Согласовано:

Родитель (законный представитель) Жици

Повар-бригадир КОП ст. МАЛОУ

Медицинский работник

ГБУЗ СО «Красноуфимская РБ»



Индивидуальное 10-ти дневное меню приготовляемых блюд и напитков: для Полуянова Максима, 08.07.2021г.р. при 10,5-ти часовом режиме пребывания в МАДОУ № 7

02.10.2023г.

Меню составлено на основании Сборника технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений 2008 года. Пермы и сборников технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях Екатеринбург 2011г. в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 п8.2.1. «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Проведана коррекция основного 10-ти дневного меню и составлено индивидуальное меню для Полуянова Максима 08.07.2022г.р., согласно заключения ГАУЗ СО «Красноуфимская РБ» от 22.09.2023г. Исключить из питания молоко и блюда и напитки содержащие молоко, кефир, соусы. Проведена замена блюд и напитков, см* индивидуальное меню).

Индивидуальное 10-ти дневное меню, с корректировкой основного меню,согласно СанПиНа2.3/2.4.3590-20 п8.2.1. Для Полуянова Максима 08.07.202/г.р., ДОУ№7 неделя: 1

Рацион: крас	сноуфимск ДОУ1,5- 3	Неделя: 1	1 День: понедельник					
Прием пищи			Пи	щевые веще	ства	Энерге- тическая ценность	№ рецептуры	
	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак								
	Каша пшеничная на воде с маслом сл	150	3,75	3.7	15,18	125	TTK15/4/1	
	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63	1/6	
	Бутерброд с повидлом	35	1,45	1	10,57	49,4	1 046	
	Чай с сахаром*	180			13,47	53,9	828	
	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	2 5,9	1148	
Завтрак 2	Сок натуральный	100			11,2	47,5	707	
	Суп-люре овощной	150	1,52	3	9,47	88,5	1016	
	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65		3,9	20	943	
Обед	Тефтели из мяса птицы с луком в соусе белом основном	. 60/20	13,16	4	7,24	151.9	1 085/824	
	Макаронные изделия отварные с маслом сл.	110	4,34	4	26,37	161,6	516	
	Налиток из плодов шиповника	150	0,51		18,45	77,7	705	
	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4	897	
	Хлеб ржаной	20	1,7	1	8,5	51,8	1147	
	Пудинг творожно-манный	70	10,49	6	11,17	165.9	1073	
	Яблоки свежие	100	0.4		9,8	47	976	
Полдник	Хлеб ржаной	10	0,85	1	4,25	25,9	1148	
	Чаи с сахаром	180			13.47	5ა მ	828	
	Хлеб пшеничный	10	0,81		4,88	24,2	1186	
Итого за ден	Ь	1420	47	27	182	1282		

(n	ист	2)

Рацион: Крас	сноуфимск ДОУ1,5- 3	Неделя: 1	День: вторник					
Прием пищи			Пи	щевые веще	Энерге-	No		
	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры	
Завтрак					1			
	Рис припущенный с овощами	150	3 7	0.3	36.2	165	36/2	
	Бутерброд с маслом сл.	25	1,56	5	10,34	94,4	1186	
	Чай с сахаром	180			14,37	57,5	1188	
	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9	1148	
Завтрак 2	Сок натуральный	100			11,2	47,5	707	
	Икра кабачковая	20	0,24	1	1,48	19,4	813	
Обед	Суп с клецками	150	1,51	2	14,22	78,1	1113	
	Клецки*	30	1,42	1	6,34	43	1 114	
	Биточек мясной рубленный в соусе томатном	60/20	9,45	9	10,75	157,2	827/1126	
	Каша гречневая вязкая*	110	2,96	3	15,25	125,4	1032	
	Кисель из плодов шиповника	150	0,15		28,05	112,3	654	
	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4	897	
	Хлеб ржаной	15	1,28		6,38	38.9	1147	
Полдник	Котлета рыбная Солнышко без молока	50	7,67	5	5,9	98,9	1 028,04	
	Чай с лимоном	180	0.05		13.65	53.9	686	
	Хлеб пшеничный	15	1,22		7,32	36,3	897	
	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25.9	1147	
Итого з <mark>а де</mark> н	Ь	1295	34.5	26.3	200	1228		

(лист 3)

