

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

« » _____

« » _____

**Примерное 10-дневное меню для детей 1-3 лет, пребывание в
дошкольных образовательных учреждениях 12 часов всесезонное, 4-
разовое питание**

(завтрак, 2 завтрак, обед, уплотненный полдник)

Использованы:

Методические рекомендации по питанию детей в организованных коллективах, Часть III Сборник технологических карт (для питания детей), Екатеринбург, 2018 (УДК 613.2 ISBN 978-5-93025-114-2)

МЕНЮ для детей 1-3 лет

Но-мер ТК	Прием пищи, наименование изделий (блюда)	Вы-ход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
1 день						
Завтрак						
8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	4,8	5,6	21,9	154,2
-	Хлеб пшеничный	20	1,3	0,1	9,4	44,8
1/6	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	62,8
27/10-1	Чай (вариант 2)	150	0,1	0,0	3,7	14,4
-	Хлеб ржаной	10	0,7	0,1	4,2	19,3
Итого за 'Завтрак'		370	11,9	10,4	39,4	295,5
2 завтрак						
-	Йогурт	150	6,2	3,8	8,9	96,9
Итого за '10:00'		150	6,2	3,8	8,9	96,9
Обед						
47/1	Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом	40	0,6	2,5	4,7	42,5
13/2	Суп картофельный вегетарианский со сметаной (вариант 2)	150	1,0	1,7	7,5	48,2
1/8	Мясо говядины отварное	15	4,0	2,9	0,1	42,6
15/8	Бифштекс из мяса говядины рубленный паровой	60	13,4	13,1	0,3	172,3
7/11	Соус сметанный	20	0,2	1,5	0,9	17,6
11/3	Капуста тушеная	120	2,8	2,3	13,9	80,9
-	Хлеб ржаной	15	1,0	0,2	6,3	29,0
-	Хлеб пшеничный	15	1,0	0,1	7,0	33,6
37/10	Напиток из шиповника	150	0,2	0,1	11,0	41,8
Итого за 'Обед'		585	24,2	24,2	51,6	508,4
Полдник						
16/1	Салат из моркови с растительным маслом	30	0,4	1,8	3,4	29,5
8/5	Запеканка (сырники) из творога	100	16,9	9,6	13,4	209,2
-	Молоко сгущенное	20	1,4	1,7	11,1	63,5
-	Хлеб пшеничный	20	1,3	0,1	9,4	44,8
-	Хлеб ржаной	10	0,7	0,1	4,2	19,3
	Конфеты в ассортименте	25	0,2	0,0	20,2	78,5
27/10	Чай (вариант 2)	180	0,1	0,0	4,5	17,3
Итого за 'Полдник'		385	20,9	13,4	66,1	462,1
Итого за день			63,2	51,8	166,0	1363,0
2 день						
Завтрак						
17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	150	3,8	4,9	19,8	137,1
-	Хлеб ржаной	10	0,7	0,1	4,2	19,3
-	Хлеб пшеничный	20	1,3	0,1	9,4	44,8
4/13	Сыр (порциями)	10	2,6	2,7	0,0	35,1
	Масло сливочное	5	0,0	3,6	0,1	33,0
31/10	Чай с молоком (вариант 3)	180	1,4	1,4	6,5	43,1
Итого за 'Завтрак'		375	9,8	12,9	40,0	312,5

