

Утверждено

Генеральный директор ООО "Альфа-Провиант"

Ланенкова С.Г.

ЦИКЛИЧНОЕ ДВАХНЕТЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗМОВ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 1 ДО 3 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ЗАВЕДЕНИЯ В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ

Возраст: 1-3 года

Рацион: Ясли 1-3 года 12 часов (сезон весна-лето)										День: 1		Возраст: 1-3 года			
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Б	Ж	У		В1	С	А (вет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe			
Завтрак															
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	140	4,76	4,06	22,47	145,81	0,08	0,36	18,69	86,8	123,2	23,1	1,25	54-23к	РПН 2022	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907		
МИКРОНУТРИЕНТАМИ															
ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	180	1,44	0,99	7,83	45,81	0,01	0,27	6,21	51,3	41,4	8,91	0,69	54-4н	РПН 2022	
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,96	9,35	61,04	0,02	0	2	5,8	18	4	0,42	ТТК-639		
Итого за Завтрак	360	8,8	7,6	47,55	294,16	0,19	0,63	26,9	154,9	182,6	36,01	2,71			
Завтрак II															
ИЮГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ	170	2,93	4,25	7,65	68,94	0,02	2,72	0	185,3	95,2	5,67	0,17	20	РЕСУРС ТК УСП 2024	
ПИТЬЕВОЙ															
Итого за Завтрак II	170	2,93	4,25	7,65	68,94	0,02	2,72	0	185,3	95,2	5,67	0,17			
Обед															
САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	30	0,45	1,5	2,3	26	0,01	10,88	0	25,53	0	1,23	0,3	ТТК-11,02		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ	150/10	2,91	2,34	13,67	87,38	0,07	6,96	85,2	16,15	52,55	15,8	0,85	54-7с	РПН 2022	
ИЗДЕЛИЯМИ И ОТВАРНОЙ КУРОЙ															
ПЛОВ ИЗ ИНДЕЙКИ	180	7,73	9,03	14,64	170,72	0,1	1,8	239,79	44,4	244,8	46,8	0,23	ТТК-311,01		
ХЛЕБ РУЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904		
МИКРОНУТРИЕНТАМИ															
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,19	1,18	15,8	83	0,15	0	0	22	0	0	0,7	ТТК-907		
МИКРОНУТРИЕНТАМИ															
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ	180	0,09	0	24,12	96,84	0	5,4	0	12,6	10,8	0,9	0,18	ТТК-439,01		
Итого за Обед	610	14,74	14,22	79,56	507,04	0,38	25,04	324,99	124,28	315,55	68,53	2,36			
Уплотненный полдник															
САЛАТ "ЗДОРОВЬЕ"	30	0,5	2,65	2,6	36,25	0,02	2,41	0	14,53	0	8,68	0,31	ТТК-34,01		
ФРИКАДЕЛКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, ТУШЕННЫЕ В	60	6,32	8	5,04	119,2	0,02	0	32	111,2	76	8,8	1,28	ТТК-293		
СОУСЕ															
РАТУ ОВОЩНОЕ С ЦВЕТНОЙ КАПУСТОЙ	110	1,98	5,13	13,71	108,97	0,06	9,67	14,15	14,59	13,64	1,86	0,22	ТТК-341		
ХЛЕБ РУЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904		
МИКРОНУТРИЕНТАМИ															
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907		
МИКРОНУТРИЕНТАМИ															
СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,18	18,54	79,38	0,02	5,4	0	12,6	12,6	7,2	0,36	ТТК-443,02		
Итого за Уплотненный полдник	420	12,17	16,72	56,82	428,4	0,25	17,48	46,15	167,52	109,64	30,34	2,62			
Итого за день		38,64	42,79	191,58	1298,54	0,84	45,87	398,04	632	702,99	140,55	7,86			

Рацион: Ясли 1-3 года 12 часов (сезон весна-лето)

