

Согласовано:

Руководитель Управления
РОСПОТРЕБНАДЗОРА
По Иркутской области

Д. Ф. Савиных
2020 г.



Утверждаю:

Заместитель начальника Управления
образования Иркутского районного
муниципального образования

И.В.Ткачева
2020 г.



Примерное циклическое меню для дошкольных образовательных организаций Иркутского районного муниципального образования с длительностью пребывания 12 часов

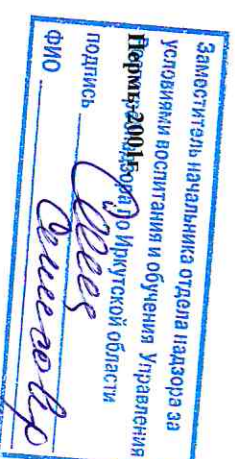
осеннее - зимний период
возраст от 3 до 7 лет

для пищеблоков дотоготовочных организаций

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах

под редакцией В.Т. Лапиной «Москва» 2007 г.

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений



Примерное десятидневное циклическое меню для дошкольных образовательных учреждений Иркутского районного муниципального образования (дошкольные учреждения с длительностью пребывания 12 часов) Возраст 3-7 года Осенне-зимний период
Для пищеблоков дошкольных организаций

1 День

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	выход, 3-7 л.	Ккал	Б	Ж	У	С
	Завтрак						
С6.Пермь 2001г. № 98	Каша рисовая молочная жидкая	1\200	189,00	5,12	7,20	30,60	0,04
ПВ	Батон	1\30	71,40	1,65	0,30	15,30	0,00
С6.Москва 2004г. № 97	Сыр (порциями)	1\10	41,50	2,80	8,72	0,35	0,00
С6.Пермь 2001г. №248	Какао с молоком и сахаром	1\170	130,83	3,20	3,40	22,05	0,00
	2 завтрак						
ПВ	Напиток кисломолочный	1\100	98,00	4,50	3,50	10,00	0,00
	Итого завтрак:		530,73	17,27	23,12	78,30	0,04
	Обед						
С6.Пермь 2001г. № 15	Салат из свежих огурцов	1\30	31,08	0,22	3,03	0,97	2,80
С6.Пермь 2001г. № 38	Суп картофельный с макаронными изделиями, мясом курицы	1\185\15	100,70	1,60	2,20	14,50	8,30
С6.Москва 2004г. №463	Тфтели из говядины с рисом п\ф	1\50	74,30	3,70	6,10	12,00	0,00
С6.Пермь 2001г. № 206	Картофельное пюре	1\150	171,60	3,45	6,06	23,20	0,03
С6.Пермь 2001г. № 242	Компот из свежих яблок с лимоном	1\150	78,40	0,18	0,00	19,70	15,00
ПВ	Хлеб пшеничный I сорт	1\20	47,00	1,50	0,20	10,60	0,00
	Итого обед:		503,08	10,65	17,59	80,97	26,13
	Полдник						
ПВ	Кекс с изюмом	1\50	175,00	29,05	7,00	17,50	0,00
С6.Пермь 2001г. № 255	Молоко кипячённое	1\200	117,30	5,58	6,30	7,04	0,00
	Итого полдник:		292,30	34,63	13,30	24,54	0,00
	Ужин						
С6.Пермь 2001г. №200	Капуста тушёная	1\110	42,20	3,50	1,60	8,20	0,09
С6.Москва 2004г. № 413	Сосиска молочная отварная	1\50	130,56	35,00	15,00	0,20	0,00
С6.Пермь 2001г. №233	Кисель из концентрата плодового и яблочного	1\150	77,70	1,02	0,00	21,70	2,10
ПВ	Хлеб ржаной	1\40	96,00	2,60	0,40	22,00	0,00
	Фрукты свежие в асортименте	1\100	40,00	0,30	0,00	8,60	5,00
	Итого ужин		386,46	42,42	17,00	60,70	7,19
	Итого за день		1712,57	104,97	71,01	244,51	33,36

Заместитель начальника отдела надзора за
условиями воспитания и обучения Управление
Роспотребнадзора по Иркутской области
подпись _____
ФИО **Селевко Вр**