Но-мер ТК	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
2 завтрак						
-	Йогурт	150	6,2	3,8	8,9	96,9
Итого за '10:00'		150	6,2	3,8	8,9	96,9
Обед						
40/1	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	40	1,0	2,9	3,4	42,0
6/2	Щи из свежей капусты со сметаной	150	1,1	1,8	5,6	41,1
41/2	Фрикадельки мясные	25	5,1	3,7	0,3	54,6
12/8	Гуляш из мяса говядины	60	8,9	9,4	3,2	132,7
3/3	Картофельное пюре	120	2,5	2,9	17,7	106,1
-	Хлеб пшеничный	25	1,7	0,2	11,7	56,0
-	Хлеб ржаной	10	0,7	0,1	4,2	19,3
	Напиток апельсиновый	150	0,1	0,0	8,4	32,6
Итого за 'Обед'		580	21,1	21,1	54,4	484,4
Полдник						
16/3	Морковь тушеная	40	0,6	1,6	4,2	31,6
1/7	Рыба отварная	60	13,1	3,5	0,0	83,5
4/4	Каша кукурузная безмолочная с маслом растительным и отрубями	150	1,2	3,5	14,0	90,6
-	Хлеб пшеничный	25	1,7	0,2	11,7	56,0
-	Хлеб ржаной	15	1,0	0,2	6,3	29,0
34/10	Напиток из цикория с молоком (вариант 2)	180	2,7	2,8	12,5	84,4
-	Бананы	100	1,5	0,5	22,7	95,5
Итого за 'Полдник'		570	21,6	12,2	71,4	470,5
Итого за день			58,7	49,9	174,6	1364,3

3 день

Завтрак

19/4	Каша молочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом сливочным	150	3,8	4,9	19,7	135,7
-	Хлеб пшеничный	20	1,3	0,1	9,4	44,8
-	Хлеб ржаной	10	0,7	0,1	4,2	19,3
-	Масло сливочное	5	0,0	3,6	0,1	33,0
	Кофейный напиток с какао	180	2,9	2,8	8,8	69,3
4/13	Сыр (порциями)	7	1,8	1,9	0,0	24,5
Итого за 'Завтрак'		372	10,6	13,4	42,1	326,7
2 завтрак						
-	Сок	150	0,8	0,2	15,5	64,9
Итого за '10:00'		150	0,8	0,2	15,5	64,9
Обед						
17/1	Салат из моркови с яблоками и растительным маслом	40	0,4	2,4	4,7	40,0
34/2	Уха рыбацкая	150	5,9	2,9	9,0	85,0
6/8	Рагу из отварного мяса говядины	150	10,5	9,2	15,5	184,0
-	Хлеб пшеничный	25	1,7	0,2	11,7	56,0
-	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,3	38,7
6/10	Компот из смородины	180	0,1	0,0	10,7	41,9
	Конфеты в ассортименте	25	0,2	0,0	20,2	78,5
Итого за 'Обед'		590	20,1	15,0	80,2	524,1

Но-мер ТК	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
Полдник						
9/8-1	Печень (безмолочное меню)	60	14,1	10,5	0,0	151,0
	Макаронные изделия отварные с кабачками	110	3,2	3,5	20,9	126,4
-	Хлеб пшеничный	20	1,3	0,1	9,4	44,8
-	Хлеб ржаной	15	1,0	0,2	6,3	29,0
38/10	Молоко кипяченое	180	5,2	5,8	8,5	105,7
Итого за 'Полдник'		385	24,9	20,1	45,0	456,9
Итого за день			56,3	48,6	182,7	1372,4

4 день

Завтрак

2/6	Омлет запеченный или паровой	130	12,7	13,8	2,2	183,1
	Кукуруза консервированная	15	0,3	0,1	1,6	8,0
-	Хлеб пшеничный	20	1,3	0,1	9,4	44,8
-	Масло сливочное	5	0,0	3,6	0,1	33,0
27/10-1	Чай (вариант 2)	180	0,1	0,0	4,5	17,3
-	Хлеб ржаной	10	0,7	0,1	4,2	19,3
Итого за 'Завтрак'		360	15,1	17,7	21,9	305,6

2 завтрак

-	Сок	100	0,5	0,1	10,3	43,2
-	Фрукты	100	0,4	0,4	11,6	48,7
Итого за '10:00'		200	0,9	0,5	21,9	91,9

