

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГКДОУ
"ДЕТСКИЙ САД № 118
Г.О. ДОНЕЦК ДНР
Ю.В.Бабенко
(Приказ № 118 от 29.08.2025)

**Примерное двухнедельное меню для организации питания детей
на осенне-зимний период 2025 – 2026 г.г.
в ГОСУДАРСТВЕННОМ КАЗЕННОМ ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ
«ДЕТСКИЙ САД №118 КОМПЕНСИРУЮЩЕГО ВИДА ГОРОДСКОГО ОКРУГА ДОНЕЦК»
ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
(ГКДОУ «ДЕТСКИЙ САД № 118 Г. О. ДОНЕЦК» ДНР)
(вид учреждений или конкретное учреждение)
(трёхразовое)
кратность питания**

Номер рецептуры *	Наименование блюда согласно рецептуре	Выход блюда для разных возрастных категорий детей		Химический состав блюд						Энергоценность ккал		Распределение еды по калорийности в течение дня (%)	
				Белки		жиры		углеводы					
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
Первая неделя ПОНЕДЕЛЬНИК													
Завтрак													
№ 330	Каша рассыпчатая (гречневая)	90	120	3,72	4,97	4,06	5,42	18,09	24,12	126,09	168,12	X	X
№ 57	Икра кабачковая для детского питания	50	65	0,45	0,62	2,35	2,96	2,96	3,74	35,00	46,00	X	X
№ 227	Яйцо вареное	1	1	5,08	5,08	4,6	4,6	0,28	0,28	63,00	63,00	X	X
	Хлеб пшеничный	20	30	1,58	2,37	0,2	0,3	9,66	14,49	47,33	71,00	X	X
№ 7	Сыр твердый	3	5	0,7	1,16	0,89	1,48	0	0	10,8	18	X	X
№ 412	Чай с лимоном	150/7/3,5	180/10/7	0,1	0,12	0,01	0,02	7,10	10,2	29	41	X	X
Итого **	X	X	X	11,63	14,32	12,11	14,78	38,09	52,83	311,22	407,12	X	X
Обед													
№ 62	Борщ	150	200	1,5	1,5	3,9	3,9	10,2	10,2	82,0	82,0	X	X
№ 319	Птица, тушенная в соусе с овощами	180	230	8,66	8,66	5,55	5,55	16,49	16,49	151	151	X	X
№ 54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	150	180	0,33	0,40	0,02	0,02	20,83	24,99	84,75	101,70	X	X
	Хлеб пшеничный	25	30	1,58	2,37	0,2	0,3	9,66	14,49	47,33	71,00	X	X