День: 2

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Выход	Ккал	Б	Ж	У	С
С6.Пермь 2001г. №93	Капша овсяная из "Г"еркулеса" жидкая	1\200	202,32	6,10	0,68	28,80	0,00
С6.Пермь 2001г. №254	Кофейный напиток на молоке с сахаром	1\180	108,30	4,60	5,20	7,90	0,00
ПВ	Повидло фруктовое	1\20	76,00	0,00	0,00	26,20	0,16
ПВ	Батон	1\30	71,40	1,65	0,30	15,30	0,00
	2-й завтрак						
	Фрукты свежие в асортименте	1\100	89,00	1,15	0,10	21,80	5,00
	Итого завтрак:		547,02	13,50	6,28	100,00	5,16
	Обед						
С6.Москва 2004г. №19	салат из свежлы и моркови	1\30	37,80	0,39	3,02	2,30	6,38
С6.Пермь 2001г. № 33	Рассольник ленинградский со сметаной	1\195,5	119,40	4,10	9,04	25,80	0,04
С6.Пермь 2001г. № 77	Рагу из овощей	1\110	128,23	1,99	7,97	12,10	0,01
С6.Пермь 2001г. №181	Курица отварная с маслом сливочным	1\60,5	207,74	15,60	15,60	0,83	0,00
С6.Пермь 2001г. № 238	Напиток из ягол облепихи	1\180	66,74	0,27	0,06	16,27	72,00
ПВ	Хлеб ржаной	1\20	48,00	1,30	0,20	11,00	0,00
	Итого обед:		607,91	23,65	35,89	68,30	78,43
	Полдник						
ПВ	Напиток кисломолочный	1\200	120,00	6,00	6,00	12,00	0,00
ПВ	Печенье овсяное	1\50	206,00	3,09	7,07	21,20	0,00
	Итого полдник:		326,00	9,09	13,07	33,20	0,00
	Ужин						
С6.Пермь 2001г. №192	Рис припущенный	1\200	286,70	4,96	7,25	50,36	0,01
С6.Москва 2004г. № 388	Котлета рыбная (горбуша) п\ф	1\50	61,37	7,40	1,37	4,85	0,12
ПВ	Хлеб пшеничный I сорт	1\20	47,00	1,50	0,20	10,60	0,00
С6.Пермь 2001г. №263	Чай с сахаром	1\180	43,70	0,11	0,00	10,80	0,00
	ИТОГО УЖИН		438,77	13,97	8,82	76,61	0,13
	Итого за день		1919,70	60,21	64,06	278,11	83,72

Заместитель начальника отдела надзора за
условиями воспитания и обучения Управление
Роспотребнадзора по Иркутской области
подпись 
ФИО 

День: 3

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Выход	ккал	Б	Ж	У	С
	Завтрак						
С6.Пермь 2001г. №110	Омлет натуральный с маслом сливочным	1\160	273,10	4,21	22,20	3,75	0,02
ПВ	Батон	1\30	71,40	1,65	0,30	15,30	0,00
С6.Москва 2004г. № 99	Колбаса вареная (порциями)	1\110	25,20	9,50	12,28	0,02	0,00
	Фрукты свежие	1\100	40,00	0,30	0,00	15,60	5,00
С6.Пермь 2001г. №260	Чай с лимоном и сахаром	1\100	30,80	0,04	0,00	7,60	1,15
	2 завтрак						
ПВ	Кисломолочный напиток	1\100	112,00	4,80	3,50	10,20	0,00
	Итого завтрак:		552,50	20,50	38,28	52,47	6,17
	Обед						
С6.Пермь 2001г. №23	Салат картофельный с зеленым горошком	1\30	47,00	0,90	3,41	5,38	2,80
С6.Пермь 2001г. № 27	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	1\200\5	123,20	2,00	5,05	8,02	2,40
С6.Пермь 2001г. № 160	Котлета из говядины п/ф.	1\50\5	146,21	8,65	9,78	5,89	0,00
С6.Пермь 2001г. № 186	Каша гречневая рассыпчатая	1\140	246,18	8,14	5,06	25,00	0,03
С6.Пермь 2001г. № 239	Компот из кураги	1\150	68,00	0,24	0,00	16,90	1,80
ПВ	Хлеб ржаной	1\30	83,50	1,95	0,30	16,50	0,00
	Итого обед:		714,09	21,88	23,60	77,69	7,03
	Полдник						
С6.Пермь 2001г. № 262	Чай с молоком без сахара	1\200	89,20	0,46	0,53	17,72	0,00
ПВ	Печенье сахарное	1\50	145,20	3,30	4,25	25,20	0,00
	Итого полдник:		234,40	3,76	4,78	42,92	0,00
	Ужин						
С6.Москва 2004г. № 103	Макароник с маслом сливочным	1\200\5	238,20	10,60	11,80	16,20	0,00
С6.Пермь 2001г. № 240	Компот из свежих яблок	1\200	61,00	0,16	0,00	15,00	0,04
ПВ	Хлеб пшеничный I сорт	1\50	117,50	3,76	0,50	26,50	0,00
	Итого Ужин		416,70	14,52	12,30	57,70	0,04
	Итого за день		1917,69	60,66	78,96	230,78	13,24