Обед

31/1	Салат из припущенной моркови и огурцов с растительным маслом	40	0,4	2,4	2,9	33,0
2/2	Борщ со сметаной	150	1,3	3,2	7,6	61,5
4/8	Плов из мяса говядины	150	11,1	12,4	27,5	264,9
-	Хлеб пшеничный	20	1,3	0,1	9,4	44,8
-	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,3	38,7
37/10	Напиток из шиповника	150	0,2	0,1	11,0	41,8
Итого за 'Обед'		530	15,6	18,4	66,7	484,7

Полдник

9/7	Запеканка из рыбы с морковью	50	7,1	2,6	3,5	64,5
1/3	Картофель отварной	120	2,3	2,6	19,1	108,4
15/12	Булочка с маком	60	4,9	0,9	33,6	161,8
-	Йогурт	180	7,4	4,5	10,6	116,3
-	Хлеб ржаной	10	0,7	0,1	4,2	19,3
Итого за 'Полдник'		420	22,4	10,8	71,0	470,3
Итого за день			53,9	47,4	181,4	1352,5

5 день

Завтрак

16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	4,9	4,5	24,4	156,3
4/13	Сыр (порциями)	7	1,8	1,9	0,0	24,5
-	Хлеб пшеничный	20	1,3	0,1	9,4	44,8
-	Хлеб ржаной	10	0,7	0,1	4,2	19,3

Но-мер ТК	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
31/10	Чай с молоком (вариант 3)	180	1,4	1,4	6,5	43,1
Итого за 'Завтрак'		367	10,1	8,0	44,5	288,1
2 завтрак						
-	Йогурт	100	4,1	2,5	5,9	64,6
Итого за '10:00'		100	4,1	2,5	5,9	64,6
Обед						
25/1	Салат из морской капусты с огурцом, яйцом, репчатым луком и растительным маслом	40	1,1	5,0	2,1	57,0
9/2	Рассольник со сметаной	150	1,1	3,2	8,0	63,8
-	Мясо кур отварное	15	3,1	2,6	0,0	35,4
1/9	Мясо кур отварное (порц., без кости)	60	12,0	8,7	0,2	126,7
3/3	Картофельное пюре	110	2,3	2,7	16,2	97,2
6/10	Компот из сухофруктов	150	0,8	0,0	17,4	65,7
-	Хлеб пшеничный	20	1,3	0,1	9,4	44,8
-	Хлеб ржаной	10	0,7	0,1	4,2	19,3
-	Фрукты	95	0,4	0,4	11,0	46,2
Итого за 'Обед'		650	22,6	22,8	68,5	556,3
Полдник						
4/7	Рыба, тушенная с овощами	60	7,4	5,0	3,0	84,8
15/4	Каша ячневая безмолочная с маслом растит и отрубями	120	2,4	2,4	18,8	103,1
	Масло сливочное	5	0,0	3,6	0,1	33,0
-	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,3	38,7
14/12	Булочка дорожная	50	3,9	5,6	27,6	175,1
29/10	Чай с лимоном (вариант 2)	150	0,1	0,0	3,8	15,4
Итого за 'Полдник'		405	15,2	16,9	61,6	450,1
Итого за день			52,0	50,2	180,4	1359,1
6 день						
Завтрак						
16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	4,9	4,5	24,4	156,3
-	Хлеб пшеничный	20	1,3	0,1	9,4	44,8
	Масло сливочное	8	0,1	5,8	0,1	52,9
36/10	Какао с молоком (вариант 2)	150	2,7	2,5	11,3	75,2
-	Фрукты	100	0,4	0,4	11,6	48,7
Итого за 'Завтрак'		428	9,4	13,3	56,8	377,8
2 завтрак						
-	Сок	100	0,5	0,1	10,3	43,2
Итого за '10:00'		100	0,5	0,1	10,3	43,2
Обед						
	Огурец свежий	40	0,3	0,0	1,3	5,8
16/2	Суп картофельный с бобовыми (вариант 2)	150	3,4	2,5	14,6	91,4
15/8	Бифштекс из мяса говядины рубленный паровой	60	13,4	13,1	0,3	172,3
1/3	Картофель отварной	80	1,5	1,8	12,7	72,3
7/11	Соус сметанный	20	0,2	1,5	0,9	17,6