№ 386, №389	Плоды и ягоды свежие (Банан или яблоко)/Апельсин или мандарин с сахаром	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	44	44	X	X
	Кондитерские изделия (печенье, вафли, мармелад)	20	20	2,25	3,75	2,94	4,9	22,32	37,2	125,1	208,5	X	X
Итог **	X	X	X	14,72	17,08	13,01	15,07	89,30	113,17	534,18	658,2	X	X
Ужин													
№ 245	Сырники из творога	65	130	21,31	26,64	12,67	16,15	18,06	22,57	257,80	351,00	X	X
	Хлеб пшеничный	15	20	0,79	1,58	0,10	0,2	4,83	9,66	23,67	47,33		
№ 420	Кефир	150	180	5,22	5,22	4,5	4,5	7,2	7,2	95,40	95,40	X	X
Итог **	X	X	X	27,32	33,44	17,27	20,85	30,09	39,43	376,87	493,73	X	X
Всего ***	X	X	X	53,67	64,84	42,39	50,70	157,48	205,43	1222,27	1559,05	X	X
A	1	2	3	4		5		6		7		8	
ВТОРНИК													
Завтрак													
№ 100	Суп молочный с макаронными изделиями	150	200	5,5	5,5	4,5	4,5	26,4	26,4	168,5	168,5	X	X
	Хлеб пшеничный	20	30	1,58	2,37	0,2	0,3	9,66	14,49	47,33	71,00	X	X
№ 416	Какао с молоком	150	180	3,67	3,67	3,19	3,19	15,82	15,82	107	107	X	X
№ 7	Сыр твердый	3	5	0,7	1,16	0,89	1,48	0	0	10,8	18	X	X
	Кондитерские изделия (печенье, вафли, мармелад)	20	20	2,25	3,75	2,94	4,9	22,32	37,2	125,1	208,5	X	X
Итог **	X	X	X	13,70	16,45	11,72	14,37	74,20	93,91	458,73	573,00	X	X
Обед													
№ 82	Рассольник Ленинградский	150	200	1,99	1,99	5,11	5,11	16,92	16,92	121,75	121,75	X	X
№ 318	Птица тушенная	120	160	11,94	11,94	8,64	8,64	20,88	20,88	209,00	209,00	X	X
№ 330	Каша рассыпчатая (рисовая)	90	120	3,72	4,97	4,06	5,42	18,09	24,12	126,09	168,12	X	X
	Нарезка из огурцов, томатов с зеленью в заливке	40	50	0,13	0,17	0,08	0,1	0,9	1,13	4,4	5,5	X	X
№ 54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	150	180	0,33	0,40	0,02	0,02	20,83	24,99	84,75	101,70	X	X
	Хлеб пшеничный	30	35	2,66	4,56	0,315	0,54	16,415	28,14	80,85	138,6	X	X
Итог **	X	X	X	20,77	24,03	18,225	19,83	94,035	142,30	626,84	744,67	X	X

Ужин													
№ 148	Рагу из овощей	105	155	1,75	2,06	4,77	5,55	11,82	14,08	98,21	116,15	X	X
№ 54-3р	Котлета рыбная (минтай)	60	80	8,40	11,20	1,6	2,1	5,1	6,9	68,60	91,40	X	X
№ 411	Чай с сахаром	150/7	180/10	0,04	0,06	0,01	0,02	6,99	9,99	28,00	40,00	X	X
	Хлеб пшеничный	10	15	0,79	1,19	0,10	0,15	4,83	7,245	23,67	35,50	X	X
№ 386, №389	Фрукты и ягоды свежие (Банан или яблоко)/Апельсин или мандарин с сахаром	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	44	44	X	X
Итого **	X	X	X	11,38	14,91	6,88	8,22	38,54	48,015	262,48	327,05	X	X
СРЕДА													
Всего ***	X	X	X	45,85	55,39	36,825	42,42	206,775	284,225	1348,05	1644,72	X	X
Завтрак													
№ 330	Каша рассыпчатая (перловая)	130	150	4,24	4,24	4,13	4,13	30,18	30,18	174,90	174,90	X	X
№ 291	Сосиска, сарделька отварная	55	55	5,5	5,5	12	12	0,2	0,2	130,00	130,00	X	X
№ 20	Салат из соленых огурцов с луком	40	60	0,7	0,7	3,1	3,1	6,9	6,9	58,00	58,00	X	X
	Хлеб пшеничный	20	30	1,58	2,37	0,2	0,3	9,66	14,49	47,33	71,00	X	X
	Кондитерские изделия (печенье, вафли, мармелад)	20	20	2,25	3,75	2,94	4,9	22,32	37,2	125,1	208,5	X	X
№ 7	Сыр твердый	3	5	0,7	1,16	0,89	1,48	0	0	10,8	18	X	X
№ 412	Чай с лимоном	150/7/3,5	180/10/7	0,1	0,12	0,01	0,02	7,10	10,2	29	41	X	X
Итого **	X	X	X	15,07	17,84	23,27	25,93	76,36	99,17	575,13	701,40	X	X
Обед													
№ 83	Суп картофельный	150	200	1,87	2,34	2,26	2,83	16,31	21,61	81,00	101,25	X	X
№ 322	Котлета рубленая из птиц	60	80	14,77	18,46	3,48	4,35	12,64	15,8	140,6	175,75	X	X
№ 339	Пюре картофельное	150	200	3,1	3,1	4,8	4,8	20,4	20,4	137,3	137,3	X	X
№ 54-20з, 54-21з	Кукуруза сахарная, или горошек зеленый, или фасоль	30	60	0,85	1,7	0,05	0,1	1,75	3,5	11,5	22,1	X	X
№ 54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	150	180	0,33	0,40	0,02	0,02	20,83	24,99	84,75	101,70	X	X
	Хлеб пшеничный	30	35	2,66	4,56	0,315	0,54	16,415	28,14	80,85	138,6	X	X

