

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий БДОУ г. Омска

«Детский сад № 59»

_____ Н.В.Пантофель

« ____ » _____ 2023г.

ПРИМЕРНОЕ 10-ти ДНЕВНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

Для организации питания воспитанников

бюджетного дошкольного образовательного учреждения города Омска «Детский сад № 59»

от 2-х до 7 лет

режим работы учреждения 12 часов

Г. Омск

№ рецепта	Наименование блюда	Масса г.		Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	Калорийность Ккал	
		Для детей от 2-х до 3-х лет	Для детей от 3-х до 7 лет				1 младшая	сад
1 неделя	Понедельник							
	Завтрак							
53-19з	Масло сливочное	5	7	0,08	7,25	0,13	49,5	66,1
54-12к	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев	150	180	6,6	10,06	22,4	162,7	194,1
Пром.изготовление	Батон нарезной	30	40	3	1,2	20,6	84,75	113,0
54-2гн	Чай сладкий	180	200	0,07	0,02	18,0	34,64	39,6
	Итого за завтрак	365	427	9,75	18,53	61,13	331,59	412,8
	Второй завтрак							
Пром.изготовление	Сок	200	200	1,0	0,00	19,6	98,8	98,8
	Итого за второй завтрак	200	200	1,0	0,00	19,6	98,8	98,8
	Обед							
54-8з	Салат из лука репчатого	10	20	0,53	4,27	1,4	20,3	40,6
54-24с	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	200	2,39	5,08	7,76	75,6	83,8
54-9г	Голубцы ленивые	140	160	12,58	8,4	8,51	146,3	167,3
	Сметана (с мдж10-15%)	5	7	0,27	1,5	0,36	11,42	16,0
54-1хн	Компот из сухофруктов	150	180	0,35	0,00	14,84	50,5	60,8
Пром.изготовление	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	4,0	1,2	19,8	88,8	111,0
	Итого за обед	495	617	20,12	20,45	52,67	392,92	453,1
	Полдник							
Пром.изготовление	Молоко	180	200	3,3	3,7	4,7	115,2	128,0
Пром.изготовление	Печенье	20	50	0,8	2,9	37,25	83,2	183,2
	Итого за полдник	200	250	4,1	6,6	41,95	198,4	311,2
	Ужин							
54-1т	Запеканка из творога	160	180	11,27	6,26	18,29	124,9	153,7
54-1соус	Соус молочный сладкий (молоко сгущенное)	30	40	1,46	2,2	23,17	34,7	57,45
54-7гн	Чай с молоком	180	200	3,54	3,10	15,08	92,39	102,66
Пром.изготовление	Хлеб пшеничный	30	40	4,0	0,3	23,7	89,85	119,8
	Итого за ужин	400	460	20,27	11,86	80,24	341,84	429,61
	Итого за день	1660	1954	55,24	57,44	255,59	1363,55	1735,91

