



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ д/с № 1
Г.В. Моргоева
29.03.2017г.

**ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ
В ВОЗРАСТЕ ОТ 1 ГОДА ДО 3-Х ЛЕТ
С 10,5 ЧАСОВЫМ РЕЖИМОМ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ
МБДОУ д/с № 1
(ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД)**

Десятидневное меню на зимне-весенний период (1-3 лет)

	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	Бутерброд с сыром и маслом	Суп молочный с макаронными изделиями	Бутерброд с маслом	Каша «дружба»	Омлет натуральный. Икра кабачковая	Бутерброд с сыром и маслом	Суп молочный макаронными изделиями	Бутерброд с маслом	Бутерброд с сыром и маслом
		Суп молочный с крупой (гречка)		Суп молочный «геркулес»						
	Чай фруктовый	Какао на молоке	Чай с молоком	Чай с сахаром	Кофейный напиток на молоке	Чай с молоком	Чай с лимоном	Чай с молоком	½ яйцо вареное	Какао с молоком
	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный Конд. изд. (вафли)	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный Конд. изд. пряник	Хлеб пшеничный	
10 часов	Сок фруктово-ягодный	Ряженка	Сок яблочный	Яблоко	Ряженка	Сок фруктово-ягодный	Банан	Молоко кипяченое	Яблоко	Сок яблочный
Обед	Овощи натуральные соленые (огурец)	Овощи натуральные соленые (помидор)	Капуста квашеная	Овощи натуральные соленые (огурец)	Икра морковная	Овощи натуральные соленые (огурец)	Овощи натуральные соленые (помидор)	Икра свекольная	Икра кабачковая	Овощи натуральные соленые (помидор)
	Борщ с капустой и картофелем	Рассольник ленинградский со сметаной	Суп из овощей с фасолью	Суп картофельный с макаронными изделиями	Суп картофельный с бобовыми	Свекольник со сметаной	Суп картофельный с клёцками на м/б	Суп крестьянский с крупой	Рассольник со сметаной	Щи из свежей капусты с картофелем
	Мясо отварное	Биточки рыбные	Плов из отварной птицы	Биштекс рубленный паровой	Картофельная запеканка с мясом	Тефтели из говядины паровые	Рыба, тушенная в сметанном соусе	Плов из отварной говядины	Фрикадельки рыбные	Бефстроганов из отварной говядины
	Пюре картофельное	Капуста тушеная		Картофель отварной		Сложный гарнир			Пюре картофельное	Картофель отварной
	Компот из яблок	Кисель из сока	Компот из смеси сухофруктов	Кисель из сока	Компот из смеси сухофруктов	Компот из свежих плодов	Компот из смеси сухофруктов	Сок фруктово-ягодный	Компот из яблок	Компот из смеси сухофруктов
	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
полдник	Икра свекольная	Запеканка из творога	Овощи натуральные соленые (помидор)	Пудинг из творога с рисом	Булочка домашняя	Запеканка из творога	Овощи в молочном соусе	Сырники из творога запеченные	Рагу овощное	Сдоба обыкновенная (плюшка)
	Омлет натуральный	Соус молочный сладкий	Рыба отварная Пюре картофельное	Соус молочный сладкий		Соус молочный сладкий	Соус молочный сладкий	Соус молочный сладкий		
	Кофейный напиток с молоком	Чай с сахаром	Кофейный напиток на молоке	Йогурт	Молоко кипяченое	Йогурт	Кофейный напиток на молоке	Ряженка	Чай с сахаром	Йогурт
	Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный		Фрукты св. апельсин		Хлеб пшеничный Булочка домашняя		Хлеб пшеничный	Фрукты св. яблоко

АНАЛИЗ
рекомендуемых наборов продуктов для организации питания детей (брутто)
в дошкольных образовательных организациях с 1 года до 3 лет.