Итог **	X	X	X	23,58	30,56	10,925	12,64	88,345	114,44	536,0	676,70	X	X
Ужин													
№ 54-13к	Каша вязкая молочная пшеничная	120	150	4,9	6,2	5,5	6,9	23,2	29	162,2	202,7	X	X
№ 414	Кофейный напиток с молоком	155	180	2,34	2,85	2,00	2,41	10,63	14,36	70,00	91,00	X	X
	Хлеб пшеничный	10	15	0,79	1,19	0,10	0,15	4,83	7,245	23,67	35,50	X	X
№ 386, №389	Фрукты и ягоды свежие (Банан или яблоко)/Апельсин или мандарин с сахаром	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	44	44	X	X
Итог **	X	X	X	8,43	10,64	8,00	9,86	48,46	60,405	299,87	373,20	X	X
Всего ***	X	X	X	47,08	59,04	42,195	48,43	213,165	274,015	1411,00	1751,30	X	X
ЧЕТВЕРГ													
Завтрак													
№ 243,244	Вареники ленивые	65	110	17,19	20,30	11,51	13,97	27,92	34,25	288,96	350,88	X	X
№372	Соус сметанный	15	30	14,06	14,06	49,96	49,96	58,68	58,68	741,00	741,00	X	X
№ 416	Какао с молоком	150	180	3,67	3,67	3,19	3,19	15,82	15,82	107	107	X	X
	Хлеб пшеничный	15	20	0,79	1,58	0,10	0,2	4,83	9,66	23,67	47,33	X	X
№ 7	Сыр твердый	3	5	0,7	1,16	0,89	1,48	0	0	10,8	18	X	X
№ 386, №389	Фрукты и ягоды свежие (Банан или яблоко)/Апельсин или мандарин с сахаром	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	44	44	X	X
	Кондитерские изделия (печенье, вафли, мармелад)	20	20	2,25	3,75	2,94	4,9	22,32	37,2	125,1	208,5	X	X
Итог **	X	X	X	39,06	44,92	68,99	74,10	139,37	165,41	1340,53	1516,71	X	X
Обед													
№ 87	Суп картофельный с бобовыми (горох)	150	200	3,71	3,71	11,32	11,32	66,54	66,54	162,00	162,00	X	X
№ 123	Гренки из пшеничного хлеба	25	25	1,2	1,2	0,15	0,15	7,6	7,6	36,8	36,8	X	X
№ 321	Плов из птицы	100	130	11,94	11,94	8,64	8,64	20,88	20,88	209,00	209,00	X	X
№ 46	Винегрет овощной	110	130	1,8	2,11	3,24	3,29	10,48	12,19	82,02	91		
№ 54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	150	180	0,33	0,40	0,02	0,02	20,83	24,99	84,75	101,70	X	X
	Хлеб пшеничный	25	30	1,58	2,37	0,2	0,3	9,66	14,49	47,33	71,00	X	X
Итог **	X	X	X	20,56	21,73	23,57	23,72	135,99	146,69	621,90	671,50	X	X
Ужин													
№ 101	Суп молочный с крупой (овсяный)	150	200	1,75	2,1	0,25	0,3	18,5	22,2	83,25	99,90	X	X
	Хлеб пшеничный	20	30	1,58	2,37	0,2	0,3	9,66	14,49	47,33	71,00	X	X
№ 411	Чай с сахаром	150/7	180/10	0,04	0,06	0,01	0,02	6,99	9,99	28,00	40,00	X	X