Но-мер ТК	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	ЭЦ, ккал
14/3	Капуста цветная отварная	40	1,0	1,4	2,1	23,1
-	Хлеб пшеничный	20	1,3	0,1	9,4	44,8
-	Хлеб ржаной	15	1,0	0,2	6,3	29,0
3/10	Компот из яблок и черной смородины	150	0,1	0,1	9,3	36,2
	Конфеты в ассортименте	20	0,2	0,0	16,2	62,8

Итого за 'Обед' **595** **22,4** **20,6** **72,9** **555,2**

Полдник

5/5	Лапшевник с творогом	130	10,5	8,5	33,1	250,2
11/11	Соус фруктовый из кураги (вариант 2)	30	0,2	0,0	6,4	24,5
-	Хлеб ржаной	15	1,0	0,2	6,3	29,0
-	Хлеб пшеничный	20	1,3	0,1	9,4	44,8
38/10	Молоко кипяченое	180	5,2	5,8	8,5	105,7

Итого за 'Полдник' **375** **18,2** **14,6** **63,6** **454,2**

Итого за день **50,5** **48,6** **203,6** **1430,5**

7 день

Завтрак

4/4	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	150	3,1	4,6	16,4	118,9
-	Хлеб пшеничный	20	1,3	0,1	9,4	44,8
1/6	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	62,8
	Масло сливочное	5	0,0	3,6	0,1	33,0
31/10	Чай с молоком (вариант 3)	150	1,1	1,2	5,4	35,9

Итого за 'Завтрак' **365** **10,6** **14,2** **31,6** **295,4**

2 завтрак

38/10	Молоко кипяченое	180	5,2	5,8	8,5	105,7
-------	------------------	-----	-----	-----	-----	-------

Итого за '10:00' **180** **5,2** **5,8** **8,5** **105,7**

Обед

	Помидор	40	0,4	0,1	1,9	9,6
38/2	Суп крестьянский с крупой со сметаной	150	1,4	3,5	9,2	72,4
-	Мясо говядины отварное	15	4,0	2,9	0,0	42,0
2/7	Рыба отварная под маринадом	60	6,6	5,9	4,0	93,3
7/11	Соус сметанный	30	0,4	2,2	1,3	26,4
5/3	Картофельное пюре с морковью	120	2,3	2,8	14,7	91,2
-	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,3	38,7
-	Хлеб пшеничный	20	1,3	0,1	9,4	44,8
6/10	Компот из сухофруктов (вариант 2)	180	0,9	0,1	16,5	62,1
-	Печенье	15	1,1	1,5	11,5	63,3

Итого за 'Обед' **650** **19,8** **19,3** **76,8** **543,8**

Полдник

38/1	Салат из отварной свеклы с изюмом и растительным маслом	40	0,5	2,4	7,9	52,3
38/12	Расстегаи с рыбой	90	11,1	9,7	38,5	284,5
-	Хлеб ржаной	15	1,0	0,2	6,3	29,0
-	Хлеб пшеничный	15	1,0	0,1	7,0	33,6
-	Сок	180	0,9	0,2	18,5	77,8

Итого за 'Полдник' **340** **14,5** **12,6** **78,2** **477,2**

Итого за день **50,1** **51,8** **195,1** **1422,1**

Но-мер ТК	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
--------------	--	--------------	----------	---------	------------------	-------------

8 день

Завтрак

17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	150	3,8	4,9	19,8	137,1
	Сухофрукты порционно	15	0,3	0,1	7,7	30,6
-	Хлеб пшеничный	30	2,0	0,2	14,1	67,2
4/13	Сыр (порциями)	10	2,6	2,7	0,0	35,1
27/10	Чай	180	0,1	0,0	8,9	34,0
Итого за 'Завтрак'		385	8,7	7,8	50,5	304,0