Заместитель начальника отдела надзора за
условиями воспитания и обучения Управление
Роспотребнадзора по Иркутской области
подпись С.В.Сестеркин
ФИО Сестеркин Сергей Владимирович

День: 4

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Выход	Ккал	Б	Ж	У	С
	Завтрак						
С6. Пермь 2001г. №98	Каша манная молочная жидкая	1\200	182,00	1,70	1,20	40,20	0,99
ПВ	Батон	1\20	47,60	1,10	0,20	10,20	0,00
С6. Москва 2004г. № 97	Сыр (порциями)	1\10	41,50	2,80	8,72	0,35	0,00
С6. Москва 2004г. № 692	Напиток из пикории с молоком и сахаром	1\170	32,00	0,50	0,50	6,80	0,45
	2 завтрак						
ПВ	напиток кисломолочный	1\100	112,00	4,80	3,10	11,00	0,00
	Итого завтрак:		415,10	10,90	13,72	68,55	1,44
	Обед						
С6. Пермь 2001г. № 18	Салат из свежих помидоров	1\30	34,17	0,30	3,48	1,38	6,00
С6. Пермь 2001г. № 41	Суп картофельный с рыбными консервами	1\200	55,00	4,80	2,40	3,20	0,00
С6. Пермь 2001г. № 178	Котлета куринная П\Ф	1\50\5	146,21	8,65	9,78	5,89	0,00
С6. Пермь 2001г. №204	Картофель отварной	1\150	182,46	3,09	7,04	27,60	0,07
С6. Пермь 2001г. №256	Напиток из плодов шиповника	1\150	35,15	0,51	0,00	15,60	10,05
ПВ	Хлеб пшеничный 1 сорт	1\30	70,15	2,25	0,30	15,49	0,00
	Итого обед:		523,14	19,60	23,00	69,16	16,12
	Полдник						
	фрукт свежий	1\50	38,00	1,20	0,00	15,00	10,00
ПВ	Вафли	1\50	159,70	2,40	9,30	17,80	0,08
С6. Пермь 2001г. №255	Молоко кипяченое	1\150	117,30	5,58	6,30	7,04	0,00
	Итого полдник:		315,00	9,18	15,60	39,84	10,08
	ужин						
С6. Москва 2004г. №355	Вареники ленивые со сметаной	1\240\5	256,45	5,76	3,12	24,20	0,00
ПВ	Сок фруктовый	1\170	76,00	1,02	0,00	13,60	0,90
ПВ	Хлеб ржаной	1\40	96,00	2,60	0,40	22,00	0,00
	Итого ужин		428,45	9,38	3,52	59,80	0,90
	Итого за день		1681,69	49,06	55,84	237,35	28,54

Заместитель начальника отдела надзора за
условиями воспитания и обучения Управление
Роспотребнадзора по Пермской области
подпись 
ФИО Селевков

