

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий МБДОУ

«Солгонский детский сад»

О.В. Нечаева

02.10.2023 г. 

Приказ № 57/1-о от 29.10.2023 г.

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ  
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ  
В МУНИЦИПАЛЬНОМ БЮДЖЕТНОМ ДОШКОЛЬНОМ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ  
«СОЛГОНСКИЙ ДЕТСКИЙ САД»**

**(Красноярский край, Ужурский район, с. Солгон, ул. Харченко, д. 7)**



№ ТК (ГТК) *	Наименование блюда																															
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
																	<b>Завтрак</b>															
10	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая					18									4	3			136													
2	Кофейный напиток с молоком														5				130										18			
3	Бургер/брод. с сыром	25													9	3			266									12	0	18	0	0
	Итого	25	0	0	0	18	0	0	0	0	0	0	0	0	9	3	0	0	266	0	0	0	0	0	0	0	0	12	0	18	0	0
																	<b>2 завтрак</b>															
24/21	Молоко кипяченое или кжелемологичный продукт																		100													
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
																	<b>Обед</b>															
36	Зеленый горошек консервированный отварной																	50														
25	Расолы/ник ленинградский, с маслом и со сметаной					4				60	28											29										
28	Котлеты или биточки рыбные	20								129	7																					
8	Картофельное пюре																6															
9	Компот из смеси сухофруктов (яблотов или ягод сушеных)											21																				
ПТ	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25																														
ПТ	Хлеб ржаной (ржанопшеничный)		35																													
	Итого	45	35	0	0	4	0	189	85	0	0	21	0	5	6	6,5	7	36	0	29	0	0	0	53	10	0	0	0	0	0	0	
																	<b>Полдник</b>															
22	3.2. Чай из творога с молоком, пшеничным	7				12									8	7		5	25	142						7						
13	Чай с сахаром	7	0	12	0	0	0	0	0	0	0	0	0	13	7	0	5	25	142	0	0	0	0	0	7	0	0	0,45	0	0	0	0
	Итого	7	0	12	0	0	0	0	0	0	0	0	0	13	7	0	5	25	142	0	0	0	0	0	7	0	0	0,45	0	0	0	0
	Итого за день	77	35	12	0	22	0	189	85	0	0	21	0	27	16	6,5	12	427	142	29	0	0	53	17	12	0,45	1,8	0	0	3,75	0	

№ ПК (ТТК) *	Наименование блюда																																
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
35	Омлет натуральный Кукуруза консервированная отварная														Завтрак																		
																	5	3	80	115													
36	Какао с молоком													5						130										0,9			
15	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой														2 завтрак																		
		25	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5	5	3	80	245	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,9	0	0	
Итого		25	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5	5	3	80	245	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,9	0	0	
ПП	Сок фруктовый (овощной)														Обед																		
																					190	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	190	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
18	Икра кабачковая (промышленного производства)														Ужин																		
48	Суп крестьянский с крутой, с мясом и со сметаной																																
33	Гуляш из говядины																																
26	Макаронные изделия отварные с овощами																																
20	Кашель из свежих ягод																																
ПП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой														Итого																		
		25																															
Итого		25																															
ПП	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)														Подник																		
Итого		35	35	2,3	11,25	8	39	20	156,8	0	0	19	0	0	5	4	5,5	0	0	0	0	0	0	0	0	10	0	0	0	0	0	0	
ПП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или др.)														Итого за день																		
17	Плюды свежие																																
29	Чай с лимонном																																
Итого		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	160	5	50	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,45	0	0	0	
Итого	Норма соли пищевой поваренной на весь день														Итого за день																		
		50	35	2,3	11,25	8	39	20	206,8	190	0	184	0	50	15	9	8,5	80	245	0	87	0	0	0	0	10	0	0,45	0	0,9	3,75	0	

№ ПК (ПП) *	Наименование блюда																																	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30			
14	Каша "Дружба"					28									4	3			136															
2	Кофейный напиток с молоком	25												5	6			130												18				
16	Бутерброд с маслом	25	0	0	0	28	0	0	0	0	0	0	0	9	9	0	0	266	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	18	0	0	0		
	Итого																																	
54	Напиток "Витгошка" с витаминами																	200																
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
52	Овощи натуральные соленые или свежие																																	
38	Суп с рыбой																																	
49	Консервами Капуста тушеная с маслом									5							60	16																
	Итого																																	
50	Компот из свежих плодов																																	
ПП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25																																
ПП	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)																																	
	Итого	25	35			2.2	0	5	0	60	291	0	0	39.7	0	4	0	10	0	0	0	61	0	0	0	32	0	0	0	0	0	0		
	Булочка домашняя или др. выпечка промышленного производства																																	
53/ПП	Чай с сахаром														9	10	0.3		6.2	17														
13	Итого	0	0			42.7	0	0	0	0	0	0	0	14	10	0.3		6.2	17	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.45	0	0	0	0.95	
	Итого																																	
	Итого на весь день	50	35	44.9	0	33	0	60	291	0	200	39.7	0	27	19	10.3	6.2	283	0	61	0	0	0	32	0	0	0	0.45	1.8	0	3.75	0.95		