2 завтрак

-	Йогурт	180	7,4	4,5	10,6	116,3
Итого за '10:00'		180	7,4	4,5	10,6	116,3

Обед

49/1	Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с репчатым луком, соленым огурцом и растительным маслом	40	0,6	2,4	4,2	40,0
34/2	Уха рыбацкая	150	5,9	2,9	9,0	85,0
16/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые	60	8,6	7,1	3,9	114,0
7/11	Соус сметанный	20	0,2	1,5	0,9	17,6
13/3	Капуста тушеная с фасолью	120	2,6	2,8	9,4	67,0
	Кисель из черной смородины	150	0,1	0,1	18,1	70,7
-	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,3	38,7
-	Хлеб пшеничный	15	1,0	0,1	7,0	33,6
-	Фрукты	100	0,4	0,4	11,6	48,7
Итого за 'Обед'		675	20,7	17,5	72,4	515,3

Полдник

51/1	Сельдь	30	5,0	2,5	0,0	42,5
32/3	Рагу из овощей	130	2,2	3,5	15,0	95,7
-	Хлеб пшеничный	20	1,3	0,1	9,4	44,8
-	Хлеб ржаной	15	1,0	0,2	6,3	29,0
10/12	Сдоба обыкновенная с куркумой	50	4,2	3,2	28,9	160,2
14/10	Компот из чернослива (вариант 2)	150	0,3	0,1	13,4	52,5
Итого за 'Полдник'		395	14,1	9,5	73,0	424,7
Итого за день			50,9	39,4	206,4	1360,2

9 день

Завтрак

8/5	Запеканка (сырники) из творога	110	18,6	10,6	14,8	230,2
-	Молоко сгущенное	5	0,4	0,4	2,8	15,9
-	Хлеб пшеничный	20	1,3	0,1	9,4	44,8
27/10-1	Чай (вариант 2)	150	0,1	0,0	3,7	14,4
-	Фрукты	90	0,4	0,4	10,4	43,8
Итого за 'Завтрак'		375	20,7	11,5	41,1	349,0

2 завтрак

-	Сок	100	0,5	0,1	10,3	43,2
Итого за '10:00'		100	0,5	0,1	10,3	43,2

Но-мер ТК	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
Обед						
40/1	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	40	1,0	2,9	3,4	42,0
9/2	Рассольник со сметаной	150	1,1	3,2	8,0	63,8
-	Мясо говядины отварное	20	5,4	3,8	0,0	56,0
9/8-1	Печень (безмолочное меню)	60	14,1	10,5	0,0	151,0
11/3	Капуста тушеная	120	2,8	2,3	13,9	80,9
37/10	Напиток из шиповника	150	0,2	0,1	11,0	41,8
-	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	10,4	48,3
-	Хлеб пшеничный	15	1,0	0,1	7,0	33,6
Итого за 'Обед'		580	27,2	23,2	53,7	517,5

Полдник

41/1	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом	40	0,6	2,5	4,1	40,4
2/6	Омлет запеченный или паровой	100	9,7	10,6	1,7	140,8
-	Хлеб ржаной	15	1,0	0,2	6,3	29,0
-	Хлеб пшеничный	25	1,7	0,2	11,7	56,0
31/10	Чай с молоком (вариант 3)	180	1,4	1,4	6,5	43,1
	Конфеты в ассортименте	25	0,2	0,0	20,2	78,5
Итого за 'Полдник'		385	14,5	14,9	50,5	387,8
Итого за день			62,9	49,6	155,7	1297,6

10 день

Завтрак

24/2	Суп молочный с лапшой	150	4,0	4,5	12,0	103,3
-	Хлеб пшеничный	25	1,7	0,2	11,7	56,0
1/6	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	62,8
32/10	Кофейный напиток с молоком (вариант 2)	180	2,8	2,9	8,6	70,0
Итого за 'Завтрак'		395	13,5	12,1	32,6	292,0

2 завтрак

38/10	Молоко кипяченое	180	5,2	5,8	8,5	105,7
Итого за '10:00'		180	5,2	5,8	8,5	105,7