День: 2

Возраст: 1-3 года

Примем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)		Минеральные вещества (мг)					№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe			
Завтрак															
КАША ВЯЗАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	130	3,73	5,49	27,05	172,9	0,04	0,81	35,49	80,44	98,09	22,8	0,36	117	2022	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	10/10	2,88	3,23	3,95	56,58	0,04	0,07	26	93,5	50	3,67	0,27	ТТК-907		
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,15	0	4,88	20,1	0	0,03	0,23	3,38	5,4	2,85	0,55	54-2гн	РПН 2022	
АПЕЛЬСИН	95	0,86	0,19	7,7	35,91		14,25		32,3	21,85	12,35	0	ТТК-688		
Итого за Завтрак	395	7,62	8,91	43,58	285,49	0,08	15,16	61,72	209,62	175,34	41,67	1,18			
Завтрак II															
ПРЯЖЕНКА М.Д.Ж.2,5%	140	4,06	3,5	5,88	71,4	0,03	0,42	28	173,6	128,8	19,6	0,14	268	2022	
Итого за Завтрак II	140	4,06	3,5	5,88	71,4	0,03	0,42	28	173,6	128,8	19,6	0,14			
Обед															
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	30	0,25	0,05	0,75	4,25	0,01	3	3	7	12,5	4,2	0,18	54-2з	РПН 2022	
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	150/10	4,04	5,53	7,74	98,74	0,04	4,8	4,8	26,18	26,88	16,99	1,03	58	2021	
КОЛЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	50	4,65	4,45	1,5	66,45	0,05	0,48	20	26,17	105,17	9,83	0,23	ТТК-1 069,03		
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2,35	3,81	14,52	102,23	0,09	7,48	17,45	28,6	61,6	20,53	0,76	54-1гн	РПН 2022	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904		
МИКРОНУТРИЕНТАМИ															
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,19	1,18	15,8	83	0,15	0	0	22	0	0	0,7	ТТК-907		
МИКРОНУТРИЕНТАМИ															
НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ	180	0,13	0,05	18	72,95	0,01	3,06	9	12,53	0	5,58	0,15	ТТК-437		
Итого за Обед	590	14,98	15,24	67,34	470,72	0,4	18,82	54,25	126,08	213,55	60,93	3,15			
Уплотненный полдник															
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ ЗАПЕЧЕННОЙ	180	7,72	13,28	6,69	177,21	0,08	1,54	92,77	143,5	25,93	4,02	1,06	ТТК-227		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,73	0,33	18,07	86,2	0,1	0	0	7,2	14,8	7,6	0,2	ТТК-904		
МИКРОНУТРИЕНТАМИ															
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,19	1,18	15,8	83	0,15	0	0	22	0	0	0,7	ТТК-907		
МИКРОНУТРИЕНТАМИ															
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ	180	0,11	0,05	22,5	90,84	0	3,69	9	3,42	0	3,69	0,14	ТТК-437		
Итого за Уплотненный полдник	440	12,75	14,84	63,06	437,25	0,33	5,23	101,77	176,12	40,73	15,31	2,1			
Итого за день		39,41	42,49	179,86	1264,86	0,84	39,63	245,74	685,42	558,42	137,51	6,57			

Рацион: Ясли 1-3 года 12 часов (сезон весна-лето)

День: 3

Возраст: 1-3 года

Примем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв./сут)	Са	Р	Mg	Fe				
Завтрак																
КАША ОВСЯНО-ГРЕЧНЕВАЯ "ЗДОРОВЬЕ"	130	5,85	5,92	19,83	155,94	0,03	1,69	52	131,3	72,8	6,5	0,78	ТТК-190			
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907			
ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	180	0,27	0	6,03	25,11	0	1,04	0,34	6,21	7,65	4,14	0,69	54-3гн	РПН 2022		
ВАФЛИ	20	0,55	0,65	15	68,05	0,06	0	1,6	3,2	7,2	2	0,3	ТТК-640			
Итого за Завтрак	350	7,77	7,16	48,76	290,6	0,17	2,73	53,94	151,71	87,65	12,64	2,12				