№ рецепта	Наименование блюда	Масса г.		Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	Калорийность Ккал	
		Для детей от 2-х до 3-х лет	Для детей от 3-х до 7 лет				1младшая	сад
1 неделя	Вторник							
	Завтрак							
53-19з	Масло сливочное	5	7	0,08	7,25	0,13	49,5	66,1
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	16	2,3	3	0	42,93	45,8
54-7к	Каша ячневая молочная	150	200	6,64	7,59	20,83	115,5	154,0
54-22гн	Кофейный напиток	150	180	0,2	0,02	7,5	50,16	60,2
Пром.изготовление	Хлеб пшеничный	30	40	3,0	0,3	23,7	89,85	119,8
	Итого за завтрак	350	443	12,22	18,16	52,16	347,94	445,90
	Второй завтрак							
Декларация соответствия	Фрукты свежие	100	100	0,4	0,3	10,9	48,00	48,00
	Итого за второй завтрак	100	100	0,4	0,3	10,9	48,00	48,00
	Обед							
54-28з	Свекла отварная дольками/	30	40	0,46	0,3	7,62	9,45	12,6
54-4з	или салат из свеклы с луком	30	40	0,51	1,62	3,33	19,84	26,94
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной (мдж 10-15%)	150	200	2,32	3,82	2,85	46,6	62,2
		5	7	0,2	1,5	0,36	11,42	16,0
54-6м	Суфле мясное	160	180	10,42	9,54	9,52	216,0	271,5
54-13хн	Напиток из шиповника	150	180	0,48	0,18	11,36	40,9	49,1
Пром.изготовление	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	3,0	1,2	19,8	88,8	111,0
	Итого за обед	535	657	16,88	16,54	51,51	413,17	522,4
	Полдник							
54-15в	Булочка сдобная	40	50	3,72	3,78	32,23	115,56	144,45
Пром.изготовление	Молоко	160	200	3,3	3,7	4,7	115,2	128,0
	Итого за полдник	200	250	7,02	7,48	36,93	230,76	272,45
	Ужин							
54-9гм	Рагу из овощей с мясом	200	210	12,58	9,48	23,63	160,0	168,43
54-7гн	Чай с молоком	180	200	3,54	3,10	15,08	92,39	102,66
Пром.изготовление	Хлеб пшеничный	30	40	3,0	0,3	23,7	89,85	119,8
	Итого за ужин	410	450	19,12	12,88	62,41	342,24	390,89
	Итого за день	1595	1900	55,64	55,36	213,91	1382,11	1679,64

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса г.		Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	Калорийность Ккал	
		Для детей от 2-х до 3-х лет	Для детей от 3-х до 7 лет					
1 неделя	Среда							
	<i>Завтрак</i>						1 младшая	сад
53-19з	Масло сливочное	5	7	0,08	7,25	0,13	49,5	66,1
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	16	2,3	3	0	42,93	45,8
54-27к	Каша жидкая молочная манная	180	200	3,2	3,44	20,18	121,0	134,5
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	150	180	3,38	2,85	8,19	82,4	98,9
Пром.изготовление	Хлеб пшеничный	30	40	3,0	0,3	23,7	89,85	119,8
	Итого за завтрак	380	436	11,96	16,84	52,2	295,83	465,1
	<i>Второй завтрак</i>							
Пром.изготовление	Сок	200	200	1,0	0,00	19,6	98,8	98,8
	Итого за второй завтрак	200	200	1,0	0,00	19,6	98,8	98,8
	<i>Обед</i>							
Пром.изготовление	Икра кабачковая	30	40	1,14	5,34	4,62	68,5	91,40
54-10с	Суп крестьянский	150	200	2,5	2,9	5,38	73,35	97,80
54-6г	Рис отварной	110	120	3,6	4,8	36,4	98,8	123,5
54-3р	Котлета рыбная	60	80	8,42	1,5	5,13	52,9	70,6
54-23хн	Кисель из смородины	150	180	0,2	0,1	11	54,5	65,5
Пром.изготовление	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	3,0	1,2	19,8	88,8	111,0
	Итого за обед	540	670	18,86	15,84	82,33	436,85	559,8
	<i>Полдник</i>							
Пром.изготовление	Кисломолочный продукт Йогурт	160	200	7,5	2,3	18,64	75,36	94,2
54-12в	Бантик сдобный	40	50	4,84	3,78	32,23	146,32	182,9
	Итого за полдник	200	250	12,34	6,08	50,87	221,68	277,1
	<i>Ужин</i>							
54-6т	Сырники из творога	150	160	11,27	9,78	20,7	225,6	239,7
54-5соус пром.изготовление	Соус сметанный сладкий или повидло фруктовое	40	50	1,46 0,2	6,2 0,0	3,17 21,6	40,08 65,92	53,45 87,9
54-1гн	Чай	180	200	0,07	0,02	0,02	0,4	0,5
Пром.изготовление	Хлеб пшеничный	30	40	3,0	0,3	23,7	89,85	119,8
	Итого за ужин	400	450	15,8	16,3	66,02	381,77	447,9
	<i>Итого за день</i>	1720	2006	59,96	55,06	271,02	1434,93	1848,7