День: 5

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Выход	Ккал	Б	Ж	У	С
	Завтрак						
С6.Пермь 2001г. №99	Каша ячневая молочная вязкая	1\200	247,60	7,08	1,70	38,35	0,00
ПВ	Батон	1\30	71,80	1,65	0,30	15,30	0,00
ПВ	Повидло фруктовое	1\20	76,00	0,00	0,00	30,60	0,16
С6.Пермь 2001г. №262	Чай с молоком и сахаром	1\150	65,43	2,09	1,90	9,94	0,37
ПВ	2 завтрак						
	Напиток кисломолочный	1\100	77,00	4,80	3,50	10,20	0,00
	Итого завтрак:		537,83	15,62	7,40	104,39	0,53
	Обед						
С6.Пермь 2001г. №198	Кукуруза консервированная (тепловая обработка)	1\30	22,25	0,89	1,44	2,09	3,10
С6.Пермь 2001г. №39	Суп картофельный с мясными фрикадельками	1\185\15	142,20	6,88	4,08	16,70	0,00
С6.Пермь 2001г. №150	Голубцы ленивые ПФ	1\50	64,70	4,86	4,08	4,00	0,00
С6.Москва 2004г. №298	Каша перловая рассыпчатая с луком	1\150	108,20	3,20	6,50	9,02	0,03
С6.Пермь 2001г. № 241	Компот из смеси сухофруктов	1\150	54,80	0,14	0,00	13,50	0,15
ПВ	Хлеб ржаной	1\20	48,00	0,30	0,20	11,00	0,00
	Итого обед:		440,15	16,27	16,30	56,31	3,28
	Полдник						
С6.Пермь 2001г. №242	Компот из яблок с лимоном	1\200	104,00	0,24	0,00	25,30	20,00
С6.Пермь 2001г. № 267	Блинчики со супш молоком	1\50\10	104,50	2,86	2,02	18,70	0,00
	Итого полдник:		208,50	3,10	2,02	44,00	20,00
	ужин						
С6.Москва 2004г. № 719	Пельмени отварные пф с маслом сливочным	1\165\15	144,16	13,30	13,80	23,60	0,00
С6.Пермь 2001г. №263	Чай с сахаром	1\150	36,25	0,00	0,00	9,00	0,00
	Фрукты свежие в ассортименте	1\100	40,00	0,30	0,00	8,60	10,00
ПВ	Хлеб пшеничный I сорт	1\30	70,15	2,25	0,30	15,49	0,00
	Итого ужин		290,56	15,85	14,10	56,69	10,00
	Итого за день		1477,04	50,84	39,82	261,39	33,81

Заместитель начальника отдела надзора за
 условиями воспитания и обучения Управления
 Роспотребнадзора по Иркутской области
 подпись _____
 ФИО Серебрякова

День: 6

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Выход	Ккал	Б	Ж	У	С
	Завтрак						
С6.Пермь 2001г. № 84	Каша "Дружба"	1\200	241,11	6,55	8,33	31,20	0,61
ПВ	Батон	1\30	71,10	1,65	0,30	15,30	0,00
С6.Москва 2004г. № 96	Масло сливочное (порциями)	1\10	70,30	0,05	7,20	0,08	0,00
С6.Пермь 2001г. №248	Какао на молоке с сахаром	1\170	130,83	3,20	3,34	22,05	0,00
	2 завтрак						
	Фрукты свежие в ассортименте	1\100	86,00	1,50	0,10	21,80	5,00
	Итого завтрак:		599,34	12,95	19,27	90,43	5,61
	Обед						
С6.Пермь 2001г. № 2	Салат "Витаминный"	1\30	42,50	0,34	3,04	3,46	2,00
С6.Пермь 2001г. № 36							
С6.Пермь 2001г. № 58	Суп картофельный с бобовыми, курицей и грибами	1\170\10\20	147,40	5,60	4,00	8,56	0,40
С6.Пермь 2001г. № 134	Колбаса рыбная п/ф	1\50\5	61,37	7,40	1,37	4,85	0,12
С6.Пермь 2001г. №194	Макаронные отварные	1\150	182,70	5,70	0,60	34,40	0,00
С6.Пермь 2001г. № 237	Компот из апельсинов с яблоками	1\150	11,80	0,13	0,12	2,37	0,00
ПВ	Хлеб ржаной	1\20	48,00	1,30	0,20	11,00	0,00
	Итого обед:		493,8	20,5	9,3	64,6	2,5
	Полдник						
ПВ	Кисломолочный напиток	1\200	145,00	6,00	7,00	8,00	0,00
ПВ	Печенье сахарное	1\50	140,00	3,30	4,25	25,20	0,00
	Итого полдник:		285,00	9,30	11,25	33,20	0,00
	Ужин						
С6.Пермь 2001г. №172	Тефтели из говядины п/ф	1\50	74,30	3,70	6,10	1,20	0,00
С6.Пермь 2001г. №79	Рулет или запеканка картофельная с овощами	1\170	257,20	4,20	12,60	17,40	0,14
С6.Пермь 2001г. №238	Компот из смородины	1\200	74,17	0,31	0,07	18,90	0,39
ПВ	Хлеб пшеничный I сорт	1\30	70,15	2,25	0,30	15,49	0,00
	Итого ужин		475,82	10,46	19,07	52,99	0,53
	Итого за день		1853,93	53,18	58,92	241,26	8,66