Завтрак II													
КЕФИР М.Д.Ж.2,5%	140	4,06	3,5	5,6	70	0,06	0,98	28	168	126	19,6	0,14	268
Итого за Завтрак II	140	4,06	3,5	5,6	70	0,06	0,98	28	168	126	19,6	0,14	2022
Обед													
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ОГУРЦАМИ И ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ	40	0,6	2,67	1,87	36	0,03	1,53	0	9,53	0	9,54	0,22	20
СУП РЫБНЫЙ	150	3,72	3,8	12,1	97,48	0	7,5	88	81	61	0,3	1,3	ТТК-106
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ И СОУСОМ СМЕТАННО-ТОМАТНЫМ	160	9,4	14,09	24,2	261,23	0,16	3,62	11,34	8,4	91	39,2	0,93	ТТК-54-26м
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904
МИКРОНУТРИЕНТАМИ													
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907
МИКРОНУТРИЕНТАМИ													
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ШИПОВНИКА	180	0,18	0,18	7,74	33,3	0,01	7,97	23,04	8,69	2,16	3,36	0,42	ТТК-395
Итого за Обед	570	16,37	21,5	62,84	512,61	0,33	20,62	122,38	122,22	161,56	56,19	3,32	
Уплотненный полдник													
ОПАДЫ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	135/15	6,5	8,3	23,67	195,32	0,09	0,91	4,5	175,22	0	11,48	0,06	ТТК-245
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,37	0,74	9,88	51,88	0,09	0	0	13,75	0	0	0,44	ТТК-907
МИКРОНУТРИЕНТАМИ													
СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,9	0,18	18,54	79,38	0,02	3,6	0	12,6	12,6	7,2	0,36	ТТК-444,01
БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,5	0,5	21	96	0,04	10	0	8	28	42	0,6	338
Итого за Уплотненный полдник	455	10,27	9,72	73,09	422,58	0,24	14,51	4,5	209,57	40,6	60,68	1,46	2017
Итого за день		38,47	41,88	190,29	1295,79	0,8	38,84	208,82	651,5	415,81	149,11	7,04	

Рацион: Ясли 1-3 года 12 часов (сезон весна-лето)

День: 4

Возраст: 1-3 года

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe				
Завтрак																
КАША "ДРУЖБА"	140	3,5	4,06	16,87	118,23	0,05	0,37	19,04	81,2	86,8	18,9	0,37	54-16к	РПН 2022		
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	10/10	2,88	3,23	3,95	56,58	0,04	0,07	26	93,5	50	3,67	0,27	ТТК-907			
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	3,04	2,32	9,04	68,8	0,02	0,42	10,64	88,8	85,6	24,8	0,86	54-23н	РПН 2022		
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	30	16	11	9	2,2	338	2017		
Итого за Завтрак	420	9,82	10,01	39,66	290,61	0,14	10,86	85,68	279,5	233,4	56,37	3,7				
Завтрак II																
ИОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	170	2,93	4,25	7,65	68,94	0,02	2,72	0	185,3	95,2	5,67	0,17	20	РЕСПУБЛИКА ТКУСП 2024		
Итого за Завтрак II	170	2,93	4,25	7,65	68,94	0,02	2,72	0	185,3	95,2	5,67	0,17				
Обед																
САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	40	0,4	2,08	1,8	27,52	0	6,8	24	17,6	15,6	0,8	0,52	ТТК-23,01			
СУП ПОРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С ГРЕНКАМИ	150/15	3,31	2,94	16,67	84,15	0,08	2,25	135	75,63	30,9	8,55	0,47	ТТК-110			
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ	50	4,72	4,33	3,46	71,71	0	0	31,11	2,6	13,1	8,89	0,17	ТТК-316			
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ТО-ДОМАШЕНКУ"	110	2,64	3,37	7,63	71,43	0,02	0	22	17,23	57,2	19,07	0,44	ТТК-323,03			
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904			
МИКРОНУТРИЕНТАМИ																
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,19	1,18	15,8	83	0,15	0	0	22	0	0	0,7	ТТК-907			
МИКРОНУТРИЕНТАМИ																
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,2	0,2	15,2	63,4	0,01	2	0	7	4	4	1	ТТК-394			
Итого за Обед	605	14,83	14,27	69,59	444,31	0,31	11,05	212,11	145,66	128,2	45,11	3,4				

Уплотненный подник														
ОУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	40	0,33	0,07	1	5,67	0,01	4	4	9,33	16,67	5,6	0,24	54-23	РПН 2022
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	7,5	6,9	3,9	107,7	0,07	0,03	360	83,04	126,18	8,88	3,12	ТТК-320,01	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	120	1,59	7,1	12,29	119,46	0,01	0	64,2	16,8	12,8	3,2	0	ТТК-332	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,73	0,33	18,07	86,2	0,1	0	0	7,2	14,8	7,6	0,2	ТТК-904	
МИКРОНУТРИЕНТАМИ														
КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,09	0	24,57	98,64	0,01	5,94	428,2	7,74	11,43	3,24	0,45	ТТК-412,08	
Итого за Уплотненный подник	440	12,24	14,4	59,83	417,67	0,2	9,97	124,11	181,88	28,52	4,01			
Итого за день		39,82	42,93	176,73	1221,53	0,67	34,6	725,99	734,57	638,68	135,67	11,28		