Итого **	X	X	X	3,37	4,53	0,46	0,62	35,15	46,68	158,58	210,90	X	X
Всего ***	X	X	X	62,99	71,18	93,02	98,44	310,51	358,78	2121,01	2399,11	X	X
ПЯТНИЦА													
Завтрак													
№ 54-8р	Суфле рыбное (минтай)	60	80	10,3	13,8	4,4	5,9	2,6	3,4	91,4	121,90	X	X
№ 336	Картофель отварной	150	200	3,1	3,1	4,2	4,2	24,1	24,1	146,0	146,0	X	X
№ 418	Сок фруктовый (овощной)	150	180	0,08	0,08	0,14	0,14	15,3	15,3	62	62	X	X
	Хлеб пшеничный	20	30	1,58	2,37	0,2	0,3	9,66	14,49	47,33	71,00	X	X
	Кондитерские изделия (печенье, вафли, мармелад)	20	20	2,25	3,75	2,94	4,9	22,32	37,2	125,1	208,5	X	X
№ 7	Сыр твердый	3	5	0,7	1,16	0,89	1,48	0	0	10,8	18	X	X
Итого **	X	X	X	18,01	23,1	12,77	16,92	73,98	94,49	482,63	627,40	X	X
Обед													
№ 63	Борщ с капустой и картофелем	150	200	1,5	1,5	3,9	3,9	10,2	10,2	82	82	X	X
№ 329	Кнели куриные с рисом	60	80	17,03	17,03	14,14	14,14	5,3	5,3	217	217	X	X
№ 219	Макаронные изделия, отварные с маслом	47	70	2,93	4,03	1,75	2,70	21,06	24,34	88,26	121,35	X	X
№ 37	Салат из свеклы с огурцами солеными	40	50	0,4	0,49	2,07	2,09	2,34	2,93	32,64	36,3		
№ 54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	150	180	0,33	0,40	0,02	0,02	20,83	24,99	84,75	101,70	X	X
	Хлеб пшеничный	25	30	1,58	2,37	0,2	0,3	9,66	14,49	47,33	71,00	X	X
№ 386, №389	Плоды и ягоды свежие (Банан или яблоко)/Апельсин или мандарин с сахаром	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	44	44	X	X
Итого **	X	X	X	24,17	26,22	22,28	23,55	79,19	92,05	595,98	673,35	X	X
Ужин													
№ 101	Суп молочный с крупой (гречневой)	150	200	1,75	2,1	0,25	0,3	18,5	22,2	83,25	99,90	X	X
№ 414	Кофейный напиток с молоком	150	180	2,34	2,85	2,00	2,41	10,63	14,36	70,00	91,00	X	X
	Хлеб пшеничный	15	20	0,79	1,58	0,10	0,2	4,83	9,66	23,67	47,33	X	X
Итого **	X	X	X	4,88	6,53	2,35	2,91	33,96	46,22	176,92	238,23	X	X
Всего ***	X	X	X	47,06	55,85	37,40	43,38	187,13	232,76	1255,53	1538,98	X	X
Вторая неделя													
ПОНЕДЕЛЬНИК													
Завтрак													
№ 330	Каша рассыпчатая	80	100	2,99	3,98	3,85	5,13	19,34	25,79	126,68	168,91	X	X

