Согласовано:
Родитель (законный представитель)

Повар-бригадир
КОП ст. МАДОУ

Медицинский работник
ГБУЗ СО «Красноуфимская РБ»

Согласовано:
Заведующий МАДОУ №7
Ахмедова М.Б.

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. школ-интернатов. детских домов и детских оздоровительных учреждений 2008 года Пермь 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 08.07.2021г.р., ДОУ№7

Рацион: **Красноуфимск ДОУ1,5- 3** **Неделя:** 1 **День:** понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	Каша пшеничная на воде с маслом сл	150	3,75	3,7	15,18	125	ТТК15/4/1
	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	25,9	1148
Завтрак 2	Сок натуральный	100			11,2	47,5	707
	Суп-пюре 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
	Напиток 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		4,25	25,9	1148
	Чай с сахаром	180			13,47	53,9	828
	Хлеб пшеничный	10	0,81		4,88	24,2	1186
Итого за день		1420	47	27	182	1282	

(лист 2)

Рацион: **Красноуфимск ДОУ1,5- 3** **Неделя:** 1 **День:** вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	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 за день		1295	34,5	26,3	200	1228	

(лист 3)

Рацион: Красноуфимск ДОУ 1,5-3 л Неделя: 1 День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	Каша манная на воде с маслом сл	180	2,2	0,2	16,8	79	ТТК-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 пшеничный	20	1,62		9,76	48,4	1186
	Хлеб ржаной	15	1,28	1	6,38	38,9	1147
Полдник	Сырники	60	12,45	9	16,25	192,7	1066
	Чай с сахаром	180			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	

(лист 4)

Рацион: Красноуфимск ДОУ 1,5-2л Неделя: 1 День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	Каша гречневая на воде с маслом сл	180	2,52	0,24	19,32	91,2	210/2
	Рыба, припущенная с овощами	60	4,93	3,15	2,45	61	1069, 901
	Бутерброд с маслом сл.	25	1,56	5	10,34	94,4	1186
	Чай с сахаром	180			13,47	53,9	828
	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9	1148
Завтрак 2	Сок натуральный	100			11,2	47,5	707
	Икра овощна свекольная	30	0,41	2	2,77	33,3	520
Обед	Суп с крупой пшенной "Волна"со сметаной	150	2,46	4	11,06	92,2	1018
	Гуляш из мяса свинины	60	8,01	15	2,33	165	437,01
	Каша гречневая вязкая*	110	2,96	3	15,25	125,4	1032
	Компот из свежих яблок.	180	0,14		21,49	89,2	912
	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4	897
	Хлеб ржаной	15	1,28	1	6,38	38,9	1147
Полдник	Макаронные изделия отварные с масла сл	110	4,34	4	26,37	161,6	516
	Чай с сахаром	180			14,37	57,5	1 188
	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9	1186
	Хлеб пшеничный	20	1,62		9,76	48,4	897
Итого за день		1440	33,6	37,4	185	1260	

(лист 5)

Рацион: Красноуфимск ДОУ 1,5-2л Неделя: 1 День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	Каша кукурузная на воде с маслом сл.	150	1,6	0,3	19,7	84	ТТК4/4/2
	Бутерброд с сыром	25	4,17	3	13,68	98,2	810
	Чай с сахаром	180			14,37	57,5	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
Обед	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	1 063/1126
	Картофельное пюре 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
Полдник	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 день		1400	39	32	166	1092	

(лист 6)

Рацион: Красноуфимск ДОУ 1,5-2л' Неделя: 2 День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	Каша ячневая на воде с маслом сл	200	2,8	4	21,4	154	ТТК210/1
	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	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 день		1365	41,4	35,6	189	1208	

Рацион: **Красноуфимск ДОУ 1,5-2л** **Неделя:** 2 **День:** вторник **(лист 7)**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
	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
		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 пшеничный	15	1,22		7,32	36,3	897
Итого за день		1330	33,5	32	168	1149	

Рацион: **Красноуфимск ДОУ 1,5-2л** **Неделя:** 2 **День:** среда **(лист 8)**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	Каша пшенная на воде с маслом сл	200	4,5	4,7	26,9	169	ТТК11/4/1
	Чай с сахаром	180			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
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,45	2	10,31	80,7	1 050
	Котлета Детская мясная, соус белый осн	60/20	9,46	9	10,33	160,14	1054,824
	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
	Чай с сахаром	180			13,47	53,9	828
	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9	1147
	Хлеб пшеничный	10	0,81		4,88	24,2	897
Итого за день		1405	40,3	33,3	191,4	1302	

Рацион: Красноуфимск ДОУ 1,5-2л Неделя: 2 День: четверг (лист 9)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
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	707
	Икра кабачковая	20	0,24	1	1,68	19,4	813
Обед	Суп-пюре из гороха	150	4,63	1	13,66	81,2	1049
	Гренки из пшеничного хлеба	5	0,65	11	3,9	20	943
	Каша гречневая вязкая*	120	3,23	3	16,64	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	72,6	897
	Хлеб пшеничный	20	1,7	1	8,5	51,8	1147
	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	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
	Напиток лимонный	150	0,11		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	

Рацион: Красноуфимск ДОУ 1,5-2л Неделя: 2 День: пятница (лист 10)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге-тическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	Каша гречневая вязкая*	150	4,03	4	20,8	171	1032
	Чай с сахаром	180			14,37	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
Завтрак 2							
	Сок натуральный	100			11,2	47,5	707
	Кукуруза консервированная	20	0,41	1	2,48	23,2	812
Обед	Суп Крестьянский с крупой	150	1,78	4	9,86	82,2	1058
	Рыба, припущенная с овощами соус	60/20	11,22	4	6,14	104,3	1069, 901
	Картофельное пюре на воде	110	2,42	4	16,2	108,3	995/1
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,41		24,74	104,1	
	Хлеб ржаной	15	1,28		6,38	38,9	897
	Хлеб пшеничный	20	1,62	1	9,76	48,4	1147
	Яблоки свежие	100	0,4		9,8	47	976
Полдник	Жаркое по-домашнему	100	9,8	10	8,45	163	893.01
	Чай с сахаром	180			14,37	57,5	1 188
	Хлеб ржаной	10	0,85		4,25	25,9	1148
	Хлеб пшеничный	20	1,62	1	9,76	48,4	1147
Итого за день		1450	41	32	1865	1251	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 359040073915316482112313993369613528402878580775

Владелец Абросимова Маргарита Борисовна

Действителен С 20.02.2024 по 19.02.2025