Рацион: Красноуфимск ДОУ 1,5-3 л		Неделя: 1	1 День: среда					
Прием пищи		Вес блюда	Пи	щевые веще	ства	Энерге-	Nº	
привипищи	Наименование блюда	Бес олюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептурь	
Завтрак								
	Каша манная на воде с маслом сл	180	2.2	0.2	16.8	79	TTK-895/2	
	Яйцо отварное	40	5.1	4.6	0,3	63	1/6	
	Бутерброд с сыром	25	4,17	3	13,68	98,2	810	
	Чай с сахаром	180			14,37	57,5	1 188	
	Хлеб ржаной	10	0.85		4,25	25,9	1148	
Завтрак 2								
	Яблоки свежие	100	0,4		9.8	47	976	
Обед	Суп с макаронными изделиями	150	1,45	2	10,31	80.7	1050	
	Соус красный основной	30	0.21	2	2,25	23,6	901	
	Плов со свининой	130	8,11	15	30,67	293 1	444,01	
	Напиток лимонный	180	0,13		21,99	91 1	699	
	Хлеб пшеничныи	20	1,62		9,76	48,4	1186	
	Хлеб ржаной .•	15	1,28	1	6,38	38,9	1147	
Толдник	Сырники	60	12,45	9	16,25	192.7	1066	
· Participal	Чай с сахаром	180	12,10		14,37	57.5	1 188	
	Хлеб ржаной	10	0.85		4,25	25.9	1148	
	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48.4	1186	
Итого за день		1330	40.4	36.8	185	1271		

Рацион: Красноуфимск ДОУ 1,5-2л Неделя: 1 День: четверг **О**нерге-Пищевые вещества Nο Прием пищи Наименование блюда Вес блюда тическая рецептуры Белки Жиры Углеводы ценность Завтрак аша ич<mark>иев</mark>ая на веде ст<mark>мас</mark>лом сл 0.24 19 32 Рыба, припущенная с овощами 4,93 3,15 2,45 61 1069, 901 60 25 10,34 1186 Бутерброд с маслом сл. 1,56 5 94,4 828 180 13,47 53,9 <u>Наи с сахарс</u> Хлеб ржанои 0.85 4.25 25.9 1148 10 Завтрак 2 Сок натуральный 100 11,2, 47.5 707 30 0.41 2,77 33,3 520 Икра овощна свекольная 150 11,06 1018 Суп с крупой пшенной "Волна"со 2.46 92,2 Обед сметаной 437,01 Гуляш из мяса свинины 60 8,01 15 2,33 165 125.4 1032 15,25 Каша гречневая вязкая* 110 2,96 3 Компот из свежих яблок. 180 0,14 21,49 89,2 912 897 Хлеб пшеничный 20 1,62 9,76 48,4 Хлеб ржаной 15 1,28 6,38 38,9 1147 1 Á 26,37 516 Макаронные изделия отварные с 110 4,34 161,6 Полдник масла сл 14 37 57 6 1 188 Чай с сахаром Хлеб ржаной 180 10 4.25 25.9 1186 0,85 Хлеб пшеничный 20 1,62 9,76 48,4 897 37,4 185 1260 33.6 1440 Итого за день

ацион: Крас	сноуфимск ДОУ 1,5-2л	Неделя: 1	1 День: пятница						
-		D	Пи	щевые веще	Энерге	Nº			
Прием лищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры		
Завтрак									
	Каша кукурузная на воде с маслом сл.	150	1.6	0.3	19.7	84	TTK4/4/2		
	Бутерброд с сыром	25	4 17	3	13.68	98,2	810_		
	Чаи с сахаром	160 -			14 37	57.6	1 188		
	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63	1/6		
	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9	1148		
Завтрак 2	Сок натуральный	100			11,2	47.5	707		
Эбед	Горошек зеленый консер	20	0.62		1,3	8	811		
	Щи из св капусты с картофелем и со	150	1,24	4	6.06	63,2	124		
	Гренки, из пшеничного хлеба	5	0,65		3.9	20	943		
	Тефтели рыбные в соусе томатном	. 60/20	7.71	5	9,05	120,8	1 063/112		
	Картофельное люре без молока	130	2,85	4	19,14	128	995		
	Кисель из плодов шиповника	180	0.18		33.66	134.8	654		
	Хлеб пшеничный	15	1,22		7,32	36,3	897		
	Хлеб ржаной	10	0,85	1	4,25	25 9	1147		
Толдник	Жаркое по-домашнему	100	9,77	10	8,49	162,7 .	893.01		
	Хлеб пшеничный	15	1,22		7,32	36.3	897		
	Чай с сахаром*	180			13.47	53.9	828		
	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9	1148		
Итого за ден	Ь	1400	39	32	166	1092			