	(яичневая)												
№ 57	Икра кабачковая для детского питания	50	65	0,45	0,62	2,35	2,96	2,96	3,74	35,00	46,00	X	X
№ 412	Чай с лимоном	150/7/3,5	180/10/7	0,1	0,12	0,01	0,02	7,10	10,2	29	41	X	X
	Хлеб пшеничный	20	30	1,58	2,37	0,2	0,3	9,66	14,49	47,33	71,00	X	X
№ 227	Яйцо вареное	1	1	5,08	5,08	4,6	4,6	0,28	0,28	63,00	63,00	X	X
	Кондитерские изделия (печенье, вафли, мармелад)	20	20	2,25	3,75	2,94	4,9	22,32	37,2	125,1	208,5	X	X
№ 7	Сыр твердый	3	5	0,7	1,16	0,89	1,48	0	0	10,8	18	X	X
Итого **	X	X	X	13,5	17,08	14,84	19,39	61,66	91,7	436,91	616,41	X	X
Обед													
№ 86	Суп картофельный с крупой (рис)	180	200	2,18	2,18	2,84	2,84	14,29	14,29	91,5	91,5	X	X
№ 292	Жаркое подомашнему	165	200	20,19	25,03	5,17	6,79	17,96	19,95	198,97	240,91	X	X
	Нарезка из огурцов, томатов с зеленью в заливке	40	50	0,13	0,17	0,08	0,1	0,9	1,13	4,4	5,5	X	X
№ 54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	150	180	0,33	0,40	0,02	0,02	20,83	24,99	84,75	101,70	X	X
	Хлеб пшеничный	25	30	1,58	2,37	0,2	0,3	9,66	14,49	47,33	71,00	X	X
№ 386, №389	Плоды и ягоды свежие (Банан или яблоко)/Апельсин или мандарин с сахаром	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	44	44	X	X
Итого **	X	X	X	24,81	30,55	8,71	10,45	73,44	84,65	470,95	554,61	X	X
Ужин													
№247	Сырники с морковью	65	130	9,345	18,69	6,335	12,67	5,7	11,4	117,00	234,00	X	X
	Хлеб пшеничный	15	20	0,79	1,58	0,10	0,2	4,83	9,66	23,67	47,33	X	X
№ 416	Какао с молоком	150	180	3,67	3,67	3,19	3,19	15,82	15,82	107	107	X	X
Итого **	X	X	X	13,805	23,94	9,625	16,06	26,35	36,88	247,67	388,33	X	X
Всего ***													
Всего ***	X	X	X	52,115	71,57	33,175	45,90	161,45	213,23	1155,53	1559,35	X	X
ВТОРНИК													
Завтрак													
№ 101	Суп молочный с крупой (пшено)	150	200	1,75	2,1	0,25	0,3	18,5	22,2	83,25	99,90	X	X
№ 414	Кофейный напиток с молоком	150	180	2,34	2,85	2,00	2,41	10,63	14,36	70,00	91,00	X	X
	Хлеб пшеничный	25	30	1,58	2,37	0,2	0,3	9,66	14,49	47,33	71,00	X	X

