

Код	Наименование	Ед. изм.	Количество	Цена	Сумма
	Хлеб пшеничный	кг	100	2,5	250
	Макароны	кг	100	2,5	250
	Сметана	кг	100	15	1500
	Сыр	кг	100	15	1500
	Молоко	кг	100	10	1000
	Масло сливочное	кг	100	25	2500
	Сахар	кг	100	10	1000
	Мука	кг	100	5	500
	Яйца куриные	шт.	100	10	1000
	Сливочное масло	кг	100	25	2500
	Сметана	кг	100	15	1500
	Сыр	кг	100	15	1500
	Молоко	кг	100	10	1000
	Масло сливочное	кг	100	25	2500
	Сахар	кг	100	10	1000
	Мука	кг	100	5	500
	Яйца куриные	шт.	100	10	1000



«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №254»

С.А. Барсукова
Приказ № 96 от 09.09.2024

ДОКУМЕНТОВ

05-03

**Основное организованное меню, обогащенное витаминами и минеральными веществами
продуктов питания, для воспитанников МБДОУ «Детский сад №254» от 3 до 7 лет**

г. Барнаул, 2024
1 год 2057 пр. 1030

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 1 Понедельник	Завтрак						
	Яблоко	100	0,4	0,4	9.8	44.4	№ 368
	Каша гречневая с маслом	200	5.932	4.002	26.048	163.976	№ 186
	Хлеб с маслом и сыром	20/7/10	3.896	8.185	9.931	128.973	№ 3
	Кофейный напиток с молоком	180	2,974	2.358	14.498	91.088	№ 395
	Итого за завтрак	517	13.202	14.945	60.277	428.437	
	Обед						
	Горошек консервированный	50	1.5	0.25	3,65	29.0	№ т/к 50
	Свекольник с мясом говядины и сметаной	200	5.207	8.766	9.839	137.107	№ 58
	Голубцы ленивые с мясом говядины (порционные)	200	17.649	16.067	17.225	277.631	№ 274
	Соус сметанный	30	0.67	2.112	3.087	34.047	№ 355
	Компот из с/ф	180	0,228	-	18.416	74.574	№ 868
	Хлеб ржаной	50	3.3	0,6	16.7	85.4	№ 1
	Итого за обед	710	28.554	27.795	68.917	637.759	
	Полдник						
	Расстегай с курагой	80	6.607	6.682	32.839	259.699	№ 294
	Молоко кипяченое	200	5,4	4.4	8.8	96.4	№ 400
	Итого за полдник	280	12.007	11.082	41.639	356.099	
	Ужин						
	Овощная солянка	200	3.024	6.548	18.122	142.977	№ 321
	Витаминизированный напиток	180	-	-	17.46	72.0	№ т/к 52
	Хлеб пшеничный	50	3.8	0,4	24.6	117.2	№ 1
	Яйцо вареное	40	4.76	4.04	0.24	56.56	№ 424
Итого за ужин	470	11.584	10.988	60.398	388.737		

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 2 Вторник	<i>Завтрак</i>						
	Апельсин	100	0.9	0,2	8.1	37.8	№ 368
	Каша ячневая молочная с маслом	200	5.352	5.247	24.753	167.756	№ 172
	Хлеб с маслом и сыром	30/7/10	4.656	8.265	14.851	152.413	№ 3
	Какао	200	3.042	2.398	14.52	91.83	№ 397
	Итого за завтрак	547	13.95	16.11	62.224	449.799	
	<i>Обед</i>						
	Помидор свежий	50	0.55	0.1	1.9	10.7	№ 70
	Щи из свежей капусты с мясом говядины и сметаной	200	5.311	9.007	8.347	133.68	№ 67
	Печень по -строгановски	80	17.353	5.92	7.407	153.049	№ 582
	Картофельное пюре	150	3.822	4.802	21.204	142.795	№ 694
	Сок	200	-	-	22.4	90.0	№ 399
	Хлеб ржаной	50	3.3	0,6	16.7	85.4	№ 1
	Итого за обед	730	30.336	20.429	77.958	615.624	
	<i>Полдник</i>						
	Печенье	50	4.0	6.5	32.0	205.0	№ т/к 57
	Варенец	200	5.8	5.0	8.2	101.0	№ 401
	Итого за полдник	250	9.8	11.5	40.2	306.0	
	<i>Ужин</i>						
	Ленивые вареники из творога с маслом	200	21.854	12.109	25.746	299.922	№ 461, 462
	Чай сладкий	200	0.113	0.027	9.02	36.772	№ 392
Хлеб пшеничный	50	3.8	0,4	24.6	117.2	№ 1	
Итого за ужин	450	25.767	12.536	59.336	453.894		
Итого за день	1977	79.853	60.575	239.748	1825.317		

