5,09	122,00	№ 189 Пермь 2001г
	Соус томатный	20	0,16	1,01	1,28	14,00	№ 238 Пермь 2001г
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,41	0,00	13,60	57,00	№ 54-1хн Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	10	0,71	0,10	4,61	22,00	Пром.
итого за обед			21,94	14,13	80,40	508,00	
полдник	Кисломолочная или молочная продукция	120	3,60	3,00	4,80	60,00	№ 245 Пермь 2001г
	Булочка домашняя	50	3,68	7,93	31,02	210,00	№ 282 Пермь 2001г
итого за полдник			7,28	10,93	35,82	270,00	
ужин	Картофельное пюре запеченное с маслом сливочным	150/5	4,14	13,74	23,75	239,00	№261 Москва 2004г.
	Чай с яблоком и сахаром	120	0,15	0,06	4,92	19,00	№ 54-46г Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	10	0,71	0,10	4,61	22,00	Пром.
итого за ужин			6,52	14,08	42,96	326,00	
Итого за день:			42,09	50,16	204,10	1 404,00	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 10							
завтрак 1	Бутерброд с повидлом	20/5	1,52	0,58	13,72	66,00	№ 2 Москва 2004г
	Суфле творожное	100	3,49	12,30	26,00	186,00	№ 365 Москва 2004г
	Соус молочный сладкий	20	0,50	1,15	3,27	26,00	№ 234 Пермь 2001г
	Чай с сахаром	150	0,15	0,00	5,27	20,00	№ 54-2гн Новосибирск 2022г
итого за завтрак 1			5,66	14,03	48,26	298,00	
завтрак 2	Напиток яблочный	100	0,05	0,05	13,20	51,00	№ 701 Москва 2004г
итого за завтрак 2			0,05	0,05	13,20	51,00	
обед	Салат из моркови и яблок	30	0,28	3,06	2,20	37,00	№ 54-11з Новосибирск 2022г
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150/5	1,21	4,60	8,36	79,00	№ 110 Москва 2004г
	Жаркое по-домашнему	150	17,70	8,97	14,00	237,00	№ 54-28м Новосибирск 2022г
	Напиток с витаминами "Витонка"	150	0,00	0,00	14,25	60,00	PI1 10.86.10.590-003-17840891-2016

	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	10	0,71	0,10	4,61	22,00	Пром.
итого за обед			21,42	16,91	53,10	481,00	
полдник	Кисломолочная или молочная продукция	120	3,36	3,84	5,64	69,00	№ 260 Пермь 2001г
	Булочка российская	50	3,40	4,78	30,33	177,00	№ 284 Пермь 2001г
итого за полдник			6,76	8,62	35,97	246,00	
	Каша жидкая молочная пшеничная	130	5,66	8,59	26,83	209,00	№ 54-24к Новосибирск 2022г
	Компот из изюма	120	0,22	0,00	12,11	47,00	№ 54-4хн Новосибирск 2022г
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,68	46,00	Пром.
	Хлеб "Урожайный"	10	0,71	0,10	4,61	22,00	Пром.
итого за ужин			8,11	8,87	53,23	324,00	
Итого за день:			42,00	48,48	203,76	1 400,00	

Итого за весь период	422,72	478,08	2 033,50	14 007,00	
Среднее значение за период	42,27	47,81	203,35	1 400,70	

Приложение:

1. При отсутствии каких-либо продуктов в целях обеспечения полноценного сбалансированного питания разрешается проводить замену на равноценные по составу.
 2. На полдник включаются молочные и кисломолочные продукты: кефир, снежок, ряженка.
 3. Разрешается включать в меню кондитерские изделия без крема (конфеты).
- В данном меню калорийность распределена между приемами пищи:

Завтрак 1.	20%
Завтрак 2.	5%
Обед.	35%
Полдник.	15%
Ужин	25%

Техник-технолог 1 категории отдела питания

