

Утверждаю:

Заведующая МБДОУ ОВ

«Детский сад № 22 «Солнышко»

Приказ №3/1 от 09.01.2020

Кубачанова Г.О.



Согласовано:

ТО Управление Роспотребнадзора

РД в г.Каспийске

О.А.Абачараев



**Примерное шестнадцатидневное меню
для детей с 24-часовым пребыванием
детей на 2020 г.**

Примерное шестнадцатидневное меню для детей с 24-х часовым прибыванием

прием пищи	наименование блюда	выход блюда	Пищевые вещества (гр)				сумма руб.	Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	витамин "С"		
			норма всего, в т.ч.	белки	углеводы	жиры						
УЖИН	Понедельник 1-ый день 1 неделя											
	<u>Макаронные отварные</u>	150										
	макаронные		20	4,16	30	0,36	0,760	132,8				38 1000
	масло сливочное		5	0,03	0,45	4,12	1,500	29,92				300 1000
	соль		2				0,024					12
	<u>Хлеб пшеничный йодированный</u>	40	40	3,32	19,24	0,52	1,332	90,8				33,3
	<u>Чай с молоком</u>											
	сахар		5		0,1		0,195					39 1000
	чай		0,3				0,180					600 1000
	молоко		170	2,8	4,7	3,2	8,160	58				48 1000
	ИТОГО						12,151					
УЖИН	Вторник 2-ой день 1 неделя											
	<u>Каша молочная пшеничная</u>	150										
	кр. Пшеничная		30	3,5	0,2	0,004	1,050					35 1000
	масло сливочное		5	0,03	0,45	4,12	1,500	29,92				300 1000
	молоко		130	3,36	5,64	3,84	6,240	69,6				48
	соль		2				0,024					12
	<u>Хлеб пшеничный йодированный</u>	40	40	3,32	19,24	0,52	1,332	90,8				33,3
	<u>Чай сладкий</u>											
	сахар		15		0,1		0,585					39 1000
	чай		0,3				0,180					600 1000
	ИТОГО						10,911					
УЖИН	Среда 3-ий день 1 неделя											
	<u>Каша молочная пшеничная</u>	150										
	пшено		25	4,2	22,15	1	0,850	116,9				34 1000
	масло сливочное		5	0,03	0,45	4,12	1,500	29,92				300 1000
	молоко		130	3,64	6,11	4,16	6,240	81,2				48
	соль		2				0,024					12

	Хлеб пшеничный йодированный	40	40	3,32	19,24	0,52	1,332	90,8			33,3	
	Чай сладкий											
	сахар		15		0,1		0,540				36	1000
	чай		0,3				0,180				600	1000
	ИТОГО						10,666					
ужин	Четверг 4-ый день 1 неделя											
	Каша молочная рисовая	150										
	рис		30	1,8	21,2	0,2	1,560	97,8			52	1000
	масло сливочное		5	0,03	0,45	4,12	1,500	29,92			300	1000
	молоко		130	3,5	5,87	4	6,240	72,5			48	
	соль		2				0,024				12	
	Хлеб пшеничный йодированный	40	40	3,32	19,24	0,52	1,332	90,8			33,3	
	Чай сладкий											
	сахар		15		0,1		0,585				39	1000
	чай		0,3				0,180				600	1000
	ИТОГО						11,421					
ужин	Понедельник 1-ый день 2 неделя											
	Каша молочная пшеничная	150										
	кр. Пшеничная		30	3,5	0,2	0,004	0,990	116,3			33	1000
	масло сливочное		5	0,03	0,45	4,12	1,500	29,92			300	1000
	молоко		130	3,5	5,87	4	6,240	72,5			48	
	соль		2				0,024				12	
	Хлеб пшеничный йодированный	40	40	3,32	19,24	0,52	1,332	90,8			33,3	
	Чай сладкий											
	сахар		15		0,1		0,585				39	1000
	чай		0,3				0,180				600	1000
	ИТОГО						10,851					
ужин	Вторник 2-ой день 2 неделя											
	Каша молочная рисовая	150										
	рис		30				1,560				52	1000
	масло сливочное		5	1,8	21,2	0,2	1,500	97,8			300	1000
	молоко		130	3,5	5,87	4	6,240	72,5			48	
	соль		2				0,024				12	
	Хлеб пшеничный йодированный	40	40	3,32	19,24	0,52	1,332	90,8			33,3	

	Чай сладкий													
	сахар		15			0,1		0,585					39	1000
	чай		0,3					0,180					600	1000
	ИТОГО							11,421						
УЖИН	Среда 3-ий день 2 неделя													
	<u>Каша молочная пшенная</u>	150												
	пшено		25	4,2	22,15	1		0,850	116,9				34	1000
	масло сливочное		5	1,8	21,2	0,2		1,500	97,8				300	1000
	молоко		130	3,64	6,11	4,16		6,240	81,2				48	
	соль		2					0,024					12	
	Хлеб пшеничный йодированный	40	40	3,32	19,24	0,52		1,332	90,8				33,3	
	Чай сладкий													
	сахар		15			0,1		0,585					39	1000
	чай		0,3					0,180					600	1000
	ИТОГО							10,711						
УЖИН	Четверг 4-ый день 2 неделя													
	<u>Каша гречневая молочная</u>	150												
	гречка		30	5,15	0,91	27,44		1,500	136				50	1000
	масло сливочное		5	1,8	21,2	0,2		1,500	97,8				300	1000
	молоко		130	3,5	5,87	4		6,240	72,5				48	
	соль		2					0,024					12	
	Хлеб пшеничный йодированный	40	40	3,32	19,24	0,52		1,332	90,8				33,3	
	Чай сладкий							0,000						
	сахар		15			0,1		0,585					39	1000
	чай		0,3					0,180					600	1000
	ИТОГО							11,361						
УЖИН	Понедельник 1-ой день 3 неделя													
	<u>Каша молочная рисовая</u>	150												
	рис		30					1,560					52	1000
	масло сливочное		5	1,8	21,2	0,2		1,500	97,8				300	1000
	молоко		130	3,5	5,87	4		6,240	72,5				48	
	соль		2					0,024					12	
	Хлеб пшеничный йодированный	40	40	3,32	19,24	0,52		1,332	90,8				33,3	
	Чай сладкий													
	сахар		15			0,1		0,585					39	1000