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса г.		Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	Калорийность Ккал	
		Для детей от 2-х до 3-х лет	Для детей от 3-х до 7 лет					
1 неделя	Четверг							
	<i>Завтрак</i>						1младшая	сад
53-19з	Масло сливочное	5	7	0,08	7,25	0,13	49,5	66,1
Пром.изготовление	Икра кабачковая	30	40	1,14	5,34	4,62	68,4	91,40
54-1о	Омлет натуральный	110	140	12,7	17,95	3,29	187,6	225,2
Пром.изготовление	Хлеб пшеничный	30	40	4,0	0,3	23,7	89,85	119,8
54-21гн	Какао с молоком	180	200	2,55	2,0	24,26	114,4	128,8
	Итого за завтрак	355	427	20,47	32,84	56,00	509,75	631,3
	<i>Второй завтрак</i>							
Декларация соответствия	Фрукты свежие	100	100	0,4	0,3	10,9	48,00	48,00
	Итого за второй завтрак	100	100	0,4	0,3	10,9	48,00	48,00
	<i>Обед</i>							
54-7з	Салат из огурца соленого с луком/ или огурец в нарезке	30	40	0,34	0,06	1,5	6,3	8,5
54-2з				0,3	0,4	1,5	4,2	5,6
54-19с	Суп картофельный с бобовыми	150	200	4,10	4,28	12,9	79,9	106,6
	Сухарики	30	40	3,0	0,3	14,5	66,4	88,6
54-9м	Жаркое по домашнему	160	200	9,04	11,25	20,34	175,9	213,7
54-2хн	Компот из сушеных фруктов (курага)	150	180	0,73	0,04	11,73	58,93	70,72
Пром.изготовление	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	4,0	1,2	19,8	88,93	111,0
	Итого за обед	560	710	18,21	17,17	67,87	476,36	510,52
	<i>Полдник</i>							
Пром.изготовление	Молоко	180	200	3,3	3,7	4,7	115,2	128,0
Пром.изготовление	Вафли	20	50	3,25	3,6	27,9	50,98	127,45
	Итого за полдник	200	250	6,55	7,3	32,6	166,18	255,45
	<i>Ужин</i>							
54-19к	Суп молочный с макаронами	200	210	6,7	4,27	28,9	104,5	115,6
54-7гн	Чай с молоком	180	200	3,54	3,10	15,08	92,39	102,66
Пром.изготовление	Хлеб пшеничный	30	40	4,0	0,3	23,7	89,85	119,8
	Итого за ужин	410	450	14,24	7,67	67,68	286,74	338,06
	Итого за день	1625	1937	59,87	65,28	257,46	1487,03	1783,33

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса г.		Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	Калорийность Ккал	
		Для детей от 2-х до 3-х лет	Для детей от 3-х до 7 лет					
1 неделя	Пятница							
	<i>Завтрак</i>						1младшая	сад
54-6к	Каша вязкая молочная пшеничная	150	200	9,4	13,59	42,6	190,3	253,8
54-1гн	Чай	180	200	0,07	0,02	0,02	0,4	0,5
Пром.изготовление	Джем (повидло фруктовое)	10	10	0,2	0	18,6	78,2	86,9
Пром.изготовление	Батон нарезной	30	40	3	1,2	20,6	84,7	113,0
	Итого за завтрак	370	450	12,67	14,81	81,82	353,6	454,2
	<i>Второй завтрак</i>							
	Сок	200	200	1,0	0,00	19,6	98,8	98,8
	Итого за второй завтрак	200	200	1,0	0,00	19,6	98,8	98,8
	<i>Обед</i>							
54-5с	Суп из овощей	150	200	4,32	6,03	6,9	54,3	72,4
54-3г	Каша перловая рассыпчатая	80	100	9,3	6,3	66,9	266,0	315,0
54-7р	Рыба запеченная в молочном соусе	60	80	10,64	7,92	3,17	88,5	118,00
54-6соус		30	40					
54-1хн	Компот из сухофруктов	150	180	0,35	0,00	14,84	50,6	60,8
Пром.изготовление	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	4,0	1,2	19,8	88,8	111,0
	Итого за обед	520	650	28,61	21,45	111,61	548,2	677,2
	<i>Полдник</i>							
Пром.изготовление	Кисломолочный продукт «Ряженка»	160	200	5,6	5,0	9,0	99,56	124,45
54-16в	Пирожок с яблоком	40	50	3,72	7,78	32,0	154,4	193,1
	Итого за полдник	200	250	9,32	12,78	41,0	253,96	317,55
	<i>Ужин</i>							
54-9г уж	Голубцы ленивые	170	210	12,58	8,4	8,51	135,4	167,3
54-13гн	Напиток из шиповника	200	200	0,48	0,18	11,36	49,1	49,1
Пром.изготовление	Хлеб пшеничный	30	40	4,0	0,3	23,7	89,85	119,8
	Итого за ужин	400	450	17,06	8,88	43,57	274,35	336,2
	Итого за день	1660	1970	68,66	57,92	297,6	1528,91	1883,95