Рацион: Ясли 1-3 года 12 часов (сезон весна-лето)

День: 5

Возраст: 1-3 года

Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Мg	Fe			
Завтрак															
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,13	3,41	13,4	100,67	0,05	0,55	17,85	113,7	91,8	14,55	0,27	54-19к	РПН 2022	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88	0,09	0	0	13,75	0	0	0,44	ТТК-907		
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,27	0,08	14,22	58,69		0,04	0,27	4,5	7,2	3,6	0,66	ТТК-430		
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,96	9,35	61,04	0,02	0	2	5,8	18	4	0,42	ТТК-639		
Итого за Завтрак	375	7,27	6,19	46,85	272,28	0,16	0,59	20,12	137,75	117	22,15	1,79			
Завтрак II															
РЖЕНКА М.Д.Ж.2,5%	140	4,06	3,5	5,88	71,4	0,03	0,42	28	173,6	128,8	19,6	0,14	268	2022	
Итого за Завтрак II	140	4,06	3,5	5,88	71,4	0,03	0,42	28	173,6	128,8	19,6	0,14			
Обед															
ВИНЕГРЕТ	30	0,42	2,76	5,19	47,29	0,01	1,39	0	9,37	12,98	5,86	0,25	ТТК-51		
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	150/5	2,63	4,83	3,99	70,13	0,02	8,08	81,15	28,93	36,69	11,53	0,55	ТТК-54-1с		
СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	4,45	6,58	7,86	108,46	0,05	15,3	30,3	63	59,4	0,72	1,5	ТТК-321		
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	110	1,8	4,3	15,91	109,54	0,1	10,5	344	92,6	84,6	24,64	1,6	ТТК-426,02		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904		
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907		
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,45	0,09	13,5	56,61	0,03	0	0	14,4	23,4	1,8	0,54	ТТК-401		
Итого за Обед	575	12,22	19,32	63,38	476,63	0,34	35,27	455,45	222,9	224,47	48,35	4,89			
Уплотненный полдник															
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	135/10	14,44	12,19	35,55	309,67	0,06	0,36	48,99	278,2	261,9	30,2	0,78	ТТК-54-1т		
СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,18	18,54	79,38	0,02	5,4	0	12,6	12,6	7,2	0,36	ТТК-443,02		
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38	0,1	15		35	17	11	0	ТТК-688		
Итого за Уплотненный полдник	425	16,14	12,57	61,59	427,05	0,18	20,76	48,99	325,8	291,5	48,4	1,14			
Итого за день		39,69	41,58	177,7	1247,36	0,71	57,04	552,56	860,05	761,77	138,5	7,96			

Рацион: Ясли 1-3 года 12 часов (сезон весна-лето)