Рацион: Крас	сноуфимск ДОУ 1,5-2л ¹	Неделя: 2			День:	понедельник	
-			Пи	щевые веще	ства	Энерге-	Nº
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептурь
Завтрак							
	каша ччневая на воде с маслом сл	200	2.8	4	21.4	154	17K210/1
	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63	1/6
	Бутерброд с сыром	25	4.17	3	13,68	98,2	810
	Чай с сахаром	180			13,47	₄ 53,9	828
	Хлеб ржаной	10	0.85		4,25	25,9	1148
Завтрак 2	Яблоки свежие	100	0.4		9,8	47	976
Обед	Рассольник домашний со сметаной	150	1,43	4	8,09	69.3	1175
	Биточек мясной , соус томатный	60/20	9.45	9	10,8	157.2	827/1126
	Макаронные изделия отварные	110	4,34	4	26,37	161,6	516
	Кисельиз плодов шиповника	150	0,15		28,05	112,3	654
	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4	897
	Хлеб ржаной	15	1,28	1	6,38	38,9	1147
Полдник	Запеканка из творога с рисом	70	7,73	6	10,7	127,7	1297
/ / / / / / / / / / / / / / /	Чай с сахаром	180	.,,,	 	14,37	57.5	1 188
	Хлеб ржаной	10	0.85		4,25	25,9	1148
	Хлеб пшеничный	15	1,22		7,32	36,3	897
Итого за		1365	41,4	35,6	189	1208	
aou.		1		1	1	1	1

Рацион: Крас	сноуфимск ДОУ 1,5-2л	- Неделя: 2	2		День:	вторник	(лист 7
		D 6	Пи	щевые веще	ства	Энерге-	Nē
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры
	Каша гречневая вязкая*	150	4	4	20,8	171	1032
Завтрак	Чай с сахаром*	180			13,47	53,9	828
	Бутерброд с маслом сл.	. 25	1,56	5	10,34	94,4	1186
	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9	1148
Завтрак 2	Сок натуральный	100			11.2	47,5	707
Обед	Капуста тушеная	30	0,72	1	2,85	25,6	999
	Свекольник	150	1,73	2	14.19	82	1 033
	Тефтели рыбные в соусе красном	60/20	7,73	5	9,39	109.6	1 063/901
	5, -2, 10 m 3, 2 m 3, 10 m 3, 10 m	110	2 42	4	16.2	108 3	995/1
	Напиток лимонный	150	0,11		18,32	75.9	699
	Хлеб пшеничный	15	1,22		7,32	36,3	897
	Хлеб ржаной	15	1,28	1	6,38	38,9	1147
Полдник							
	Жаркое по-домашнему	100	9,8	10	8,45	163	893.01
	Чай с сахаром*	180			13,47	53 9	828
*	Хлеб ржаной	10	0.85		4,25	25,9	1148
	Хлеб пшеничныи	15	1 22		7.32	36,3	897
Итого за день		1330	33,5	32	168	<u>1149</u>	

Рацион: Кра с	сноуфимск ДОУ 1,5-2л	Неделя: 2			День:	среда	(лист 8
			Пи	щевые веще	ства	Энерге-	Nº
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры
Заптрак	1						
	Каша пшенная на воде с маслом сл	200	4.5	4.7	26.9	1420	TTK11/4/1
	Чай с сахаром	180	i		14,37	57,5	1 188
	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25.9	1148
	Бутерброд с сыром .•	25	4,17	3	13,68	98,2	810
	Яйцо отварное	40	5,1	4.6	0,3	63	1/6
Завтрак 2							
	Сок натуральный	100			11,2	47.5	707
	Икра овощная морковная	30	0,28	2	1,8	23.9	814
	Суп картофельный с макаронными	150	1,45	2	10.31	80.7	1 050
Обед	изделиями	100	1,10	-			
	Котлета Детская мясная, соус белый	60/20	9.46	9	10.33	160.14	1054,824
	осн						
	Рис припущенный	110	2,45	3	25,67	161,7	512
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		24,74	104.1	928
	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9	1147
	Хлеб пшеничный	20	1.62	0	9,76	48,4	897
Полдник							
	Пудинг творожно-манный	50	7,49	5	7,98	118,5	1073_
	Повидло	20	0.02		3,28	13,5	1142
	Чаи с сахаром	180	1		13.47	51 %	828
	Хлеб ржаной	10	0.85		4 25	25.9	1147
	Хлеб пшеничныи	10	0.81		4,88	24.2	897
Игого за день	. ,1	1405	40.3	33 3	191,4	1302	