Заместитель начальника отдела надзора за
условиями воспитания и обучения Управления
Роспотребнадзора по Иркутской области

подпись 

ФИО 

День: 7

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Выход	Ккал	Б	Ж	У	С
	Завтрак						
Сб.Пермь 2001г. №44	Суп молочный с макаронными изделиями	1\200	117,00	4,10	5,20	15,80	0,00
Сб.Москва 2004г. № 99	Колбаса вареная (порциями)	1\10	25,20	9,20	12,28	0,02	0,00
ПВ	Батон	1\40	95,20	2,20	0,40	20,40	0,00
Сб.Пермь 2001г. №260	Чай с сахаром и лимоном	1\150	46,21	0,05	0,01	11,48	0,00
	2 завтрак						
	Фрукт свежий	1\100	86,00	1,50	0,00	8,60	5,00
	Итого завтрак:		369,61	17,05	17,89	56,30	5,00
	Обед						
Сб. Пермь 2001г. №9	Салат из моркови	1\30	41,04	0,34	3,20	3,14	6,38
Сб.Пермь 2001г. №35	Суп из овощей со сметаной с мясными фрикадельками	1\180\5\15	111,20	3,20	5,28	11,60	4,60
Сб.Пермь 2001г. №179							
/Сб.Пермь 2001г. № 228	Курица в соусе с томатом	1\105	457,35	29,53	33,62	4,60	0,12
Сб.Пермь 2001г. №186	Каша гречневая рассыпчатая	1\100	175,87	5,82	3,62	30,30	0,00
Сб.Пермь 2001г. №239	Компот из изюма	1\150	68,85	0,20	0,00	12,22	0,10
ПВ	хлеб пшеничный 1 сорт	1\20	47,00	0,50	0,20	11,00	0,00
	Итого обед:		901,31	39,59	45,92	72,86	11,20
	Полдник						
ПВ	Напиток кисломолочный	1\200	75,00	6,00	2,00	8,00	0,00
ПВ	Печенье "Овсянное"	1\50	140,00	3,30	4,25	25,20	0,00
	Итого полдник		215,00	9,30	6,25	33,20	0,00
	Ужин						
Сб.Москва 2004г. № 451	Шницель из говядины ПФ	1\50	135,00	13,00	6,65	5,60	0,00
Сб.Пермь 2001г. №206	Картофельное пюре	1\160	179,60	3,70	30,70	35,60	0,05
Сб.Пермь 2001г. №233	Кисель из концентрата плодового и ягодного	1\200	103,60	1,36	0,00	29,02	0,80
ПВ	Хлеб ржаной	1\40	96,00	1,30	0,20	11,00	0,00
	Итого ужин		514,20	19,36	37,55	81,22	0,85
	Итого за день		2 000,12	85,30	107,61	243,58	17,05

Заместитель начальника отдела надзора за
условиями воспитания и обучения. Управление
Роспотребнадзора по Пермской области
подпись _____
ФИО Сивако В.В.