День: 6

Возраст: 1-3 года

Рацион: Ясли 1-3 года 12 часов (сезон весна-лето)															День: 6		Возраст: 1 год 6 мес	
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептур				
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe						
Завтрак																		
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ТЕРКУЛЕС"	130	5,19	6,9	23,73	178,1	0,14	0,81	35,49	92,46	146,68	44,37	1,07	117	2022				
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907					
ЧАЙ С ЛИМОННОМ И САХАРОМ	160	0,24	0	5,36	22,32	0	0,93	0,3	5,52	6,8	3,68	0,62	54-3гн	РПН 2022				
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	30	16	11	9	2,2	338	2017				
Итого за Завтрак	410	6,93	7,89	46,79	288,92	0,25	11,74	65,79	124,98	164,48	57,05	4,24						
Завтрак II																		
КЕФИР М.Д.Ж.2,5%	140	4,06	3,5	5,6	70	0,06	0,98	28	168	126	19,6	0,14	268	2022				
Итого за Завтрак II	140	4,06	3,5	5,6	70	0,06	0,98	28	168	126	19,6	0,14						
Обед																		
ОГУРЕЦ НАРЕЗКА	40	0,33	0,07	1	5,67	0,01	4	4	9,33	16,67	5,6	0,24	54-2з	РПН 2022				
СУП РЫБНЫЙ	150	3,72	3,8	12,1	97,48	0	7,5	88	81	61	0,3	1,3	ТТК-106					
ГОЛУБЦЫ ПЕНИВЫЕ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНЫМ СОУСОМ	170	8,93	11,48	25,23	240,05	0,06	12	49	65,2	77,46	2,83	1,44	ТТК-306					
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904					
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907					
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,2	0,2	15,2	63,4	0,01	2	0	7	4	4	1	ТТК-394					
Итого за Обед	580	15,65	16,31	70,46	491,2	0,21	25,5	141	177,13	166,53	16,53	4,43						
Уплотненный полдник																		
САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	40	0,4	2,08	1,8	27,52	0	6,8	24	17,6	15,6	0,8	0,52	ТТК-23,01					
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	7,5	6,9	3,9	107,7	0,07	0,03	360	83,04	126,18	8,88	3,12	ТТК-320,01					
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	120	2,56	4,16	15,84	111,52	0,1	8,16	19,04	31,2	67,2	22,4	0,82	54-1гн	РПН 2022				
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904					
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,37	0,74	9,88	51,88	0,09	0	0	13,75	0	0	0,44	ТТК-907					
НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ	180	0,13	0,05	18	72,95	0,01	3,06	9	12,53	0	5,58	0,15	ТТК-437					
Итого за Уплотненный полдник	445	13,33	14,1	58,45	414,67	0,32	18,05	412,04	161,72	216,38	41,46	5,15						
Итого за день		39,97	41,8	181,3	1264,79	0,84	56,27	646,83	631,83	673,39	134,64	13,96						

Рацион: Ясли 1-3 года 12 часов (сезон весна-лето)

День: 7

Возраст: 1-3 года

Рацион: Ясли 1-3 года 12 часов (сезон весна-лето)					День: 7		Возраст: 1-3 года									
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe				
Завтрак																
КАША ЖИДКАЯ РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	130	3,45	3,51	18,66	119,93	0,03	0,4	17,16	96,85	87,1	18,2	0,27	54-25,1к	РПН 2022		
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	10/10	2,88	3,23	3,95	56,58	0,04	0,07	26	93,5	50	3,67	0,27	ТТК-907			
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,85	2,18	8,48	64,5	0,02	0,39	9,98	83,25	80,25	23,25	0,8	54-23гн	РПН 2022		
АПЕЛЬСИН	95	0,86	0,19	7,7	35,91		14,25		32,3	21,85	12,35	0	ТТК-688			
Итого за Завтрак	395	10,04	9,11	38,79	276,92	0,09	15,11	53,14	305,9	239,2	57,47	1,34				