	Кондитерские изделия (печенье, вафли, мармелад)	20	20	2,25	3,75	2,94	4,9	22,32	37,2	125,1	208,5	X	X
№ 7	Сыр твердый	3	5	0,7	1,16	0,89	1,48	0	0	10,8	18	X	X
Итого **	X	X	X	8,62	12,23	6,28	9,39	61,11	88,25	336,48	488,40	X	X
Обед													
№ 73	Щи из свежей капусты с картофелем	150	200	8,32	8,32	19,83	19,83	71,01	71,01	496,00	496,00	X	X
№ 317	Птица отварная	60	80	16,88	16,88	10,88	10,88	0	0	165,00	165,00	X	X
№ 336	Картофель отварной	150	200	3,1	3,1	4,2	4,2	24,1	24,1	146,0	146,0	X	X
	Нарезка из огурцов, томатов с зеленью в заливке	40	50	0,13	0,17	0,08	0,1	0,9	1,13	4,4	5,5	X	X
№ 418	Сок фруктовый (овощной)	150	180	0,08	0,08	0,14	0,14	15,3	15,3	62	62	X	X
	Хлеб пшеничный	20	30	1,58	2,37	0,2	0,3	9,66	14,49	47,33	71,00	X	X
Итого **	X	X	X	30,09	30,92	35,33	35,45	120,97	126,03	920,73	945,50	X	X
Ужин													
№ 54-16р	Котлета рыбная любительская (минтай)	100	100	12,9	12,9	4,0	4,0	6,1	6,1	112,2	112,2	X	X
№ 330	Каша рассыпчатая (пшеничная)	80	100	3,42	4,56	3,46	4,61	18,38	24,51	120,73	160,97	X	X
	Хлеб пшеничный	15	20	0,79	1,58	0,10	0,2	4,83	9,66	23,67	47,33	X	X
№ 411	Чай с сахаром	150/7	180/10	0,04	0,06	0,01	0,02	6,99	9,99	28,00	40,00	X	X
№ 386, №389	Фрукты и ягоды свежие (Банан или яблоко)/Апельсин или мандарин с сахаром	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	44	44	X	X
Итого **	X	X	X	17,55	19,50	7,97	9,23	46,10	60,01	328,60	404,50	X	X
Всего ***													
	X	X	X	56,26	62,65	49,58	54,07	228,18	248,09	1585,81	1838,40	X	X
СРЕДА													
Завтрак													
№ 219	Макаронные изделия отварные с маслом	47	70	2,93	4,03	1,75	2,70	21,06	24,34	88,26	121,35	X	X
№ 291	Сосиска, сарделька отварная	55	55	5,5	5,5	12	12	0,2	0,2	130,00	130,00	X	X
	Хлеб пшеничный	20	30	1,58	2,37	0,2	0,3	9,66	14,49	47,33	71,00	X	X
№ 7	Сыр твердый	3	5	0,7	1,16	0,89	1,48	0	0	10,8	18	X	X
№ 412	Чай с лимоном	150/7/3,5	180/10/7	0,1	0,12	0,01	0,02	7,10	10,2	29	41	X	X

	Нарезка из огурцов, томатов с зеленью в заливке	40	50	0,13	0,17	0,08	0,1	0,9	1,13	4,4	5,5		
Итого **	X	X	X	10,94	13,35	14,93	16,60	38,92	50,36	309,79	386,85	X	X
Обед													
Стр.91	Суп картофельный с клецками	180	200	1,65	2,06	2,48	3,10	13,06	19,85	69,20	86,50	X	X
№ 339	Картофельное пюре	150	200	3,1	3,1	4,8	4,8	20,4	20,4	137,3	137,3	X	X
№324	Котлета рубленая из кур, запеченная с соусом молочным	60	80	9,7	9,7	13,92	13,92	7,89	7,89	196,00	196,00	X	X
№ 54-20з, 54-21з	Кукуруза сахарная, или горошек зеленый, или фасоль	30	60	0,85	1,7	0,05	0,1	1,75	3,5	11,5	22,1	X	X
	Хлеб пшеничный	25	30	1,58	2,37	0,2	0,3	9,66	14,49	47,33	71,00	X	X
№ 54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	150	180	0,33	0,40	0,02	0,02	20,83	24,99	84,75	101,70	X	X
Итого **	X	X	X	17,21	19,33	21,47	22,24	73,59	91,12	546,08	614,60	X	X
Ужин													
№ 253	Оладьи из творога	70	130	13,98	13,98	9,71	9,71	22,42	22,42	233,00	233,00	X	X
	Хлеб пшеничный	15	20	0,79	1,58	0,10	0,2	4,83	9,66	23,67	47,33	X	X
№ 416	Какао с молоком	150	180	3,15	3,67	2,72	3,19	12,96	15,82	89	107	X	X
№ 386, №389	Плоды и ягоды свежие (Банан или яблоко)/Апельсин или мандарин с сахаром	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	44	44	X	X
Итого **	X	X	X	18,32	19,63	12,93	13,50	50,01	57,70	389,67	431,33	X	X
Всего ***	X	X	X	46,47	52,31	49,33	52,34	162,52	199,18	1245,54	1432,78	X	X
ЧЕТВЕРГ													
Завтрак													
№ 190	Каша вязкая с изюмом (манная)	155	205	2,85	3,45	0,82	0,99	16,62	19,95	85,5	102,6	X	X
№ 414	Кофейный напиток с молоком	150	180	2,34	2,85	2,00	2,41	10,63	14,36	70,00	91,00	X	X
	Хлеб пшеничный	20	30	1,58	2,37	0,2	0,3	9,66	14,49	47,33	71,00	X	X
№ 7	Сыр твердый	3	5	0,7	1,16	0,89	1,48	0	0	10,8	18	X	X
№ 386, №389	Плоды и ягоды свежие (Банан или яблоко)/Апельсин или мандарин с сахаром	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	44	44	X	X
Итого **	X	X	X	7,87	10,23	4,31	5,58	46,71	58,6	257,63	326,60	X	X
Обед													
№ 64	Борщ с картофелем	150	200	20,89	24,65	8,19	9,96	50,28	59,35	357,45	424,58	X	X