наименование продуктов	среднесут.н аборы пищ.прод (брутто)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	всего за 10 дней	факт на 1 чел. (брутто)	% выполнен ия норм
молоко и кисломол.прод.	390	250	380	248	295	475	244	266	489	212	355	3214	321,4	82,41
творог	30	0	66	0	67	0	66	0	54	0	0	253	25,3	84,33
сметана	9	4,5	7	0	20	0	4	14	2	5	20	76,5	7,65	85,00
сыр	4,3	0	12	0	0	0	0	11	0	0	12	35	3,5	81,40
мясо (бескостное)	55	82	0	0	61	79	44	0	51	0	67	384	38,4	69,82
птица 1 кат.пот.	23	0	0	149	0	0	0	28	0	0	0	177	17,7	76,96
рыба (филе) треска	34	0	89	117	0	0	0	67	0	76	0	349	34,9	102,65
минтай	34	0	91	115	0	0	0	66	0	74	0	346	34,6	101,76
яйцо куриное столовое	0,5	1,53	0,138	0	0,127	0,083	1,568	0,07	0,045	0,677	0,033	4,271	0,4271	85,42
картофель (25%)	160	109	72	126	178	208	116	168	24	221	32,0	1254	125,4	78,38
овощи , зелень	256	244	252	218	89	132	285,2	231	158	164	157	1930,2	193,02	75,40
фрукты(плоды) свежие	108	33	0	0	149	195	33	162	0	182	149	903	90,3	83,61
фрукты (плоды) сухие	9	0	0	18	0	18	0	18	0	0	18	72	7,2	80,00
соки фруктовые (овощные)	100	150	45	150	45	0	150	0	150	0	150	840	84	84,00
хлеб ржаной	40	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	300	30	75,00
хлеб пшеничный	60	45	57	45	45	30	38	60	30	70	44	464	46,4	77,33
крупы , бобовые	30	0	21,6	30	24	37	4	11	48	11	37	223,6	22,36	74,53
макаронные изделия	8	14	0	14	7	0	0	0	14	0	14	63	6,3	78,75
мука пшеничная	25	0	4	0	2	57	4	57	4,8	1	60	189,8	18,98	75,92
масло сливочное	18	8,8	14,9	9,4	15,6	14,5	12,4	33,6	9,6	11,8	14,8	145,4	14,54	80,78
масло растительное	9	8,6	3,6	8	1,8	17	2	15,8	9	8	4	77,8	7,78	86,44
кондитерские изделия	7	0	0	25	0	0	0	0	25	0	0	50	5	71,43
чай , фиточай	0,5	0,36	0,36	0,7	0,36	0	0,36	0,36	0,36	0,36	0	3,22	0,322	64,40
какао-порошок	0,5	0	2	0	0	0	0	0	0	0	2	4	0,4	80,00
кофейный напиток	1	1,5	0	1,5	0	1,5	0	1,5	0	1,5	0	7,5	0,75	75,00
сахар	37	29,4	48,8	30,4	36	30,5	27	36	20,4	28,5	30,4	317,4	31,74	85,78
дрожжи	0,4	0	0	0	0	1,2	0	1	0	0	0,9	3,1	0,31	77,50
крахмал	2	0	7	0	7	0	0	0	0	0	0	14	1,4	70,00
соль	4	3,3	3,3	3,3	3,3	3,3	3,3	3,3	3,3	3,3	3,3	33	3,3	82,50
	1455,2												1137,78	78,19

В графе среднесут. наборы пищ.прод (брутто) все продукты даны в соответствии с СанПиН 2013 года. Норма по рыбе филе.

*В графе факт на 1 чел. наши нормы расхода даны на треску, минтай потрошенные обезглавленные, т.к. мы покупаем именно такую рыбу.

В среднем % выполнение норм =78,19%

АНАЛИЗ
рекомендуемых наборов продуктов для организации питания детей (нетто)
в дошкольных образовательных организациях с 3 - 7 лет.