Обед

50/1	Салат из припущенной фасоли, огурцов и томатов с растительным маслом	40	0,6	2,4	2,0	30,9
2/2	Борщ со сметаной	150	1,3	3,2	7,6	61,5
-	Мясо кур отварное	10	2,1	1,7	0,0	23,6
1/9	Мясо кур отварное (порц., без кости)	60	13,6	11,4	0,2	157,9
1/3	Картофель отварной	120	2,3	2,6	19,1	108,4
6/10	Компот из сухофруктов	150	0,8	0,0	17,4	65,7
-	Хлеб ржаной	30	2,0	0,4	12,5	58,0
-	Хлеб пшеничный	10	0,7	0,1	4,7	22,4
Итого за 'Обед'		570	23,3	21,8	63,5	528,4

Полдник

6/5	Пудинг манный с яблоками	150	6,9	7,6	30,6	215,2
	Яблочное пюре	30	0,2	0,1	5,5	22,0
-	Хлеб ржаной	15	1,0	0,2	6,3	29,0

Но-мер ТК	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
-	Хлеб пшеничный	10	0,7	0,1	4,7	22,4
5/12	Ватрушка с творогом	50	6,7	6,3	15,8	146,1
29/10	Чай с лимоном (вариант 2)	150	0,1	0,0	3,8	15,4
	Итого за 'Полдник'	405	15,5	14,2	66,6	450,2
	Итого за день		57,6	53,9	171,1	1376,2

ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПРОДУКТОВОГО НАБОРА по массе нетто.

Дошкольные организации. Для детей 1-3 лет. СанПиН 2.3/2.4.3590-20

(пребывание в дошкольных образовательных учреждениях 12 часов, 4-разовое питание:завтрак,2 завтрак, обед, уплотненный полдник)

Наименование группы пищевой продукции	Норма продукции, г	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Факт. за 10 дн.	Среднее в день	Выполнение, отклонение в г	Отклонение от нормы, %
Молоко, кисломолочные продукты	390	265,3	376,5	356,4	215,8	234,1	330,2	330,4	256,5	85	469,5	2919,7	292	-98	-25,1
Творог (5%-9% м.д.ж.)	30	92					32,5			101,2	19,2	244,9	24,5	-5,5	-18,4
Сметана	9	10	5	6	3	3	11,5	10,5	5	5,2	3	62,2	6,2	-2,8	-30,9
Сыр	4		12	7		7			10	2		38	3,8	-0,2	-5
Мясо 1-й категории	50	95,3	76,8	52,5	48		71,3	24	45	32		444,9	44,5	-5,5	-11
Птица (куры, цыплята-бройлеры, индейка порошенная, 1 кат.)	20					103,5					96,6	200,1	20	0	0
Субпродукты (печень, язык, сердце)	20			83						83		166	16,6	-3,4	-17
Рыба-филе, в т.ч. филе слабо- и малосоленое	32		73,2	27	32,5	37,1		60,4	57			287,2	28,7	-3,3	-10,3
Яйца	40	44	2,5		100	6	6,5	45,1	1,4	79,4	71,7	356,6	35,7	-4,3	-10,9
Картофель	120	59,7	123	100,5	135,6	135	117,9	87	103,4	57,4	135,6	1055,1	105,5	-14,5	-12,1
Овощи (свежие, мороженные), включая соленые и квашеные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень	180	215,3	129,5	112	151,8	85,9	93,5	180,3	258,2	240,4	90,5	1557,4	155,7	-24,3	-13,5

