

УТВЕРЖДАЮ

И.о. заведующего

МБДОУ № 27 «Микки-Маус»

Е.А. Марченко

«26» февраля 2024г.

Подписано электронной подписью

Сертификат:

00D81A64260536D3E61DA9248CB759AD68

Владелец:

Марченко Елена Александровна

Действителен: 19.04.2023 с по 12.07.2024

**Перспективное меню
для детей раннего возраста от 1,5 до 3 лет,
МАРТ 2024 - МАЙ 2024
(1 - 2 корпус)**

Расчет циклического меню: весна 2024

Дети до 3 лет

по нетто

Группы продуктов	День	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Итого	Средн.	Норма	% вып.
Хлеб пшеничный		20	90	72.98	80	50	20	80	80	50	50	592.98	59.3	60	99
Крупы (злаки) бобовы		50	22	16	16	67	19	18	16	38	51	313	31.3	30	104
овощи		210.56	242.47	245.22	130.25	232.03	67.23	109.44	167.50	174.14	138.99	1717.8	171.79	180	95
Мясо		58.79		14.2	117.94	84.63	77.2		13.65	55.51	50.96	472.88	47.29	50	95
Рыба		72.075		64.5			54		64.5		64.5	319.57	31.96	32	100
Молоко		363	390	372	396	375	375	346	393	405	375	3790	379	390	97
Творог			87					118		85	20	310	31	30	103
Сметана		5	15.6	9.2	7	7.6	3	11	14	5	10.6	88	8.8	9	98
Масло сливочное		16.5	18.917	14	22.6	15.336	13.8	13.2	26.1	14.2	18.3	172.95	17.3	18	96
Яйцо		18	79	5.2	116	12	29.2	51.64	5.2	18	45	379.24	37.92	40	95
Сахар		22.7	24.7	15.51	31.77	19.7	24.772	24.7	20.7	33.36	34.7	252.61	25.26	25	101
Фрукты		128.7	133	66	115.13	209	74.19	97	110	85.9	84	1102.9	110.29	95	116
Масло растительное		5.133	9.942	7.227	8.8	8.436	10	8.433	14.6	9.3	10.2	92.071	9.21	9	102
Сыр			6.58		14.1	9.4	2.82	6.58				39.48	3.95	4	99
Сухофрукты		12	9.9	12		10	10	9.9	8.25	13.275	5	90.325	9.03	9	100
Мука пшеничная		30	9.7	32.3		32.672	34	15.7	36.8	30	30.1	251.27	25.13	25	101
Кондитерские изделия		31		20	25		25		20			121	12.1	12	101
Птица 1 кат.			85.36	37.76				80.96				204.08	20.41	20	102
Картофель 31.12-28.02		51.35	39	195	143.65	59.8	176.8	157.3	120.25	51.35	152.75	1147.2	114.73	120	96
Сок		100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	1000	100	100	100
Соль		4.333	3	3.444	3.16	3	3.093	3	1.6	3	3	30.63	3.06	3	102
Макаронные изделия				7			34		34	5		80	8	8	100
Чай		0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	5	0.5	0.5	100
Какао			1		1		1		1		1	5	0.5	0.5	100
Кофейный напиток		2		2		2		2		2		10	1	1	100
Дрожжи сухие				0.9		0.75	0.75		0.75		0.75	3.9	0.39	0.4	98
Крахмал					8		4			3.2	4	19.2	1.92	2	96
Хлеб ржаной		50	40	40	20	50	50	20	20	50	50	390	39	40	98
субпродукты (печень)				25.73		98.6			65.653			189.98	19	20	95
															/соотн.
Белки		59.57	76.53	59	68.46	72.58	53.49	74.97	61.54	63.21	62.74	652.1	65.21	42	155 /1.21
Жиры		42.95	70.13	40.76	79.87	52.35	49.5	61.03	59.78	46.78	51.38	554.52	55.45	47	118 /1.01
Углеводы		198.77	198.22	198.77	179.98	225.88	214.54	179.05	218.14	204.16	216.56	2034.0	203.41	203	100 /3.77
Количество калорий		1419.9	1730.2	1397.9	1712.5	1664.9	1517.5	1565.3	1656.7	1490.4	1579.6	15735.	1573.5	1400	112
Витамин А												0	0	450	0
Витамин В1												0	0	0.8	0
Витамин В2												0	0	0.9	0
Витамин С												0	0	45	0
Витамин D												0	0	10	0
Минерал Са												0	0	800	0
Минерал F												0	0	1.4	0
Минерал Fe												0	0	10	0
Минерал I												0	0	0.07	0
Минерал К												0	0	400	0
Минерал Mg												0	0	80	0
Примерная цена меню		174.34	172.79	179.83	214.56	218.34	167.37	140.67	197.23	165	168.4	1798.5	179.85	163	110