Завтрак II															Регистр ТК УСП 2022	
ИТОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ		170	2,93	4,25	7,65	68,94	0,02	2,72	0	185,3	95,2	5,67	0,17	20		
Итого за Завтрак II		170	2,93	4,25	7,65	68,94	0,02	2,72	0	185,3	95,2	5,67	0,17			
Обед																
ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ		40	0,47	0,07	1,53	8,53	0,03	10	53,2	5,6	10,67	8	0,36	54-33	РН 2022	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ		150	3,84	2,7	11,16	84,6	0,11	1,17	72,9	20,25	60,3	21,75	1,11	ТТК-119		
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ		50	5,74	6,6	8,55	116,58	0,04	0,03	22,8	20,39	81,34	9,12	0,22	ТТК-161		
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ		120	1,96	4,69	17,36	119,5	0,11	11,45	375,27	101,02	92,29	26,88	1,75	ТТК-426,02		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904		
МИКРОНУТРИЕНТАМИ																
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907		
МИКРОНУТРИЕНТАМИ																
СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ		180	0,9	0,18	18,54	79,38	0,02	5,4	0	12,6	12,6	7,2	0,36	ТТК-443,02		
Итого за Обед		580	15,38	15	74,07	493,19	0,44	28,05	524,17	174,46	264,6	76,75	4,25			
Употребленный подлник																
САЛАТ "СВЕКЛАЧОК"		40	0,66	1,65	9,04	29,16	0,02	2,74	0	11,33	16,64	7,36	0,52	ТТК-53,01		
ГУРШ ИЗ ИНДЕЙКИ		60	4,94	5,52	4,38	86,95	0	0	18	49,2	163,7	34,8	1,58	ТТК-277,2		
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ		110	1,46	6,51	11,26	109,51	0,01	0	58,85	15,4	11,73	2,93	0	ТТК-332		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904		
МИКРОНУТРИЕНТАМИ																
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		40	2,19	1,18	15,8	83	0,15	0	0	22	0	0	0,7	ТТК-907		
МИКРОНУТРИЕНТАМИ																
НАЛИТОК ИЗ ШИПОВНИКА		160	0,8	0,08	12,56	53,52	0,01	0,26	56	22,4	20	14,4	0,46	ТТК-54-13хн		
Итого за Употребленный подлник		430	11,42	15,11	62,07	405,24	0,24	3	132,85	123,93	219,47	63,29	3,36			
Итого за день			39,77	43,47	182,58	1244,29	0,79	48,88	710,16	789,59	818,47	203,18	9,12			
День: 8																
Возраст: 1-3 года																
Рацион: Ясли 1-3 года (сезон весна-лето)																
Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв.суг)	Са	Р	Мг	Fe				
Завтрак																
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	4,71	5,34	22,91	156	0,08	0,33	0	84,5	0	22,89	1,16	0,35	208	2021	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0	0,35	ТТК-907		
МИКРОНУТРИЕНТАМИ																
САД С САХАРОМ	180	0,18	0	5,85	24,12	0	0,04	0,27	4,05	6,48	3,42	0,66	0,66	54-2н	РН 2022	
ПРЯНИКИ	30	1,8	4,3	16	109,8	0,02	0	0	3,3	15	2,7	0,24	0,24	ТТК-640,01		
Итого за Завтрак	360	7,79	10,23	52,66	331,42	0,18	0,37	0,27	102,85	21,48	29,01	2,41	2,41			
Завтрак II																
РЯЖЕНКА М.Д.Ж.2,5%	140	4,06	3,5	5,88	71,4	0,03	0,42	28	173,6	128,8	19,6	0,14	0,14	268	2022	
Итого за Завтрак II	140	4,06	3,5	5,88	71,4	0,03	0,42	28	173,6	128,8	19,6	0,14	0,14			
Обед																
САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	30	0,45	1,5	2,3	26	0,01	10,88	0	25,53	0	1,23	0,3	0,3	ТТК-11,02		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ	150/10	2,91	2,34	13,67	87,38	0,07	6,96	85,2	16,15	52,55	15,8	0,85	0,85	54-7с	РН 2022	
ИЗДЕЛИЯМИ И ОТВАРНОЙ КУРОЙ	180	10,35	13,97	21,94	254,9	0,12	6	11,7	25,2	228	43,2	3,6	3,6	ТТК-258,08		
РАТУ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ОВОЩАМИ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	0,1	ТТК-904		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ																
МИКРОНУТРИЕНТАМИ																
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	0,35	ТТК-907		
МИКРОНУТРИЕНТАМИ																
МИКРОНУТРИЕНТАМИ	180	0,45	0,09	13,5	56,61	0,03	0	0	14,4	23,4	1,8	0,54	0,54	ТТК-401		
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	590	16,63	18,66	68,34	509,49	0,36	23,84	96,9	95,88	311,35	65,83	5,74	5,74			
Итого за Обед																

Уплотненный полдник													
СЫРНИКИ ЗАПЕЧЕННЫЕ	140	4,42	8,83	4,52	140,43	0,06	0	10,77	170,15	203,54	4,63	0,22	ТТК-219
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,19	1,18	15,8	83	0,15	0	0	22	0	0	0,7	ТТК-907
МИКРОНУТРИЕНТАМИ													
БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,5	0,5	21	96	0,04	10	0	8	28	42	0,6	338
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ	180	0,11	0,05	22,5	90,84	0	3,69	9	3,42	0	3,69	0,14	ТТК-437
Итого за Уплотненный полдник	460	8,22	10,56	63,82	410,27	0,25	13,69	19,77	203,57	231,54	50,32	1,66	
Итого за день		36,7	42,95	190,7	1322,58	0,82	38,32	144,94	575,9	693,17	164,76	9,95	