Наименование группы пищевой продукции	Норма продукции, г	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Факт. за 10 дн.	Среднее в день	Выполнение, отклонение в г	Отклонение от нормы, %
Фрукты свежие	95	11,3	116,5	24,8	111,3	98,7	117		113,5	101,3	86,2	780,6	78,1	-16,9	-17,8
Сухофрукты	9					15	3	22,4	27,8		15	83,2	8,3	-0,7	-7,6
Соки фруктовые и овощные	100			150	100		100	180		100		630	63	-37	-37
Витаминизированные напитки															
Хлеб ржаной	40	35	35	45	40	40	30	35	35	40	45	380	38	-2	-5
Хлеб пшеничный	60	55	71,5	65	40	41,2	60	55	74	60	45	566,7	56,7	-3,3	-5,6
Крупы, бобовые	30	33,5	34,6	19,6	38,5	54	42	21	19,6	7,2	18,8	288,8	28,9	-1,1	-3,7
Макаронные изделия	8			27,2			39				9	75,2	7,5	-0,5	-6
Мука пшеничная	25	3,4	3,8	3	48,4	32,5	1	53,3	40,5	2,4	20,7	209	20,9	-4,1	-16,4
Масло сливочное	18	7	17	18	13	19	20	14	10	4	7	129	13	-5,5	-28
Масло растительное	9	9,1	7,7	11,5	12,1	11	5,4	17,4	11,3	19,3	10,7	115,5	11,6	2,6	28,3
Кондитерские изделия	12	25		25			20	15		25		110	11	-1	-8,3
Чай	0,5	0,7	0,4		0,4	0,7		0,3	0,4	0,7	0,3	3,9	0,4	-0,1	-22
Какао-порошок	0,5			1,8			3					4,8	0,5	0	-4
Кофейный напиток	1		2,7	2							2	6,7	0,7	-0,3	-30
Сахар (в том числе для приготовления блюд и напитков)	25	28,6	26,4	18,5	14,9	28,2	27,5	18,3	33,8	25,4	28,9	250,5	25,1		
Соль пищевая поваренная йодированная	3	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7	27	2,7	-0,3	10

ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ ПИЩЕВОЙ ЦЕННОСТИ.

Дошкольные организации. Для детей 1-3 лет. СанПиН 2.3/2.4.3590-20

(пребывание в дошкольных образовательных учреждениях 12 часов, 4-разовое питание:завтрак,2 завтрак, обед, уплотненный полдник)

Пищевая ценность	Норма	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Факт. за 10 дн.	Среднее в день	Выполнение,% от дн.нормы
Белки, г	42	63	59	56	54	52	51	50	51	63	58	556	56	132
в т.ч.жив., г		49	43	40	37	36	30	32	31	50	42	389	39	
Жиры, г	47	52	50	49	47	50	49	52	39	50	54	491	49	104
в т.ч. раст., г		12	10	14	15	15	9	19	14	21	13	142	14	
Углеводы, г	203	166	175	183	181	180	204	195	206	156	171	1817	182	90
Моно- и дисахара, г		87	75	79	60	63	85	77	87	86	74	773	77	
Крахмал, г		67	89	92	108	102	105	104	103	57	85	911	91	
Пищевые волокна, г		11	11	12	14	15	13	14	17	12	13	133	13	
Витамин В1, мг	0,8	0,5	0,6	0,6	0,5	0,6	0,6	0,5	0,5	0,5	0,6	5,5	0,6	69
Витамин В2, мг	0,9	1,1	1	2,2	1	0,8	0,9	1	0,8	2,3	1,3	12,4	1,2	138
Витамин С, мг	45	62,2	31	23,6	56,3	22,2	34,3	19,9	57,7	80,5	24,9	412,6	41,3	92
Витамин А, мкг		1373	890	6994	1391	675	337	1552	1017	6560	529	21317	2132	
Витамин Е (ток.экв), мг		7	7	9	9	9	5	13	9	12	9	87	9	
К, мг		1802	2280	1925	2168	2281	2261	2152	2372	1920	2302	21462	2146	
Са, мг		625	682	565	445	503	547	538	626	466	719	5714	571	
Р, мг		919	902	926	810	827	801	755	782	898	906	8526	853	
Mg, мг		188	227	179	179	220	189	182	204	148	182	1897	190	
Fe, мг		9	8	15	12	13	13	10	10	16	10	113	11	
Калорийность, ккал	1400	1363	1364	1372	1353	1359	1431	1422	1360	1298	1376	13698	1370	98