и.о. заведующего
Е.А. Марченко

Понедельник			Вторник			Среда			Четверг			Пятница		
Вых.	Карта		Вых.	Карта		Вых.	Карта		Вых.	Карта		Вых.	Карта	
Завтрак			Завтрак			Завтрак			Завтрак			Завтрак		
Каша манная молочная	130	151	Яйцо отварное	1	327	Каша пшеничная молочная	130	8	Какао с молоком	180	7	Каша овсяная "Геркулес"	130	154
Кофейный напиток с молоком	150	10	Каша ячневая молочная	140	13	Кофейный напиток с молоком	150	10	Батон с маслом сливочным	30/5	71	молочная		
Печенье "Ромбики"	25		Какао с молоком	170	7	Батончик к чаю	30	103	Каша "Дружба"	140	2	Кофейный напиток с молоком	150	10
Апельсин	70	0	Батон с маслом сливочным	30/5	71	Слива	60	0	Сыр	7	310	Батончик к чаю	30	103
			Сыр	7	310							Киви	60	0
10 часов			10 часов			10 часов			10 часов			10 часов		
Сок 0,2	100		Сок 0,2	100		Сок 0,2	100		Сок 0,2	100		Сок 0,2	100	
Обед			Обед			Обед			Обед			Обед		
Огурец порционный (соленый)	30	5	Салат из тушеного перца	30	36	Суп с лапшой	150	15	Салат из редиса с огурцами	30	13	Огурец порционный	30	16
Суп "Рябчик"	150		Суп картофельный с домашней лапшой	150	19	Капуста тушеная с томатом	120	210	Свекольник с яйцом	150		Суп картофельный с помидорам	150	5
Бигус с мясом	160	9				Рыба, тушеная в сметане	60		-Жаркое по-домашнему	60/100	40*	Гарнир свекольный	120	19
Компот из сухих фруктов	150	20	Суфле куринное	50	25	Компот из шиповника	150	29	Кисель из плодового или ягодного концентрата	150	25	Тефтели с рисом в соусе	60	
Хлеб столичный	20	0	Гарнир свекольно-морковный	120	19	Хлеб столичный	40	0				Компот из чернослива	150	15
Хлеб пшеничный	20	101	Компот из изюма	150	23	Овощи свежие (порциями)	30	148	Хлеб пшеничный	20	101	Хлеб пшеничный	20	101
			Хлеб столичный	40	0				Хлеб столичный	20	0	Хлеб столичный	20	0
Полдник			Полдник			Полдник			Полдник			Полдник		
Кисломолочный продукт (йогурт)	150		Кисломолочный продукт (кефир)	150		Кисломолочный продукт (ряженка)	150		Кисломолочный продукт (снежок)	150		Кисломолочный продукт (йогурт)	150	
Печенье песочное с джемом	50	13	Банан	70	0	пирожок с печенью	50		Яблоки	50	0	Хачапури	55	11
			-Хлеб пшеничный с маслом	30/5	2*				Печенье "Кексикки"	25				
Ужин			Ужин			Ужин			Ужин			Ужин		
Салат из тушеной капусты	30	44	Салат из кукурузы	30		Салат из консервированных огурцов и томатов в с/с	30		Икра кабачковая	40	50	Икра из свежих овощей	30	47
-Рыба припущенная	60	13*	Пудинг творожный	110		Картофель в сметане	120		Омлет с сыром с маслом	120/5	0	Каша гречневая рассыпчатая	110	1
Каша пшеничная рассыпчатая	110	199	Соус сметанный	40	3	котлеты из мяса птицы	50		Чай с лимоном	170	19	Сердце в соусе	60	44
Хлеб столичный	30	0	Чай полусладкий	150	6	Чай не сладкий	160	36	Хлеб прибрежный	30		Чай полусладкий	150	6
Яблоки	50	0	Груша	70	0	Конфеты шоколадные	20	0	Апельсин	50	0	Хлеб столичный	30	0
Чай полусладкий	150	6	Хлеб пшеничный	30	101	Хлеб пшеничный	30	101				Яблоки	50	0