Полдник

Обед

Завтрак

2 завтрак

№ ПК (ПК)	Наименование блюда																																		
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30				
37	Суп молочный с макаронными изделиями						12																												
15	Какао с молоком														1,8	0,9																0,9			
45	Ябло вареное														5				40																
3	Бутерброд с сыром	25													6,8	0,9			40																
	Итого	25	0	0	0	0	12	0	0	0	0	0	0	0	6,8	0,9			40																
															2 завтрак																				
ПП	Сок фруктовый (овощной)																																		
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
															Обед																				
36	Зеленый горошек консервированный отварной										50																								
	Шп из свежей капусты с картофелем, с маслом и со сметаной							24	62,6																										
34	Котлеты биточки, шиншели из говядины или телятины																																		
6(41)	ПФ "ежжик"	12							6																										
8	Картофельное пюре							129																											
34	Напиток из плодов шиповника											21																							
ПП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25																																	
ПП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)																																		
	Итого	37	35	0	0	0	0	153	118,6	0	0	21	0	5	5	6	6	4	39	0	77	0	0	0	0	10	0	0	0	0	0	0	0		
								Полдник																											
46	Чай с молоком																																		
17	Плоды свежие											160																							
	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или др)												50																						
ПП	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	160	0	50	5	0	0	0	0	50	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																																		3,75
	Итого за день	62	35	0	0	0	0	12	153	118,6	190	0	160	21	50	16,8	6,9	6	44	358	0	77	0	0	0	10	12	0,45	0	0,9	3,75	0	0		

№ТК (ТТК) №	Наименование блюда	Дети 3-7 лет День 6																															
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
35	Омлет натуральны й Кукуруза консервированная отварная																																
36	Кофейный напиток с молоком																																
2	Бутерброд с маслом	25	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5	6	3	80	245	0	0	0	0	0	0	0	0	0	18	0	0	0	
16	Итого	25	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5	11	3	80	245	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	18	0	0	0	
24/21	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт																																
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Икра кабачковая (промышленного производства)																																
18	Суп картофельный с бобовыми, с маслом					16		40	19																								
44	Котлеты, биточки, шницели куриные																																
12	Соус красный основной	13																															
7	Картофель отварной							129																									
4	Кисель из свежих ягод																																
20	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой																																
ПП	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)		40																														
	Итого	38	40	1.7	11.25	16	0	169	79.9	0	0	19	0	5	6.7	7	0	18	0	29	0	52	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Булочка домашняя или др. выпечка промышленного производства																																
53/ПП	Чай с лимоном			42.7								5		9	10	0.3	6.2	17															
29	Итого	0	0	42.7	0	0	0	0	0	0	0	5	14	10	10	0.3	6.2	17	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.45	0	0	0.95		
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																																
	Итого за день	63	40	44.4	11.25	16	0	169	129.9	0	0	24	0	24	27.7	10.3	86.2	380	0	29	0	52	0	0	0	0	0.45	1.8	0	3.75	0.95		

Завтрак

2 завтрак

Обед

Полдник

№ ТК (ТК) *	Наименование блюда	День 7																																
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30			
		Завтрак															Обед																	
47/30	Каша рисовая (или манная)																																	
15	Молочная жидкая					23								4	2					136													0,9	
3	Какао с молоком	25												5					130															
	Бургер/бург с сыром	25	0	0	0	23	0	0	0	0	0	0	0	9	2	0	0	0	266	0	0	0	0	0	0	0	12	0	0	0,9	0	0		
	Итого													2 завтрак																				
ПП	Сок фруктовый (овощной)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Итого																																	
52	Овощи натуральные соленые или свежие							50																										
39	Суп картофельный с мясными фрикадельками					73	13										1,8	2,5				39												
19	Жаркое по-домашнему					129	50,2									6						58												
9	Компот из смеси сухофруктов (яблочно или ябл. сушеных)													5																				
ПП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25																																
ПП	Хлеб ржаной (грязно-пшеничный)		40														7,8	2,5																
	Итого	25	40	0	0	0	0	202	113,2	0	0	0	21	0	5	0	7,8	2,5	0	0	97	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
		Полдник																																
22	Запеканка из творога с молоком стученным	7				12								8	7				25	142							7							
13	Чай с сахаром	7	0	12	0	0	0	0	0	0	0	0	0	13	7	0	5	25	142	0	0	0	0	0	0	7	0	0,45	0	0	0	0	0	
	Итого																																	
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																																	
	Итого за день	57	40	12	0	23	0	202	113,2	190	0	0	21	0	27	9	7,8	7,5	291	142	97	0	0	0	0	7	12	0,45	0	0,9	3,75	0	0	