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 3 Среда	<i>Завтрак</i>						
	Яблоко	100	0,4	0,4	9.8	44.4	№ 368
	Каша молочная манная с маслом	200	5.427	5.197	25.928	172.156	№ 390
	Хлеб с маслом	30/7	2.336	5.315	14.851	116.583	№ 3
	Чай сладкий с молоком	180	2.813	2.227	13.42	84.972	№ 394
	Итого за завтрак	517	10.976	13.139	63.999	418.111	
	<i>Обед</i>						
	Кукуруза консервированная	50	1.45	1.2	6.0	44.5	№ т/к 50
	Суп гороховый с мясом кур и сметаной	200	14.671	14.318	15.407	247.87	№ 36
	Биточки из мяса кур	80	13.189	10.915	5.83	172.895	№ 306
	Макароны отварные с маслом	130	4.136	1.716	25.704	134.958	№ 323
	Соус томатный	20	0.272	0.022	1.296	7.236	№ 348
	Кисель из изюма	180	0.223	0.04	18.106	73.68	№ 380
	Хлеб ржаной	50	3.3	0,6	16.7	85.4	№ 1
	Итого за обед	710	37.241	28.811	89.043	766.539	
	<i>Полдник</i>						
	Хлеб с повидлом	30/20	2.38	0,24	29.14	128.24	№ 2
	Молоко кипяченое	200	5,4	4.4	8.8	96.4	№ 400
	Итого за полдник	250	7.78	4.64	37.94	224.64	
	<i>Ужин</i>						
	Рыба припущенная в молоке	80	15.425	5.394	3.46	124.131	№ 246
	Картофель тушеный с овощами	150	2.01	4.899	13.996	107.762	№ 77
	Витаминизированный напиток	180	-	-	17.46	72.0	№ т/к 52
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0,32	19.68	93.76	№ 1
	Итого за ужин	450	20.475	10.613	54.596	397.653	
	Итого за день	1927	76.472	57.203	245.578	1806.943	

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 4 Четверг	<i>Завтрак</i>						
	Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	37,8	№ 368
	Каша молочная геркулесовая с маслом	200	5,322	6,072	21,118	160,316	№ 93
	Хлеб с маслом и сыром	30/7/10	4,656	8,265	14,851	152,413	№ 3
	Кофейный напиток с молоком	180	2,974	2,358	14,498	91,088	№ 395
	Итого за завтрак	527	13,852	16,895	58,567	441,617	
	<i>Обед</i>						
	Салат из свеклы с зеленым горошком	50	1,138	2,789	4,142	49,17	№ 34
	Суп с клёцками, с мясом говядины и сметаной	200	11,541	14,765	13,085	173,159	№ 37
	Бигус с мясом говядины	200	13,851	14,75	11,205	212,163	№ 200
	Сок	200	-	-	22,4	90,0	№ 399
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	85,4	№ 1
	Итого за обед	700	29,83	32,904	67,532	609,892	
	<i>Полдник</i>						
	Булочка с шоколадной начинкой	80	5,732	7,707	39,179	248,799	№ 274
	Ряженка	200	5,4	5,0	8,4	101,8	№ 401
	Итого за полдник	280	11,132	12,707	47,579	350,599	
	<i>Ужин</i>						
	Лапша молочная с маслом	200	5,467	5,522	23,378	165,146	№ 43
	Чай сладкий с молоком	180	2,813	2,227	13,42	84,972	№ 394
	Яйцо вареное	40	4,76	4,04	0,24	56,56	№ 424
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,2	№ 1
	Итого за ужин	470	16,84	12,189	61,638	423,878	
Итого за день	1977	71,654	74,695	235,316	1825,986		