№164	Запеканка картофельная с печенью	100	150	7,64	10,18	3,91	6,25	20,36	27,33	147	206	X	X
№ 55	Икра морковная	40	50	0,52	0,63	2,04	3,06	2,78	3,89	32,07	46,17	X	X
№ 54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	150	180	0,33	0,40	0,02	0,02	20,83	24,99	84,75	101,70	X	X
	Хлеб пшеничный	40	50	1,58	2,37	0,2	0,3	9,66	14,49	47,33	71,00	X	X
Итог **	X	X	X	30,96	38,23	14,36	19,59	103,91	133,94	668,60	849,45	X	X
Ужин													
№ 54-14в	Ватрушка с повидлом	100	130	7,02	9,12	6,25	8,12	42,69	57,01	255,38	332,00	X	X
№ 420	Ряженка	150	180	5,22	5,22	4,50	4,50	7,56	7,56	97,2	97,2	X	X
Итог **	X	X	X	12,24	14,34	10,75	12,62	50,25	64,57	352,58	429,20	X	X
Всего ***	X	X	X	51,07	62,80	29,42	37,79	200,87	237,11	1278,81	1605,25	X	X
ПЯТНИЦА													
Завтрак													
№ 330	Каша рассыпчатая (пшенная)	120	160	3,42	4,56	3,46	4,61	18,38	24,51	120,73	160,97	X	X
№ 54-20з, 54-21з	Кукуруза сахарная, или горошек зеленый, или фасоль	30	60	0,85	1,7	0,05	0,1	1,75	3,5	11,5	22,1	X	X
	Хлеб пшеничный	20	30	1,58	2,37	0,2	0,3	9,66	14,49	47,33	71,00	X	X
№ 7	Сыр твердый	3	5	0,7	1,16	0,89	1,48	0	0	10,8	18	X	X
№ 412	Чай с лимоном	150/7/3,5	180/10/7	0,1	0,12	0,01	0,02	7,10	10,2	29	41	X	X
№ 386, №389	Плоды и ягоды свежие (Банан или яблоко)/Апельсин или мандарин с сахаром	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	44	44	X	X
Итог **	X	X	X	7,05	10,31	4,61	6,91	46,69	62,50	263,36	357,07	X	X
Обед													
№ 86	Суп картофельный с крупой (пшеничной)	180	200	2,18	2,18	2,84	2,84	14,29	14,29	91,5	91,5	X	X
№ 54-3м	Голубцы ленивые (говядина)	60	80	5,0	6,7	4,6	6,1	3,8	5,1	77	102,7	X	X
№ 54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	150	180	0,33	0,40	0,02	0,02	20,83	24,99	84,75	101,70	X	X
	Хлеб пшеничный	25	30	1,58	2,37	0,2	0,3	9,66	14,49	47,33	71,00	X	X
Итог **	X	X	X	9,09	11,65	7,66	9,26	48,58	58,87	300,58	366,90	X	X
Ужин													
№ 54-21к	Каша жидкая молочная (рис)	120	150	3,1	3,9	3,3	4,1	17,2	21,5	110,7	138,4	X	X
№ 414	Кофейный напиток с молоком	150	180	2,34	2,85	2,00	2,41	10,63	14,36	70,00	91,00	X	X
	Хлеб пшеничный	15	20	0,79	1,58	0,10	0,2	4,83	9,66	23,67	47,33	X	X