Рацион: Крас	ноуфимск ДОУ 1,5-2л	Неделя: 2			Лень	четверг	(лист !
The state of the s	-27 at 11 11 12 - 1 13 - 21						ОМСТ
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Белки	щевые вещес Жиры	Углеводы	Энерге-	№ рецептуры
		150				ценность	610
Завтрак	Макаронные изделия отварные с маслом сл.	150	5,92	.5	35,96	188	516
	Чай с сахаром	180			14,37	57.5	1 188
	Бутерброд с маслом сл	25	1 56	5	10,34	94.4	1186
	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	,. 25,9	1148
Завтрак 2	Сок натуральный	100			11.2	47.5	N 707
	,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,			*/	155.45		
	Икра кабачковая	20	0.24	1	1% 4 8 Mg	19.4	813
Эбед	Суп-пюре из гороха	150	4.63	1	13,58	81,2	1049
0004	Гренки из пшеничного хлеба	5	0.65	11	3,9	20	943
					1 . 46, 40		
	Каша гречневая вязкая*	120	3.23	3	16,64	4. 136,8	1032
	Тефтели из мяса птицы, соус	60/20	3,35	4	14.81	62.7	705
	Напиток из плодов шиповника	30	2,43		14,64	- 2 72,6	897
	Хлеб пшеничный	20	1 7	1	8.5	51.8	1147
	Хлеб ржаной	10	0.85		4.25	1 25.9	1148
	Капуста тушеная	80	1,92	2.6	7,6	68.3	999
Полдник	Яйцо отварное	40	5.1	4.6	0,3	63	1/6
. 1031,2111111	Напиток лимонный	150	0.11	7,0	19,32	75.9	699
	Хлеб ржаной	10	0.85		4,25	25.9	1148
	Хлеб пшеничный	20	1.7	1	8,5	51.8	1147
Итого за день		1200	35	40	194	1169	
	сноуфимск ДОУ 1,5-2л	Неделя: 2	}	1	День:	пятница	(лист 1
				щевые веще		Энерге-	Nº
Прием пищи		Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	тическая ценность	рецептуры
Завтрак	Наименование блюда						
2001 park	Каша гречневая вязкая*	150	4,03	4	20.8	171	1032
	Чай с сахаром	180			14,37	³ 57.5	1 188
	Бутерброд с сыром	25	4,17	3	13,68	98.2	810
	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9	1148
	1						
1							
Зав:рак 2	Сок натуральный	100		I	11,2	47.5	707
Завірак 2	Сок натуральный	100			11,2	47,5	707
Зав:рак 2	Сок натуральный Кукуруза консервированная	100	0,41	1			707
			0,41	1 4	2,48 9,86	\$ 47.5 23.2 82,2	
	Кукуруза консервированная	20			2,48	23.2	812 1058
	Кукуруза консервированная Суп Крестьянский с крупой	20 150	1,78	4	2,48 9,86	23.2 82,2	812 1058
	Кукуруза консервированная Суп Крестьянский с крупой Рыба, припущенная с овощами соус	20 150 60/20	1,78	4	2,48 9,86 6,14	23.2 82,2 104,3	812 1058 1069, 901
	Кукуруза консервированная Суп Крестьянский с крупой Рыба, припущенная с овощами соус Картофельное пюра на воде	20 150 60/20 110	1,78 11,22 2 42	4	2,48 9,86 6,14 16.2	23.2 82,2 104,3 108,3	812 1058 1069, 901
	Кукуруза консервированная Суп Крестьянский с крупой Рыба припущенная с овощами соус Картофельное пюра на воде Компот из смеси сухофруктов	20 150 60/20 110	1,78 11,22 2,42 0,41	4	2,48 9,86 6,14 16.2 24.74	23.2 82,2 104,3 108,3	812 1058 1069, 901 995/1
	Кукуруза консервированная Суп Крестьянский с крупой Рыба, припущенная с овощами соус Картофельное пере на воде Компот из смеси сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	20 150 60/20 110 180 15 20	1,78 11,22 2,42 0,41 1,28 1,62	4 4	2,48 9,86 6,14 16,2 24,74 6,38 9,76	23,2 82,2 104,3 108,3 104,1 38,9 48,4	812 1058 1069, 90 995/1 897 1147