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 5 Пятница	<i>Завтрак</i>						
	Яблоко	100	0,4	0,4	9.8	44.4	№ 368
	Творожно-рисовый пудинг с повидлом	170/10	21.356	12.386	20.964	301.198	№ 235
	Хлеб с маслом	30/7	2.336	5.315	14.851	116.583	№ 3
	Какао	200	3.042	2.398	14.52	91.83	№ 397
	Итого за завтрак	517	27.134	20.499	60.135	554.011	
	<i>Обед</i>						
	Морковь отварная	50	0.624	0.052	3.28	16.02	№ т/к 49
	Борщ с мясом говядины и сметаной	200	5.615	7.515	10.551	130.293	№ 66
	Котлета из мяса говядины	80	13.114	11.165	7.06	171.978	№ 282
	Перловка отварная с маслом	130	3.931	1.726	27.429	140.878	№ 186
	Соус томатный	20	0.272	0.022	1.296	7.236	№ 348
	Компот из с/ф с вит «С»	180	0.228	-	18.416	74.574	№ 868
	Хлеб ржаной	50	3.3	0,6	16.7	85.4	№ 1
	Итого за обед	710	27.084	21.08	84.732	626.379	
	<i>Полдник</i>						
	Пряник	50	2.5	3.0	37.5	200.0	№ т/к 57
	Кефир	200	5.8	5.0	8.0	100.2	№ 401
	Итого за полдник	250	8.3	8.0	45.5	300.2	
	<i>Ужин</i>						
	Фрикадельки рыбные в томатном соусе	80	15.508	1.288	8.444	108.303	№ 517
	Картофельное пюре	150	3.822	4.802	21.204	142.795	№ 694
	Чай сладкий	200	0.113	0.027	9.02	36.772	№ 392
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0,24	14.76	70.32	№ 1
	Итого за ужин	460	21.723	6.357	53.428	358.19	
	Итого за день	1937	84.241	55.936	243.795	1838.78	

Среднее значение за 5 дней: 1821 ккал

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 1 Понедельник	<i>Завтрак</i>						
	Яблоко	100	0,4	0,4	9.8	44.4	№ 368
	Каша кукурузная молочная с маслом	200	4.952	5.247	26.028	171.056	№ 177
	Хлеб с маслом	30/7	2.336	5.315	14.851	116.583	№ 3
	Чай сладкий с молоком	180	2.813	2.227	13.42	84.972	№ 394
	Итого за завтрак	517	10.501	13.189	64.099	417.011	
	<i>Обед</i>						
	Кукуруза консервированная	50	1.45	1.2	6.0	44.5	№ т/к 50
	Щи из свежей капусты с мясом говядины и сметаной	200	5.311	9.007	8.347	133.68	№ 56
	Шницель из мяса говядины	80	13.114	11.165	7.06	171.978	№ 67
	Картофельное пюре	150	3.822	4.802	21.204	142.795	№ 694
	Компот из с/ф	180	0.228	-	18.416	74.574	№ 868
	Хлеб ржаной	50	3.3	0,6	16.7	85.4	№ 1
	Итого за обед	710	27.225	26.774	77.727	652.927	
	<i>Полдник</i>						
	Пирожок печеный с печенью	80	13.886	8.373	34.679	268.685	№ 294
	Молоко кипяченое	200	5,4	4.4	8.8	96.4	№ 400
	Итого за полдник	280	19.286	12.773	43.479	365.085	
	<i>Ужин</i>						
	Овощное рагу	200	3.024	6.548	18.122	142.977	№ 321
	Витаминизированный напиток	180	-	-	17.46	72.0	№ т/к 52
Хлеб пшеничный	40	3.04	0,32	19.68	93.76	№ 1	
Яйцо вареное	40	4.76	4.04	0.24	56.56	№ 424	
Итого за ужин	460	10.824	10.908	55.502	365.297		
Итог за день	1967	67.836	63.644	240.807	1800.32		