Рацион: Ясли 1-3 года (сезон весна-лето)

День: 9

Возраст: 1-3 года

Рацион: Ясли 1-3 года 12 часов (сезон весна-лето)														
Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Дневн: 9			Возраст: 1-3 года								№ рецептуры	Сборник рецептур
		Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)		Витамины (мг)		Минеральные вещества (мг)					
		Б	Ж	У	В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe			
Завтрак														
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	140	4,97	4,06	18,62	131,11	0,11	0,35	16,73	78,4	122,5	54,6	1,65	54-20к	РПН 2022
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	10/10	2,88	3,23	3,95	56,58	0,04	0,07	26	93,5	50	3,67	0,27	ТТК-907	
ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	180	1,44	0,99	7,83	45,81	0,01	0,27	6,21	51,3	41,4	8,91	0,69	54-4нн	РПН 2022
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38	0,1	15		35	17	11	0	ТТК-688	
Итого за Завтрак	440	10,09	8,48	37,9	271,5	0,26	15,69	48,94	258,2	230,9	78,18	2,61		
Завтрак II														
КЕФИР М.Д.Ж.2,5%	140	4,06	3,5	5,6	70	0,06	0,98	28	168	126	19,6	0,14	268	2022
Итого за Завтрак II	140	4,06	3,5	5,6	70	0,06	0,98	28	168	126	19,6	0,14		
Обед														
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ОГУРЦАМИ И ЗЕЛЕНЬЮ	30	0,45	2	1,4	27	0,02	1,15	0	7,15	0	7,16	0,17	20	2021
ГОРОШКОМ														
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	150/10	4,04	5,53	7,74	98,74	0,04	4,8	4,8	26,18	26,88	16,99	1,03	58	2021
ФРИКАДЕЛКИ ИЗ ИНДЕЙКИ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	60	3,8	5,15	5,5	96,64	0,03	0,07	18,86	36,86	78,17	0,3	0,73	ТТК-325,09	
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	110	2,54	3,64	13,63	97,4	0	0,66	0	9,57	60,94	21,45	0,48	ТТК-334	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
МИКРОНУТРИЕНТАМИ														
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
МИКРОНУТРИЕНТАМИ														
НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ	180	0,09	0	24,12	96,84	0	5,4	0	12,6	10,8	0,9	0,18	ТТК-439,01	
Итого за Обед	580	13,39	17,08	69,32	501,22	0,22	12,08	23,66	106,96	184,19	50,6	3,04		
Уплотненный полдник														
САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	30	0,3	1,56	1,35	20,64	0	5,1	18	13,2	11,7	0,6	0,39	ТТК-23,01	
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕННЫЕ	60	6,4	6,7	15,6	148,3	0,02	0,75	105	26,25	135,5	0,38	0,9	ТТК-277	
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2,35	3,81	14,52	102,23	0,09	7,48	17,45	28,6	61,6	20,53	0,76	54-11г	РПН 2022
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904	
МИКРОНУТРИЕНТАМИ														
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907	
МИКРОНУТРИЕНТАМИ														
СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,9	0,18	18,54	79,38	0,02	3,6	0	12,6	12,6	7,2	0,36	ТТК-444,01	
Итого за Уплотненный полдник	420	12,42	13,01	66,94	435,15	0,26	16,93	140,45	95,25	228,8	32,51	2,86		
Итого за день		39,96	42,07	179,76	1277,87	0,8	45,68	241,05	628,41	769,89	180,89	8,65		

Рацион: Ясли 1-3 года 12 часов (сезон весна-лето)