Обед	Кукуруза консервированная Суп Крестьянский с крупой Рыба, припущенная с овощами соус Картофельное окрана воде Компот из смеси сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	20 150 60/20 110 180 15 20	1,78 11,22 2,42 0,41 1,28 1,62 0,4	4 4	2,48 9,86 6,14 16,2 24,74 6,38 9,76	23,2 82,2 104,3 108,3 104,1 38,9 48,4	812 1058 1069, 901 995/1 897 1147
Обед	Кукуруза консервированная Суп Крестьянский с крупой Рыба, припущенная с овощами соус Картофельное пере на веде Компот из смеси сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Яблоки свежие Жаркое по-домашнему	20 150 60/20 110 180 15 20	1,78 11,22 2,42 0,41 1,28 1,62	4 4	2,48 9,86 6,14 16,2 24,74 6,38 9,76	23.2 82,2 104,3 108,3 104.1 38.9 48,4 47	812 1058 1069, 901 995/1 897 1147 976 893.01
Обед	Кукуруза консервированная Суп Крестьянский с крупой Рыба, припущенная с овощами соус Картофельное пюре на воде Компот из смеси сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Яблоки свежие Жаркое по-домашнему Чай с сахаром	20 150 60/20 110 180 15 20 100 100	1,78 11,22 2,42 0,41 1,28 1,62 0,4 9,8	4 4	2,48 9,86 6,14 16,2 24,74 6,38 9,76 9,8 8,45	23.2 82,2 104,3 108,3 104.1 38.9 48,4 47 163	812 1058 1069, 901 995/1 897 1147 976 893.01 1 188
Обед	Кукуруза консервированная Суп Крестьянский с крупой Рыба, припущенная с овощами соус Картофельное пюре на воде Компот из смеси сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Яблоки свежие Жаркое по-домашнему Чай с сахаром Хлеб ржаной	20 150 60/20 110 180 15 20 100 100 180	1,78 11,22 2,42 0,41 1,28 1,62 0,4 9,8	1 10	2,48 9,86 6,14 16,2 24,74 6,38 9,76 9,8 8,45 14,37 4,25	23.2 82,2 104,3 108,3 104.1 38.9 48,4 47 163 57,5 25,9	812 1058 1069, 901 995/1 897 1147 976 893.01 1 188 1148
Зав:рак 2 Обед Полдник	Кукуруза консервированная Суп Крестьянский с крупой Рыба, припущенная с овощами соус Картофельное пюре на воде Компот из смеси сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Яблоки свежие Жаркое по-домашнему Чай с сахаром	20 150 60/20 110 180 15 20 100 100 180 10 20	1,78 11,22 2,42 0,41 1,28 1,62 0,4 9,8 0,85 1,62	1 10	2,48 9,86 6,14 16,2 24,74 6,38 9,76 9,8 8,45 14,37 4,25 9,76	23.2 82,2 104,3 108,3 104.1 38.9 48,4 47 163 57,5 25.9 48,4	812 1058 1069, 901 995/1 897 1147 976 893.01 1 188
Обед	Кукуруза консервированная Суп Крестьянский с крупой Рыба, припущенная с овощами соус Картофельное пюре на воде Компот из смеси сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Яблоки свежие Жаркое по-домашнему Чай с сахаром Хлеб ржаной	20 150 60/20 110 180 15 20 100 100 180	1,78 11,22 2,42 0,41 1,28 1,62 0,4 9,8	1 10	2,48 9,86 6,14 16,2 24,74 6,38 9,76 9,8 8,45 14,37 4,25	23.2 82,2 104,3 108,3 104.1 38.9 48,4 47 163 57,5 25,9	812 1058 1069, 90 995/1 897 1147 976 893.01 1 188 1148

день

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 359040073915316482112313993369613528402878580775

Владелец Абросимова Маргарита Борисовна

Действителен С 20.02.2024 по 19.02.2025