№ ТК (ТТК) *	Наименование блюда																																	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30			
31/23	Каша пшеничная молочная жидкая (или янчевая)				23																													
2	Кофейный напиток с молоком														4	2				136														
16	Буфербол с мясом	25	0	0	0	23	0	0	0	0	0	0	0	9	8	0	0	0	266	0	0	0	0	0	0	0	0	0	18	0	0	0		
	Итого	25	0	0	0	23	0	0	0	0	0	0	0	9	8	0	0	0	266	0	0	0	0	0	0	0	0	0	18	0	0	0		
54	Напиток "Витолка" с витаминами																		175															
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	175	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
		<b>Обед</b>																																
36	Зеленый горошек консервированный отварной																			50														
27	Свекольник с мясом, со сметаной								34					1						72.6														
49	Катюся тушеная с мясом								2.2											225														
	Итого								2.2											180														
ПП	Сок фруктовый (овощной)																				180													
ПП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	30																																
ПП	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)		40																															
	Итого	30	40						2.2					1						180														
		<b>Подлник</b>																																
ПП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или др.)																																	
17	Плоды свежие																			160														
46	Чай с молоком																																	
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5	0	0	0	0	50															
	Норма соли пищевой поваренной на весь день																																	
	Итого за день	55	40	2.2	0	23	0	34	347.6	180	175	160	0	50	15	8	9	0	316	0	90	0	0	0	10	0	0.45	1.8	0	3.75	0	0		



№ ПК (ПК)*	Наименование блюда	Дети 3-7 лет																														
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	21	22	23	24	25	26	27	28	29	
1	Суп молочный с крутой Кофейный напиток с молоком																															
		Завтрак																														
2	Молоком																															
45	Яйцо вареное																															
16	Бутерброд с маслом																															
Итого		25	0	0	0	11	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	18	0	0	0
24/21	Молоко кипяченое или кисломолочный продукт																															
		Завтрак													2 завтрак																	
Итого		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
52	Овощи натуральные соленные или свежие																															
		Обед																														
38	Суп с рыбными консервами																															
11	Печень говяжья по-строгановски																															
26	Макаронные изделия отварные с овощами																															
Итого																																
50	Компот из свежих плодов																															
ПК	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой																															
		Обед																														
ПК	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)																															
		Обед																														
Итого		30	40	0,7	0	5	39	60	123	0	0	39,7	0	0	4	4,7	9	0	0	0	0	75	0	32	14,5	0	0	0	0	0	0	
22	Запеканка из творога с молоком стученым																															
		Полдник																														
13	Чай с сахаром																															
Итого		7	0	12	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	8	7	0	5	25	142	0	0	0	7	0	0,45	0	0	0	0	0	
Итого за день	Норма соли пищевой поваренной на весь день																															
		Обед																														
Итого за день		62	40	12,7	0	16	39	60	123	0	0	39,7	0	0	26	18,7	9	45	417	142	0	75	0	32	21,5	0	0,45	1,8	0	3,75	0	

Среднее значение за 10 дней	60.1	37.5	22.96	2.25	32.3	9.0	106.7	164.8	75.0	37.5	75.2	8.40	15.0	23.1	16.2	8.3	30.2	339.5	42.6	52.8	7.5	18.4	17.0	8.55	4.8	0.45	0.9	0.45	3.9	0.38	
Итого за 10 дней	601	375	229.6	22.5	323	90	1067	1648	750	375	752.1	84	150	230.8	162	83.1	302.3	3395	426	528	75	184	170	85.5	48	4.5	9	4.5	37.5	3.8	
Норма продуктов питания согласно санитарным нормам и правилам	60	37.5	21.75	2.25	32.25	9	105	165	75	37.5	75	8.25	15	22.5	15.75	8.25	30	337.50	41.50	50.9	18.75	18	27.75	8.25	4.5	0.45	0.9	0.45	3.9	0.38	
замена рыбы на творог (100 г. рыбы=105 г. творога)																															
замена субпродуктов на говядину (116 г. субпродуктов=100 г. говядины)																															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изделия	Картофель	Овощи	Соки фруктовые (овощные)	Напитки витаминизированные	Фрукты свежие	Фрукты сухие	Кондитерские изделия	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/н продукция	Творог (рыба в перерасчете на творог)	Мясо 1 категории (субпродукты в перерасчете на мясо говядины)	Субпродукты	Птица (цыплята-бройлеры 1 категории потр.)	Рыба (филе)	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Дрожжи хлебопекарные		

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СОЛГОНСКИЙ ДЕТСКИЙ САД"**, Нечаева Оксана Валерьевна,  
Заведующий

10.07.24 10:01 (MSK)

Сертификат 74027BE8AB1C-F8544944C2E9B4562B83