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 2 Вторник	<i>Завтрак</i>						
	Апельсин	100	0.9	0,2	8.1	37.8	№ 368
	Творожно-манная запеканка с молочным соусом	150/50	23.358	12.254	26.168	308.888	№ 237
	Хлеб с маслом	30/7	2.336	5.315	14.851	116.583	№ 3
	Кофейный напиток с молоком	180	2,974	2.358	14.498	91.088	№ 395
	Итого за завтрак	517	29.568	20.127	63.617	554.359	
	<i>Обед</i>						
	Огурец свежий/соленый	50	0.4/0.4	0.05/0.05	1.25/0.75	7.05/5.0	№ 70
	Борщ с мясом говядины и сметаной	200	5.615	7.515	10.551	130.293	№ 66
	Плов с мясом говядины	200	13.759	11.923	32.977	288.779	№ 601
	Сок	200	-	-	22.4	90.0	№ 399
	Хлеб ржаной	50	3.3	0,6	16.7	85.4	№ 1
	Итого за обед	700	23.074	20.538	83.878/83.378	601.522/599.472	
	<i>Полдник</i>						
	Печенье	50	4.0	6.5	32.0	205.0	№ т/к 57
	Кефир	200	5.8	5.0	8.0	100.2	№ 401
	Итого за полдник	250	9.8	11.5	40.0	305.2	
	<i>Ужин</i>						
	Биточки рыбные	80	17.106	2.86	5.67	117.02	№ 248
	Картофель тушеный с овощами	150	2.01	4.899	13.996	107.762	№ 77
	Чай сладкий	200	0.113	0.027	9.02	36.772	№ 392
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0,32	19.68	93.76	№ 1
	Итого за ужин	470	22.269	8.106	48.366	355.314	
Итого за день	1937	84.711	60.271	235.861/ 235.361	1816.395/ 1814.345		

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 3 Среда	<i>Завтрак</i>						
	Яблоко	100	0,4	0,4	9.8	44.4	№ 368
	Кулеш пшеничный молочный с маслом	200	5.154	4.914	21.966	152.717	№ 43
	Хлеб с маслом и сыром	30/7/10	4.656	8.265	14.851	152.413	№ 3
	Чай сладкий с молоком	180	2.813	2.227	13.42	84.972	№ 394
	Итого за завтрак	527	13.023	15.806	60.037	434.502	
	<i>Обед</i>						
	Горошек консервированный	50	1.5	0.25	3,65	29.0	№ т/к 50
	Суп – лапша с мясом кур	200	12.427	14.033	12.192	223.489	№ 217
	Рулет из мяса кур с луком и яйцом	80	12.826	11.194	5.068	171.282	№ 295
	Капуста тушеная	150	2.855	5.368	8.224	100.699	№ 336
	Кисель из кураги с витамином «С»	180	0.493	0.03	16.756	69.23	№ 380
	Хлеб ржаной	50	3.3	0,6	16.7	85.4	№ 1
	Итого за обед	710	33.401	31.475	62.59	679.10	
	<i>Полдник</i>						
	Венская сдоба	80	6.146	4.727	35.275	208.334	№ 466, 467
	Молоко кипяченое	200	5,4	4.4	8.8	96.4	№ 400
	Итого за полдник	280	11.546	9.127	44.075	304.734	
	<i>Ужин</i>						
	Свекольная запеканка с изюмом, и повидлом	200/20	5.646	3.566	39.132	228.808	№ 356
	Сок	200	-	-	22.4	90.0	№ 399
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0,32	19.68	93.76	№ 1
	Итого за ужин	460	8.686	3.886	81.212	412.568	
Итого за день	1977	66.656	60.294	247.914	1830.904		