и. о. заведующего
Е. А. Марченко

Понедельник			Вторник			Среда			Четверг			Пятница		
Вых.	Карта		Вых.	Карта		Вых.	Карта		Вых.	Карта		Вых.	Карта	
Завтрак			Завтрак			Завтрак			Завтрак			Завтрак		
Виноград	70	0	Яйцо отварное	1	327	Груша	70	0	Каша гречневая на молоке	130	4	Киви	50	0
Каша пшеничная молочная	130	12	Каша молочная с тыквой	140		Каша молочная из разных круп	130	18	Кофейный напиток с молоком	150	10	Яйцо отварное	1	327
Какао с молоком	150	7	Кофейный напиток с молоком	180	10	Какао с молоком	150	7	Батончик к чаю	30	103	Каша кукурузная молочная	130	8
Печенье цветочки	25		Батон с маслом сливочным	30/5	71	Батон с маслом сливочным	30/5	71				Какао с молоком	150	7
			Сыр	7	310							Батон с маслом сливочным	30/5	71
10 часов			10 часов			10 часов			10 часов			10 часов		
Сок 0,2	100		Сок 0,2	100		Сок 0,2	100		Сок 0,2	100		Сок 0,2	100	
Обед			Обед			Обед			Обед			Обед		
Салат из свежих помидоров и огурцов	30	18	Салат из томатов в с/с	30		Салат из огурцов и помидоров	30		Салат луковый	25	3	помидор свежий порционный	30	
Суп картофельный с мясными фрикадельками (мясо филе)	150	40	Суп с мучными клецками	150	18	Щи из свежей капусты без картофеля	150	33	Суп картофельный с вермишелью	150	7	Борщ	150	36
Макаронные изделия с маслом	110		Куриное рагу с картофелем	180	2	Картофельное пюре	120	216	Мясо с рисом и овощами	150	17	Каша перловая рассыпчатая	110	
Биточки КШП	50		Компот из черной смородины	150	22	-Печень по-строгановски	50/25	45*	Компот из шиповника	150	29	Гуляш мясной	60	16
Кисель из сухих фруктов	150	12	Хлеб пшеничный	20	101	Компот из кураги	150	23	Хлеб пшеничный	20	101	Компот из яблок с лимоном	150	17
Хлеб пшеничный	20	101	Хлеб столичный	20	0	Хлеб пшеничный	20	101	Хлеб столичный	20	0	Хлеб пшеничный	20	101
Хлеб столичный	20	0				Хлеб столичный	20	0				Хлеб столичный	20	0
Полдник			Полдник			Полдник			Полдник			Полдник		
Кисломолочный продукт (кефир)	150		Молоко кипяченое	150	255	Кисломолочный продукт (ряженка)	150		Кисломолочный продукт (снежок)	150		Ватрушка с творогом	60	7
пирожок с рисом и яйцом	50		Яблоки	70	0	-Булочка "Нежная"	50	18*	Печенье песочное	50	13	Кисель молочный	150	9
Ужин			Ужин			Ужин			Ужин			Ужин		
Салат из консервированных огурцов и зеленого горошка	40	32	Салат из свеклы с изюмом	40	29	Икра кабачковая	30	2	Салат из моркови с яблоками и курагой	40	23	Картофель отварной с луком	120	20
Рыба, запеченная в сметане с картофелем	180	3	Сырники	120		Макаронные изделия с маслом	110		Запеканка творожная с рисом	120		Рыба, тушеная в сметане	60	
Чай с лимоном	180	19	Соус сметанный	40	3	Рыба, тушеная в сметане	60		Подлив киселевый	40		Хлеб столичный	30	0
Хлеб столичный	30	0	Хлеб пшеничный	30	101	Чай не сладкий	150	36	Хлеб столичный	30	0	Чай с шиповником	160	26
			Чай полусладкий	180	6	Шоколад	20		Чай полусладкий	170	6	Салат из соленых огурцов	40	5
						Хлеб пшеничный	30	101	Мандарин	50	0			
						Мандарин	50	0						

и.о. заведующего
 В.М. В.А. Марченко