наименование продуктов	среднесут.н аборы пищ.прод (брутто)	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	всего за 10 дней	факт на 1 чел. (брутто)	% выполнен ия норм
молоко и кисломол.прод.	390	249	376	247	291	464	240	265	478	212	351	3173	317,3	81,36
творог	30	0	65	0	66	0	65	0	53	0	0	249	24,9	83,00
сметана	9	4,5	7	0	20	0	4	14	2	5	20	76,5	7,65	85,00
сыр	4,3	0	12	0	0	0	0	11	0	0	12	35	3,5	81,40
мясо (бескостное)	50	78	0	0	58	75	42	0	48	0	64	365	36,5	73,00
птица 1 кат.пот.	20	0	0	132	0	0	0	24	0	0	0	156	15,6	78,00
рыба (филе) , в т.ч. слабо солленое	32	0	56	85	0	0	0	49	0	56	0	246	24,6	76,88
яйцо куриное столовое	20	61	5,5	0	5	3,3	62,5	2,8	1,8	27	1,3	170,2	17,02	85,10
картофель (25%)	120	81	54	94	133	156	87	125	18	165	24	937	93,7	78,08
овощи , зелень	205	208	214	180	82	110	245,2	189	130	144	136	1638,2	163,82	79,91
фрукты(плоды) свежие	95	29	0	0	133	150	29	125	0	162	133	761	76,1	80,11
фрукты (плоды) сухие	9	0	0	18	0	18	0	18	0	0	18	72	7,2	80,00
соки фруктовые (овощные)	100	150	45	150	45	0	150	0	150	0	150	840	84	84,00
хлеб ржаной	40	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	300	30	75,00
хлеб пшеничный	60	45	57	45	45	30	38	60	30	70	44	464	46,4	77,33
крупы , бобовые	30	0	21,6	30	24	37	4	11	48	11	37	223,6	22,36	74,53
макаронные изделия	8	14	0	14	7	0	0	0	14	0	14	63	6,3	78,75
мука пшеничная	25	0	4	0	2	57	4	57	4,8	1	60	189,8	18,98	75,92
масло сливочное	18	8,8	14,9	9,4	15,6	14,5	12,4	33,6	9,6	11,8	14,8	145,4	14,54	80,78
масло растительное	9	8,6	3,6	8	1,8	17	2	15,8	9	8	4	77,8	7,78	86,44
кондитерские изделия	7	0	0	25	0	0	0	0	25	0	0	50	5	71,43
чай , фиточай	0,5	0,36	0,36	0,7	0,36	0	0,36	0,36	0,36	0,36	0	3,22	0,322	64,40
какао-порошок	0,5	0	2	0	0	0	0	0	0	0	2	4	0,4	80,00
кофейный напиток	1	1,5	0	1,5	0	1,5	0	1,5	0	1,5	0	7,5	0,75	75,00
сахар	37	29,4	48,8	30,4	36	30,5	27	36	20,4	28,5	30,4	317,4	31,74	85,78
дрожжи	0,4	0	0	0	0	1,2	0	1	0	0	0,9	3,1	0,31	77,50
крахмал	2	0	7	0	7	0	0	0	0	0	0	14	1,4	70,00
соль	4	3,3	3,3	3,3	3,3	3,3	3,3	3,3	3,3	3,3	3,3	33	3,3	82,50
	1326,7												1061,472	80,01

В среднем % выполнения норм = 80,01 %

	Б	Ж	У	Ккал	В1	С	Са	Fe
1-ый день	40,87	47,714	131,862	1043,55	0,45	26,4928	463,19	11,331
2-ой день	47,653	40,303	152,1	1164,85	0,7045	37,817	817,2	6,493
3-ий день	60,495	49,552	168,154	1324,35	0,4873	46,64	514,17	11,059
4-ый день	47,45	43,74	165,492	1260,01	0,503	37,991	555,93	8,993
5-ый день	46,78	54,53	182,99	1402,25	0,764	128,88	732,04	9,06
6-ой день	48,008	52,241	145,382	1198,51	0,465	40,933	616,49	11,688
7-ой день	42,272	54,01	213,842	1488,18	624	46,829	618,527	8,22
8-ой день	45,86	43,7	162,93	1217,32	0,475	20,048	728,38	8,42
9-ый день	33,03	32,664	145,3	995,84	0,529	68,538	425	9,6
10-ый день	56,081	45,628	207,822	1483,64	0,854	42,923	704	15,305
	468,499	464,082	1675,874	12578,5	629,232	497,092	6174,927	100,169
	46,85	46,41	167,59	1257,85	62,92	49,71	617,49	10,02

Всего на 1 реб. За 10 дней

В среднем на 1 реб. в день