День 8

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Выход	Ккал	Б	Ж	У	С
	Завтрак						
Сб. Пермь 2001г. № 86	Каша гречневая вязкая на молоке	1\200	203,60	11,00	12,08	40,10	0,00
ПВ	Батон	1\30	71,48	1,65	0,30	15,30	0,00
ПВ	Повидло фруктовое	1\10	38,00	0,00	0,00	23,10	0,08
Сб. Пермь 2001г. №254	Кофейный напиток на молоке с сахаром	1\160	87,00	4,10	4,70	7,03	0,00
	2-й завтрак						
ПВ	Кисломолочный напиток	1\100	67,00	2,50	3,50	11,00	0,00
	Итого завтрак:		467,08	19,25	20,58	96,53	0,08
	Обед						
Сб. Пермь 2001г. № 20	Салат из свежкы с изюмом или черносливом	1\30	48,43	0,42	3,01	4,88	3,00
Сб. Москва 2004г. № 147	Суп с макаронными изделиями с фрикадельками из говядины п\ф	1\150\15	65,62	1,47	2,90	8,34	0,00
Сб. Пермь 2001г. №181	Курица отварная	1\50\5	173,11	9,25	3,70	0,25	0,00
Сб. Пермь 2001г. №192	Рис припущенный	1\100	123,00	2,40	3,30	20,30	0,08
Сб. Пермь 2001г. №239	Компот из кураги	1\150	55,50	0,23	0,00	13,50	1,50
	Фрукт свежий	1\100	40,00	0,15	0,00	15,60	5,00
ПВ	хлеб пшеничный I сорт	1\20	47,00	1,50	0,20	10,60	0,00
	Итого обед:		552,66	15,42	13,11	73,47	9,58
	Полдник						
ПВ	Кекс с изюмом	1\50	175,00	2,80	7,00	17,30	0,00
Сб. Пермь 2001г. №240	Компот из чернослива	1\200	91,80	0,32	0,00	22,50	0,06
	Итого полдник		266,80	3,12	7,00	39,80	0,06
	ужин						
сб. Москва 2004. №355	Варенички ленивые со сметаной	1\200\5	214,00	4,80	6,70	52,80	0,00
Сб. Пермь 2001г. №240	Компот из свежих фруктов	1\200	60,62	0,00	0,00	14,98	4,00
ПВ	Хлеб ржаной	1\50	120,00	3,25	0,50	27,50	0,00
	Итого ужин		394,62	8,05	7,20	95,28	4,00
Итого за день			1681,16	45,84	47,89	305,08	13,72

Заместитель начальника отдела надзора за
условиями воспитания и обучения Управление
Роспотребнадзора по Пермскому краю
подпись 
ФИО Смирнов

день 9

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Выход	Ккал	Б	Ж	У	С
	Завтрак						
Сб.Пермь 2001г. №96	Каша пшеница молочная жидкая	1\200	249,80	14,60	6,40	42,50	0,00
ПВ	Батон	1\20	47,60	1,10	0,20	10,20	0,00
Сб.Москва 2004г. № 96	Масло сливочное (порциями)	1\10	70,30	0,05	7,20	0,08	0,00
Сб.Пермь 2001г. №263	Чай с сахаром	1\170	53,60	0,07	0,00	15,30	0,00
	второй завтрак						
ПВ	Кисломолочный напиток	1\100	98,00	2,50	3,50	11,00	0,00
	Итого завтрак:		519,30	18,32	17,30	79,08	0,00
	Обед						
Сб.Пермь 2001г. №198	Горошек консервированный после тепловой обработки	1\30	22,50	0,89	1,14	2,09	0,05
Сб.Пермь 2001г. №56	Щи из свежей капусты со сметаной и курицей	1\185,5\10	95,28	1,38	4,21	7,08	0,02
Сб.Пермь 2001г. №161	Биточки из говядины п/ф	1\50	134,70	9,20	8,93	4,39	0,00
ПВ	Сок фруктовый	1\200	54,20	0,00	0,00	25,30	0,40
Сб.Пермь 2001г. № 204	Картофель отварной	1\100	132,00	2,09	4,69	18,14	0,03
ПВ	Хлеб ржаной	1\30	83,50	0,30	16,50	11,00	0,00
	Итого обед:		522,18	13,86	35,47	68,00	0,50
	Полдник						
	Фрукт свежий	1\100	40,00	0,30	0,00	8,60	10,00
Сб.Пермь 2001г. №248	Какао с молоком и сахаром	1\150	114,50	2,70	2,85	19,35	0,00
ПВ	Зефир ванильный	1\30	96,00	0,33	0,00	23,70	0,00
	Итого полдник:		250,50	3,33	2,85	51,65	10,00
Сб.Пермь 2001г. № 178	Котлета куриная п/ф .	1\50	148,21	8,65	9,78	5,89	0,00
Сб.Пермь 2001г. №194	Макароны отварные	1\200	243,60	7,60	0,35	18,50	0,70
ПВ	хлеб пшеничный I сорт	1\50	117,00	1,30	3,60	25,80	0,00
Сб.Пермь 2001г. №256	Напиток из шиповника	1\150	35,10	0,51	0,00	15,75	0,61
	Итого ужин		543,91	18,06	13,73	65,94	1,31
	Итого за день		1835,89	53,57	69,35	264,67	11,81