День: 10

Возраст: 1-3 года

Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe			
Завтрак															
КАША "ДРУЖБА"	130	3,25	3,77	15,67	109,79	0,05	0,34	17,68	75,4	80,6	17,55	0,34	54-16к	РПН 2022	
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907		
МИКРОНУТРИЕНТАМИ															
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,24	2,93	11,34	84,65	0,04	0,61	15,57	151,2	117	12,6	0,05	ТТК-434		
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,96	9,35	61,04	0,02	0	2	5,8	18	4	0,42	ТТК-639		
Итого за Завтрак	350	9,09	9,25	44,26	296,98	0,19	0,95	35,25	243,4	215,6	34,15	1,16			
Завтрак II															
ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	170	2,93	4,25	7,65	68,94	0,02	2,72	0	185,3	95,2	5,67	0,17	20	РЕСПУБЛИКА ТКУСП 2004	
Итого за Завтрак II	170	2,93	4,25	7,65	68,94	0,02	2,72	0	185,3	95,2	5,67	0,17			
Обед															
ВИНЕГРЕТ	40	0,56	3,68	6,92	63,05	0,02	1,85	0	12,49	17,31	7,81	0,33	ТТК-51		
СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С ГРЕНКАМИ	150/15	3,31	2,94	16,67	84,15	0,08	2,25	135	75,63	30,9	8,55	0,47	ТТК-110		
ЕЖИКИ МЯСНЫЕ СО СМЕТАНЫМ СОУСОМ	50/10	5,51	5,99	7,4	105,57	0,01	0,17	33,89	23,62	35,73	3,4	0,21	ТТК-309		
ТУШЕННЫЕ ОВОЩИ	120	2,07	4,25	12	94,58	0,09	6,01	144,76	19,36	24,87	7,19	0,87	ТТК-142		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,37	0,17	9,03	43,1	0,05	0	0	3,6	7,4	3,8	0,1	ТТК-904		
МИКРОНУТРИЕНТАМИ															
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,1	0,59	7,9	41,5	0,08	0	0	11	0	0	0,35	ТТК-907		
МИКРОНУТРИЕНТАМИ															
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ШИПОВНИКА	180	0,18	0,18	7,74	33,3	0,01	7,97	23,04	8,69	2,16	3,35	0,42	ТТК-395		
Итого за Обед	605	14,1	17,8	67,66	465,25	0,34	18,25	336,69	154,39	118,37	34,1	2,75			
Уплотненный полдник															
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ ЗАПЕЧЕННОЙ	160	7,09	11,75	5,71	156,91	0,07	1,27	80,4	130,53	22,4	3,43	0,94	ТТК-227		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,73	0,33	18,07	86,2	0,1	0	0	7,2	14,8	7,6	0,2	ТТК-904		
МИКРОНУТРИЕНТАМИ															
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,19	1,18	15,8	83	0,15	0	0	22	0	0	0,7	ТТК-907		
МИКРОНУТРИЕНТАМИ															
КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,09	0	24,57	98,64	0,01	5,94		7,74	11,43	3,24	0,45	ТТК-412,08		
Итого за Уплотненный полдник	420	12,1	13,26	64,15	424,75	0,33	7,21	80,4	167,47	48,63	14,27	2,29			
Итого за день		38,22	44,56	183,72	1255,92	0,88	29,13	452,34	750,56	477,8	88,19	6,37			

Итого по неделям

Итого	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
Среднее, Неделя: 1	Все	39,21	42,33	183,23
Среднее, Неделя: 2	Все	38,92	42,97	183,61

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
	Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Мg	Fe	
Итого за период	390,65	426,52	1834,22	12693,53	7,99	434,26	4326,47	6939,83	6510,39	1473	88,76	
Среднее значение за период	39,07	42,65	183,42	1269,35	0,8	43,43	432,65	693,98	651,04	147,3	8,88	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	12	30	58									
Сбалансированность	1	1	4									

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Уплотненный поднабор	Обед	Завтрак II	Завтрак
1-3 года	436	589	152	386

ПРИ СОСТАВЛЕНИИ МЕНЮ ИСПОЛЬЗОВАЛАСЬ СЛЕДУЮЩАЯ ЛИТЕРАТУРА :

1. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. - Москва: Дели плюс, 2017. - 544 с.
2. Сборник технологических карт, рецептов блюд кулинарных изделий для школьного питания. - Уфа 2021. - 233 с.
3. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/ Под ред. А.А. Тугельяна и Д.Б. Никитюка. - М.: ТД Дели, 2022. - 245с.
4. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4 классов в общеобразовательных организациях: Пособие. - М.: Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2022.-275с.
5. Ресурсы технологических карт Управления социального питания, 2024 год.

Допускается замена одного вида пищевой продукции, блюда и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюда и кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом её пищевой ценности (СанПин 2.3/2.4.3590-20 п.8.1.4.)

Для предотвращения размножения патогенных микроорганизмов готовые блюда должны быть реализованы не позднее 2 часов с момента изготовления (СанПин 2.3/2.4.3590-20 п.8.1.2.8)