	Кондитерские изделия (печенье, вафли, мармелад)	20	20	2,25	3,75	2,94	4,9	22,32	37,2	125,1	208,5	X	X
Итого **	X	X	X	8,48	12,08	8,34	11,61	54,98	82,72	329,47	485,23	X	X
Всего ***	X	X	X	24,62	34,04	20,61	27,78	150,25	204,09	893,41	1209,20	X	X
Всего за 10 дней ****	X	X	X	487,185	589,67	433,945	480,79	1978,33	2456,91	13516,96	16538,14	X	X

* Наименование сборника рецептов, из которого взято то или иное блюдо.

** В графах 4, 5, 6, 7 строки «Итого» указывается сумма белков, жиров, углеводов, энергоценность каждого приема пищи.

*** В графах 4, 5, 6, 7 строки «Всего» указывается сумма белков, жиров, углеводов, энергоценность дневного рациона.

**** В строке «Норма за 10 день» указываются сумма чисел по строкам «Всего ***» каждого дня в течение двух недель.

фактическая энергоценность (ккал) за конкретный прием пищи в течение дня х 100
фактическая энергоценность (ккал) за дневной рацион питания

Нормативная величина распределение еды по калорийности в течение дня должна составлять:

- при трехразовом питании: завтрак – 25%, обед – 35%, ужин – 20%;
- при четырехразовом питании: завтрак – 25%, обед – 35%, ужин и полдник по 20%;
- для учреждений с круглосуточным пребыванием детей: завтрак - 25%, второй завтрак - 10%, обед - 35%, ужин - 10%, полдник - 20%.

В летний период времени – период оздоровления (90 дней) в рацион питания детей дополнительно вводятся свежие овощи и фрукты за счет увеличения до 10% стоимости питания на одного ребенка в день.

Оценка выполнения норм питания по примерному двух недельному меню
(абсолютные цифры)

Наименование пищевого продукта	Возрастная категория детей					
	От 1,5 до 3 лет			От 3 до 7 лет		
	фактически за 10 дней	фактически за 1 день	Норма	фактически за 10 дней	фактически за 1 день	норма
хлеб	0,750	0,075	0,075	1200	0,120	0,120
Крупа,макаронные изделия	0,300	0,030	0,030	0,450	0,045	0,045
картофель	1300	0,130	0,130	1900	0,190	0,190
овощи	1890	0,189	0,180	2360	0,236	0,230
Цитрусовые,фрукты	0,450	0,045	0,045	1000	0,100	0,100
соки	0,360	0,036	0,050	0,560	0,056	0,070
сухофрукта	0,080	0,008	0,010	0,119	0,012	0,010
Кондитерские изделия	0,050	0,005	0,005	0,140	0,014	0,015
сахар	0,350	0,035	0,035	0,450	0,045	0,045
Масло сливочное	0,100	0,010	0,012	0,170	0,017	0,021
Масло растительное	0,060	0,006	0,006	0,090	0,009	0,009
Яйцо	0,100	0,010	0,010	0,200	0,020	0,020
творог	0,350	0,035	0,035	0,450	0,045	0,045
Мясо	0,600	0,060	0,060	1000	0,100	0,100

рыба	0,220	0,022	0,020	0,430	0,043	0,045
Молоко	3123	0,312	0,350	3880	0,388	0,400
Сыр твердый	0,030	0,003	0,003	0,050	0,005	0,005
сметана	0,048	0,005	0,005	0,096	0,010	0,010

Пояснение к таблице.

Фактическое выполнение нормы по пищевому продукту определяется суммой данного пищевого продукта, входящего в рецептуры блюд примерного двух недельного меню (10 или 14 дней), с учетом таблицы норм замены пищевых продуктов по энергоценности (приложение 8 постановления КМУ от 22.11.2004 № 1591).