Секретарь начальника отдела надзора за
условиями воспитания и обучения Управления
Роспотребнадзора по Иркутской области
подпись _____
Ф.И.О. *Селиванова*

День: 10

№ рецепта, сборник	Наименование блюда	Выход	Ккал	Б	Ж	У	С
	Завтрак						
Сб.Пермь 2001г. №91	Каша молочная пшеничная (кукурузная) жидкая	1\200	249,80	15,30	6,40	42,50	0,00
ПВ	Батон	1\30	71,48	1,65	0,30	15,30	0,00
Сб.Москва 2004г. № 97	Сыр (порпизим)	1\10	41,50	2,80	8,72	0,35	0,00
Сб.Пермь 2001г. № 260	Чай с лимоном и сахаром	1\170	42,50	0,05	0,00	15,50	0,17
	2 завтрак						
	Фрукт свежий	1\100	76,00	0,00	0,00	19,50	5,00
	Итого завтрак:		481,28	19,80	15,42	93,15	5,17
	Обед						
Сб.Пермь 2001г. №23	Салат картофельный с зеленым горошком	1\30	47,10	0,91	3,41	3,22	2,80
Сб.Пермь 2001г. №34	Свекольник со сметаной с фрикадельками из говядины п/ф	1\195\15	81,24	1,48	4,89	7,76	0,04
Сб.Пермь 2001г. №180	Плов из курицы отварной	1\150	532,92	23,50	3,20	14,23	0,00
ПВ	Хлеб ржаной	1\20	48,00	0,50	0,20	11,00	0,00
Сб.Москва 2004г. № 642	Кисель из яблок и брусники	1\200	108,00	0,00	0,00	26,00	0,40
	Итого обед:		817,26	26,39	11,70	62,21	3,24
	Полдник						
ПВ	Напиток кисломолочный	1\200	75,00	3,90	7,00	10,40	0,00
ПВ	Пряник глазированный	1\50	180,20	2,50	1,50	58,90	0,00
	Итого полдник:		255,20	6,40	8,50	69,30	0,00
	Ужин						
Сб.Пермь 2001г. №127	Пудинг из творога с рисом со стужённым молоком	1\175\25	188,60	16,40	4,00	35,20	0,00
	Хлеб пшеничный	1\50	117,00	1,30	3,60	25,80	0,00
Сб.Пермь 2001г. №241	Компот из сухофруктов	1\200	73,10	0,18	0,09	18,20	0,20
	Итого ужин		378,70	17,88	7,69	79,20	0,20
	Итого за день		1932,44	70,47	43,31	303,86	8,61
содержание пищевых веществ калорийность, факт			1801,22	63,41	63,68	261,06	16,89
содержание пищевых веществ калорийность, норма не менее			1800,00	54,00	60,00	261,00	
содержание пищевых веществ от калорийности, % факт				14,08	31,82	57,97	
300				12-15	30-32	55-58	
Распределение калорийности по приёмам пищи, % факт		завтрак	22,87	5,00	33,73	14,71	
Распределение калорийности по приёмам пищи, % норма		20-25	5,00	30-35	10-15		

Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений Пермь 2001г. редакция по Уставу и Уставу Управления

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания "Хлебпродлинформ" Москва 2004

подпись _____
ФИО _____
Специальность _____
Служба _____