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса г.		Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	Калорийность Ккал	
		Для детей от 2-х до 3-х лет	Для детей от 3-х до 7 лет					
2 неделя	Понедельник							
	<i>Завтрак</i>						1 младшая	сад
53-19з	Масло сливочное	5	7	0,08	7,25	0,13	49,5	66,1
54-3г	Макаронны с маслом и сыром	140	200	7,9	8,82	58,8	181,6	242,93
54-2гн	Чай сладкий	180	200	0,07	0,02	18,0	35,64	39,6
Пром.изготовление	Батон нарезной	30	40	3	1,2	20,6	84,7	113,0
	Итого за завтрак	355	447	11,05	17,29	97,53	351,44	461,63
	<i>Второй завтрак</i>							
Пром.изготовление	Сок	200	200	1,0	0,00	19,6	98,8	98,8
	Итого за второй завтрак	200	200	1,0	0,00	19,6	98,8	98,8
	<i>Обед</i>							
Пром.изготовление	Огурец соленый в нарезке	30	40	0,34	0,04	1,04	17,94	23,92
54-18с	Свекольник со сметаной на мясном бульоне	150	180	0,86	2,29	7,2	43,57	52,29
54-11г	Пюре картофельное	110	140	3,07	6,31	20,82	144,76	184,25
54-2м	Гуляш из мяса	80	100	11,69	6,8	7,8	144,4	180,5
54-1хн	Компот из сухофруктов	150	180	0,35	0,00	14,84	50,6	60,8
Пром.изготовление	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	3,0	1,2	19,8	88,8	111,0
	Итого за обед	560	690	19,31	16,64	71,5	490,07	612,76
	<i>Полдник</i>							
Пром.изготовление	Молоко	180	200	3,3	3,7	4,7	115,2	128,0
Пром.изготовление	Печенье	20	50	0,8	2,9	37,25	83,2	183,2
	Итого за полдник	200	250	4,1	6,6	41,95	198,4	311,2
	<i>Ужин</i>							
54-8т	Пудинг из творога	160	180	11,27	9,8	20,29	124,9	153,7
Пром.изготовление	Молоко сгущенное	20	30	2,8	2,47	14,1	56,8	85,25
54-7гн	Чай с молоком	200	200	3,54	3,10	15,08	92,39	102,66
Пром.изготовление	Хлеб пшеничный	30	40	3,0	0,3	23,7	89,85	119,8
	Итого за ужин	400	450	20,61	15,67	73,17	363,94	461,41
	<i>Итого за день</i>	1715	2027	56,07	56,2	303,75	1505,65	1945,8