	ИТОГО						11,361						
ужин	Понедельник 1-ий день 4 неделя												
	<u>Каша молочная пшеничная</u>	150											
	кр. Пшеничная		30	3,5	0,2	0,004	1,020	116,9				34	1000
	масло сливочное		5	1,8	21,2	0,2	1,500	97,8				300	1000
	молоко		130	3,64	6,11	4,16	6,240	81,2				48	
	соль		2				0,024					12	
	<u>Хлеб пшеничный йодированный</u>	40	40	3,32	19,24	0,52	1,332	90,8				33,3	
	<u>Чай сладкий</u>												
	сахар		15		0,1		0,585					39	1000
	чай		0,3				0,180					600	1000
	ИТОГО						10,881						
ужин	Вторник 2-ой день 4 неделя												
	<u>Каша молочная рисовая</u>	150											
	рис		30				1,560					52	1000
	масло сливочное		5	1,8	21,2	0,2	1,500	97,8				300	1000
	молоко		130	3,5	5,87	4	6,240	72,5				48	
	соль		2				0,024					12	
	<u>Хлеб пшеничный йодированный</u>	40	40	3,32	19,24	0,52	1,332	90,8				33,3	
	<u>Чай сладкий</u>												
	сахар		15		0,1		0,585					39	1000
	чай		0,3				0,180					600	1000
	ИТОГО						11,421						
ужин	Среда 3-ий день 4 неделя												
	<u>Макароньы отварные</u>	150											
	макароньы		20	4,16	30	0,36	0,760	132,8				38	1000
	масло сливочное		5	0,03	0,45	4,12	1,500	29,92				300	1000
	соль		2				0,024					12	1000
	<u>Хлеб пшеничный йодированный</u>	40	40	3,32	19,24	0,52	1,332	90,8				33,3	1000
	<u>Чай с молоком</u>												1000
	сахар		5		0,1		0,195					39	1000
	чай		0,3				0,180					600	1000
	молоко		170	2,8	4,7	3,2	8,160	58				48	1000
	ИТОГО						12,151						

Наимен. продукта	пшен-я каша		макар.отварные		рисовая каша		гречн каша		рисовый суп		гречн каша		пшено каша		макар.отварные		на 1реб в гр-х	на1реб. сред	Норма санпин	Цена	% вып.	
	1-д	2-д	1-д	2-д	1-д	2-д	1-д	2-д	1-д	2-д	1-д	2-д	1-д	2-д								
Хлеб пшен	40	1,332	40	1,33	40	1,33	40	1,33	40	1,332	40	1,33	40	1,33	40	1,33	320	40	80	15200	33,3	50,00
Масло слив.	5	2,3	5	2,30	5	2,30	5	2,30	5	2,3	5	2,30	5	2,30	5	2,30	40	2,5	21	3990	460	11,90
Сахар	15	0,675	15	0,68	15	0,68	15	0,68	5	0,225	15	0,68	15	0,68	15	0,68	110	6,875	47	8930	45	14,63
Молоко	115	6,44	80	4,48	115	6,44	115	6,44	150	8,4	115	6,44	115	6,44	80	4,48	885	55,3125	450	85500	56	12,29
Рис		0		0,00	25	1,30		0,00	20	1,04		0,00		0,00		0,00	45	2,8125		0	52	
Кр.манная		0		0,00		0,00		0,00		0		0,00		0,00		0,00	0	0		0	33	
Пшено		0		0,00		0,00		0,00		0		0,00	20	0,92		0,00	20	1,25		0	46	
Кр.пшенич.	25	0,875		0,00		0,00		0,00		0		0,00		0,00		0,00	25	1,5625		0	35	
Кр.гречнев.		0		0,00		0,00	20	1,00		0	25	1,25		0,00		0,00	45	2,8125		0	50	
макар.изд.		0	25	0,95		0,00		0,00		0		0,00		0,00	25	0,95	50	3,125	12	2280	38	26,04
Чай	0,3	0,18	0,3	0,18	0,3	0,18	0,3	0,18	0	0	0,3	0,18	0,3	0,18	0,3	0,18	2,1	0,13125	0,6	114	600	21,88
Соль	2	0,024	2	0,02	2	0,02	2	0,02	0	0	2	0,02	2	0,02	2	0,02	14	0,875	6	1140	12	14,58
общ сум за 1	11,826	11,826	9,94	9,94	12,25	12,25	11,95	11,95	13,297	13,297	12,20	12,20	11,87	11,87	9,94	9,94	1556,10	7,33	11,6599			

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575792

Владелец Кубачанова Гулля Омаровна

Действителен с 17.08.2021 по 17.08.2022