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 4 Четверг	<i>Завтрак</i>						
	Апельсин	100	0.9	0,2	8.1	37.8	№ 368
	Макароны запеченные с сыром	150	7.346	4.426	32.124	197.878	№ 207
	Яйцо вареное	40	4.76	4.04	0.24	56.56	№ 424
	Хлеб с маслом	30/7	2.336	5.315	14.851	116.583	№ 3
	Какао	200	3.042	2.398	14.52	91.83	№ 397
	Итого за завтрак	527	18.384	16.379	69.835	500.651	
	<i>Обед</i>						
	Морковь отварная	50	0.624	0.052	3.28	16.02	№ т/к 49
	Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины и сметаной	180/20	4.861	7.652	6.627	113.443	№ 209
	Азу из мяса говядины	80	10.881	12.014	3.436	160.941	№ 152
	Горошница	130	8.709	2.724	20.286	140.352	№ 211
	Сок	200	-	-	22.4	90.0	№ 399
	Хлеб ржаной	50	3.3	0,6	16.7	85.4	№ 1
	Итого за обед	710	28.375	23.022	72.729	606.156	
	<i>Полдник</i>						
	Русская коса	80	6.146	4.727	35.275	208.334	№ 466, 467
	Варенец	200	5,8	5.0	8.2	101.0	№ 401
	Итого за полдник	280	11.946	9.727	43.475	309.334	
	<i>Ужин</i>						
	Творожные сырники с сгущенным молоком	200/15	21.815	11.33	27.765	300.775	№ 463
	Чай	200	0.113	0.027	0.038	0.844	№ 391
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0,32	19.68	93.76	№ 1
Итого за ужин	455	24.968	11.677	47.483	395.379		
Итого за день	1972	83.673	60.805	233.522	1811.52		

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 5 Пятница	<i>Завтрак</i>						
	Яблоко	100	0,4	0,4	9.8	44.4	№ 368
	Каша молочная геркулесовая с маслом	200	5.322	6.072	21.118	160.316	№ 93
	Хлеб с маслом и сыром	30/7/10	4.656	8.265	14.851	152.413	№ 3
	Кофейный напиток	180	0.274	0.158	10.098	42.888	№ 395
	Итого за завтрак	527	10.652	14.895	55.867	400.017	
	<i>Обед</i>						
	Свекла отварная	50	0.448	0.032	2.56	20.02	№ т/к49
	Суп овощной с фасолью со сметаной и мясом говядины	200	8.563	7.811	15.175	163.249	№ 36
	Суфле из печени	80	20.099	5.996	6.87	161.723	№ 321
	Картофельное пюре	150	3.822	4.802	21.204	142.795	№ 694
	Компот из с/ф с витамином «С»	180	0.228	-	18.416	74.574	№ 868
	Хлеб ржаной	50	3.3	0,6	16.7	85.4	№ 1
	Итого за обед	710	36.232	19.241	80.925	647.761	
	<i>Полдник</i>						
	Пряник	50	2.5	3.0	37.5	200.0	№ т/к 57
	Конфета шоколадная	15	0.525	1.65	11.26	61.5	№ т/к 57
	Ряженка	200	5.4	5.0	8.4	101.8	№ 401
	Итого за полдник	265	8.425	9.65	57.16	363.3	
	<i>Ужин</i>						
	Суфле из рыбы	80	17.172	6.474	2.094	135.502	№ 269
	Овощной маринад	140	1.617	1.899	9.506	60.993	№ 54
	Какао	200	3.042	2.398	14.52	91.83	№ 397
Хлеб пшеничный	50	3.8	0,4	24.6	117.2	№1	
Итого за ужин	470	25.631	11.171	50.72	405.525		
Итого за день	1972	80.94	54.957	244.672	1816.603		

Среднее значение за 5 дней: 1815 ккал