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса г.		Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	Калорийность Ккал	
		Для детей от 2-х до 3-х лет	Для детей от 2-х до 3-х лет					
2 неделя	Вторник							
	<i>Завтрак</i>						1 младшая	сад
53-19з	Масло сливочное	5	7	0,08	7,25	0,13	49,5	66,1
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	16	2,3	3	0	42,93	45,8
54-26к	Каша молочная рисовая	150	200	4,5	7,7	34,3	140,4	187,2
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	150	180	3,38	2,85	8,19	82,4	98,9
Пром.изготовление	Хлеб пшеничный	30	40	4,0	0,3	23,7	89,85	119,8
	Итого за завтрак	350	443	14,26	21,1	66,32	405,8	517,8
	<i>Второй завтрак</i>							
Декларация соответствия	Фрукты	100	100	2,46	0,86	10,74	85,77	85,77
	Итого за второй завтрак	100	100	2,46	0,86	10,74	85,77	85,77
	<i>Обед</i>							
54-6з	Салат картофельный с соленым огурцом .	40	50	0,54	2,08	21,42	59,71	74,64
54-3с	Суп полевой	150	200	5,5	4,1	7,2	73,45	97,94
54-10 гм	Капуста тушеная с мясом (Бигус)	160	200	12,58	8,4	8,51	146,3	167,3
54-2хн	Компот из сухофруктов (курага)	150	180	0,35	0,00	14,84	50,6	60,8
Пром.изготовление	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	4,0	1,2	19,8	88,8	111,0
	Итого за обед	540	680	22,97	15,78	71,77	418,86	511,68
	<i>Полдник</i>							
54-1в; 54-14в	Ватрушка с повидлом (с творогом)	40	50	3,73	1,67	58,85	148,3	185,4
Пром.изготовление	Молоко	160	200	8,24	10,3	45,01	132,56	165,7
	Итого за полдник	200	250	11,54	14,0	63,55	263,5	313,4
	<i>Ужин</i>							
54-6р	Суфле из рыбы	180	210	12,79	7,12	9,57	190,64	235,5
54-1гн	Чай	200	200	0,07	0,02	0,02	0,4	0,5
Пром.изготовление	Хлеб пшеничный	30	40	4,0	0,3	23,7	89,85	119,8
	Итого за ужин	410	450	16,86	7,44	33,29	280,89	355,8
	Итого за день	1600	1923	68,09	59,18	245,67	1454,1	1784,45

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса г.		Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	Калорийность Ккал	
		Для детей от 2-х до 3-х лет	Для детей от 3-х до 7 лет					
2 неделя	Среда							
	Завтрак						1 младшая	сад
53-19з	Масло сливочное	5	7	0,08	7,25	0,13	49,5	66,1
54-1г	Запеканка из творога	140	160	11,27	8,26	18,29	132,7	151,7
54-5соус	Соус сметанный сладкий	20	30	1,46	1,6	13,17	35,6	27,00
Пром.изготовление	Хлеб пшеничный	30	40	4,0	0,3	23,7	89,85	119,8
54-7ГН	Чай с молоком	180	200	3,5	3,10	15,08	92,19	102,66
	Итого за завтрак	375	437	20,31	20,51	70,37	395,34	467,26
	Второй завтрак							
Пром.изготовление	Сок фруктовый	200	200	1,0	0,00	19,6	98,8	98,8
	Итого за второй завтрак	200	200	1,0	0,00	19,6	98,8	98,8
	Обед							
54-2с	Борщ со сметаной (мдж 10-15%)	150	180	3,8	2,8	5,06	46,16	55,4
54-4г	Каша гречневая	110	120	8,2	6,4	41,0	214,22	233,7
54-4м	Котлета мясная	60	80	8,68	13,04	12,32	166,0	221,3
54-3соус	Соус томатный(красный основной)	20	30					
54-1хн	Компот из сухофруктов	150	180	0,35	0,00	14,84	50,6	60,8
Пром.изготовление	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	4,0	1,2	19,8	88,8	111,0
	Итого за обед	530	640	24,68	23,44	93,02	565,78	682,2
	Полдник							
54-11в	Сдоба « Венская»	40	50	6,1	4,4	32,3	172,8	216,1
Пром.изготовление	Кисломолочный продукт Йогурт	160	200	7,5	2,3	18,64	75,3	94,2
	Итого за полдник	200	250	13,6	6,7	50,94	248,1	310,3
	Ужин							
54-6к	Каша вязкая молочная пшенная	180	200	9,4	13,59	42,6	228,42	253,8
54-13хн	Напиток из шиповника	200	210	0,48	0,18	11,36	44,19	49,1
Пром.изготовление	Хлеб пшеничный	30	40	4,0	0,3	23,7	89,85	119,8
	Итого за ужин	400	450	13,88	14,07	77,66	362,46	422,7
	Итого за день	1695	1977	73,47	64,72	311,59	1670,48	1981,26

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса г.		Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	Калорийность Ккал	
		Для детей от 2-х до 3-х лет	Для детей от 3-х до 7 лет					
2 неделя	Четверг							
	Завтрак						1 младшая	сад
53-19з	Масло сливочное	5	7	0,08	7,25	0,13	49,5	66,1
54-20з	Салат из зеленого горошка	30	40	0,87	6,04	2,07	9,21	12,28
54-1о	Омлет натуральный	110	140	12,7	17,9	3,2	161,2	205,2
Пром.изготовление	Хлеб пшеничный	30	40	4,0	0,3	23,7	89,85	119,8
54-21гн	Какао с молоком	180	200	2,55	2,0	24,26	107,3	128,8
	Итого за завтрак	355	407	20,2	33,49	53,36	417,06	532,18
	Второй завтрак							
Декларация соответствия	Фрукты	100	100	2,46	0,86	16,74	85,77	85,77
	Итого за второй завтрак	100	100	2,46	0,86	16,74	85,77	85,77
	Обед							
54-4с	Рассольник «Ленинградский» со сметаной (мдж 10-15%)	150 5	200 7	5,54 0,27	8,56 1,5	15,52 0,36	128,46 11,42	171,30 16,0
54-1г	Макаронные отварные	80	100	5,32	4,92	32,8	105,44	131,8
54-3м	Мясо тушеное с овощами в соусе	80	100	11,7	9,46	4,56	86,0	107,5
54-23хн	Кисель из шиповника	150	180	0,48	0,18	16,39	67,62	81,15
Пром.изготовление	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	4,0	1,2	19,8	88,8	111,0
	Итого за обед	505	637	27,31	25,82	89,43	487,74	618,75
	Полдник							
Пром.изготовление	Молоко	180	200	3,3	3,7	4,7	115,2	128,0
Пром.изготовление	Пряник	20	50	2,8	3,3	35,9	72,12	180,3
	Итого за полдник	200	250	6,1	7,0	40,6	187,32	308,3
	Ужин							
54-4р	Биточки рыбные	60	80	8,42	3,5	5,13	52,95	70,6
54-5г	Овощи припущенные	80	100	2,2	1,5	4,3	31,6	39,5
54-6 соус; 54-2 соус	Соус молочный (или соус белый)	30	40	1,46	2,2	3,17	40,08	53,45
54-7гн	Чай с молоком	200	200	3,5	3,10	15,08	102,66	102,66
Пром.изготовление	Хлеб пшеничный	30	40	4,0	0,3	23,7	89,85	119,8
	Итого за ужин	400	460	19,58	10,6	51,38	317,14	386,01
	Итого за день	1595	1900	75,65	77,77	251,51	1495,03	1931,01

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса г		Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	Калорийность Ккал	
		Для детей от 2-х до 3-х лет	Для детей от 3-х до 7 лет					
2 неделя	Пятница							
	Завтрак						1 младшая	сад
Пром.изготовление	Джем (повидло фруктовое)	12	16	0,2	0	18,6	80,9	86,9
54-7к	Каша ячневая молочная	150	200	6,64	7,59	20,83	138,6	154,0
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	180	200	3,38	2,85	8,19	89,01	98,9,
Пром.изготовление	Батон нарезной	30	40	3	1,2	20,6	84,75	113,0
	Итого за завтрак	372	456	13,22	11,64	68,22	393,26	452,8
	Второй завтрак							
Пром.изготовление	Сок фруктовый	200	200	1,0	0,00	19,6	98,8	98,8
	Итого за второй завтрак	200	200	1,0	0,00	19,6	98,8	98,8
	Обед							
Пром.изготовление	Икра кабачковая	40	50	1,14	3,34	4,62	57,12	71,40
54-16с	Суп рыбный	150	180	7,6	3,7	16,7	87,86	105,44
54-18м	Запек-ка картофельная с мясом	160	200	14,14	23,9	23,88	186,3	213,7
54-1хн	Компот из сухофруктов	150	180	0,35	0,00	14,84	50,6	60,8
Пром.изготовление	Хлеб ржано-пшеничный	40	50	4,0	1,2	19,8	88,8	111,0
	Итого за обед	540	660	27,23	32,14	79,84	470,68	562,34
	Полдник							
Пром.изготовление	Кисломолочный продукт Ряженка	160	200	3,0	3,2	4,2	77,6	97,0
54-13в	Крендель сахарный	40	50	3,54	4,57	27,87	148,0	185,00
	Итого за полдник	200	250	6,54	7,77	32,07	225,6	282,00
	Ужин							
54-9г	Овощное рагу	190	210	4,87	7,48	23,63	138,84	153,46
54-2гн	Чай сладкий	180	200	0,07	0,02	18,0	0,4	39,6
Пром.изготовление	Хлеб пшеничный	30	40	4,0	0,3	23,7	89,85	119,8
	Итого за ужин	400	450	8,94	7,8	65,33	229,09	312,86
	Итого за день	1712	1996	56,93	59,35	265,06	1417,43	1708,8

**Фактический пищевой и химический состав блюд 10-дневного меню
БДОУ г. Омска «Детский сад № 59»**

Для детей от 2-х до 3-х лет

Показатели в режиме питания	Общий объем блюд в режиме питания, г.		Белки, г.		Жиры, г.		Углеводы, г.		Энергетическая ценность Ккал.	
	1 неделя	2 неделя	1 неделя	2 неделя	1 неделя	2 неделя	1 неделя	2 неделя	1 неделя	2 неделя
Среднее значение показателя завтрак	364	361,4	13,41	15,8	20,23	20,8	60,66	71,16	367,74	392,58
Среднее значение показателя 2й завтрак	160	160	0,61	1,58	0,12	0,34	16,12	17,25	78,48	93,5
Среднее значение показателя обед	528	535	20,53	22,86	18,4	22,76	73,19	81,11	453,5	486,62
Среднее значение показателя полдник	200	200	7,86	8,86	8,04	8,41	40,67	45,8	214,19	224,58
Среднее значение показателя ужин	404	402	17,15	15,97	11,51	11,11	63,98	60,04	325,38	310,7
Итого среднее значение за неделю			59,56	65,07	58,3	63,42	254,62	275,36	1439,29	1507,98
Итого среднее значение за 10 дней			62,31		60,86		264,99		1473,63	

**Фактический пищевой и химический состав блюд 10-дневного меню
БДОУ г. Омска «Детский сад № 59»**

Для детей от 3-х до 7-х лет

Показатели в режиме питания	Общий объем блюд в режиме питания, г.		Белки, г.		Жиры, г.		Углеводы, г.		Энергетическая ценность Ккал.	
	1 неделя	2 неделя	1 неделя	2 неделя	1 неделя	2 неделя	1 неделя	2 неделя	1 неделя	2 неделя
Среднее значение показателя завтрак	436	438	13,61	16,0	20,73	21,0	61,0	71,56	481,86	486,3
Среднее значение показателя 2й завтрак	160	160	0,61	1,58	0,12	0,34	16,12	17,25	78,48	93,5
Среднее значение показателя обед	658,8	673,4	21,13	23,0	18,7	23,0	73,6	81,41	544,6	597,5
Среднее значение показателя полдник	250	250	8,0	9,0	8,64	8,7	41,0	46,0	286,75	305,04
Среднее значение показателя ужин	452	452	18,15	16,0	12,0	11,8	64,0	60,34	388,53	387,75
Итого среднее значение за неделю			61,5	65,5	60,19	64,84	255,72	276,56	1780,22	1870,09
Итого среднее значение за 10 дней			63,5		62,5		266,14		1825,15	

Показатели	Среднее значение за период
Витамин С (мг)	19,79
Витамин В1 (мг)	0,23
Витамин В2 (мг)	0,69
Витамин А (мкг рет.экв)	480,62
Кальций (мг)	544,72
Фосфор (мг)	300,76
Магний (мг)	113,76
Железо (мг)	4,85
Калий (мг)	461,4
Йод (мкг)	85,07
Селен (мкг)	31,3