

УТВЕРЖДАЮ « »

**Специальное цикличное безмолочное меню для детей 1-3 лет
(пребывание в дошкольных образовательных учреждениях 10,5 часов,
всесезонное, четырехразовое питание)**

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 безмолочное для детей 1-3 лет

ТК	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
	1 день					
	Завтрак					
16/4	Каша пшеничная безмолочная с маслом растит	150	3,2	3,5	21,8	130,9
27/10	Чай без сахара	180	0,1	0,0	0,1	0,6
-	Батон	30	2,3	0,9	16,0	80,9
	Джем	15	0,1	0,0	10,9	41,7
	Итого за 'Завтрак '	375	5,7	4,4	48,7	254,1
	10:00					
-	Сок	100	0,5	0,1	10,3	43,2
	Итого за '10:00 '	100	0,5	0,1	10,3	43,2
	Обед					
42/1	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом	40	1,2	2,9	5,0	49,7
22/2	Суп-лапша на курином бульоне 1	150	6,1	7,0	9,5	124,0
1/9	Мясо кур отварное (порц., без кости)	50	11,3	9,5	0,2	131,6
11/3	Капуста тушеная	120	2,8	2,3	13,9	80,9
-	Хлеб пшеничный	20	1,3	0,1	9,4	44,8
-	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,3	38,7
20/10-1	Кисель из сухофруктов (вариант 3)	150	0,8	0,0	21,9	84,1
	Итого за 'Обед '	550	24,8	22,1	68,2	553,7
	Уплотненный полдник					
6-1/5	Пудинг из крупы с яблоками (рисовый, безмолочный)	130	3,8	4,6	36,3	198,4
	Масло подсолнечное	5	0,0	4,4	0,0	39,6
-	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,3	38,7
	Зефир	30	0,2	0,0	22,1	85,8
-	Фрукты	100	0,4	0,4	11,6	48,7
27/10	Чай без сахара	180	0,1	0,0	0,1	0,6
	Итого за 'Уплотненный полдник '	465	5,8	9,6	78,4	411,7
	Итого за день	1490	36,8	36,2	205,5	1262,7

ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПРОДУКТОВОГО НАБОРА по массе нетто. Дошкольные организации. Для детей 1-3 лет безмолочное. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 (пребывание в дошкольных образовательных учреждениях 10,5 часов) Режим питания: четырехразовое

Наименование продукта	Норма	Среднее в день	Выполнение нормы, %	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Факт. за 10 дн.
Молоко, кисломолочные продукты	390	5,2	1,3						15	15		15,8	6,6	52,4
Творог (5%-9% м.д.ж.)	30													
Сметана	9	2,2	24,9				3,3		5,8	10,3		3		22,4
Сыр	4													
Мясо 1 -й категории	50	41,3	82,6		24	46,2	48		80	12,8	60	123,1	19,1	413,2
Птица (куры, цыплята-бройлеры, индейка порошенная, 1 кат.)	20	16,5	82,5	94,8					70,2					165
Субпродукты (печень, язык, сердце)	20	16,6	83		83								83	166
Рыба-филе, в т.ч. филе слабо- и малосоленное	32	34,4	107,6		73,2	61	32	39		39		27	73,2	344,4
Яйца	40	29,2	73	17	40		40	33		118,8		43		291,8
Картофель	120	122	101,7	21,4	153	37,5	135,6	202,5	82,6	175,6	131,3	166,7	114	1220,2
Овощи (свежие, мороженные), включая соленые и квашенные (не более 10% от общего количества овощей), в т.ч. томат-пюре, зелень	180	171,9	95,5	181,1	162,7	163,8	236,6	311	155,4	182,6	56,3	148,6	120,6	1718,7
Фрукты свежие	95	133,4	140,4	127,3	133,5	201	224,4	120	40,5	150	156	100	81	1333,7

Наименование продукта	Норма	Среднее в день	Выполнение нормы, %	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Факт. за 10 дн.
Сухофрукты	9	10,1	112	15			18	18		19,3	4,5	18	8	100,8
Соки фруктовые и овощные	100	96	96	100	180	100		100	100	180	100		100	960
Витаминизированные напитки														
Хлеб ржаной	40	39,8	99,6	40	35	40	43,3	40	40	40	40	40	40	398,3
Хлеб пшеничный	60	59,2	98,7	50	66,5	70	53,3	65	74,3	50	40	69	53,8	591,9
Крупы, бобовые	30	36	120,1	62,5	27	74,3	16,3	28,6	27	11,3	42	41,3	30	360,3
Макаронные изделия	8	16,3	204,3	12			51		12		51		37,4	163,4
Мука пшеничная	25	6,5	26	2,4	1,8	2,9	3	2,4	5,8	46,8				65,1
Масло сливочное	18	9,8	54,4	3		15,7	16,3	9	12,5	19,3	3,8	10,5	7,8	97,9
Масло растительное	9	18,6	206,8	16,1	23	19,2	18,2	14,6	19,6	15,1	21,3	13,4	25,6	186,1
Кондитерские изделия	12	13	100	30	20			20	30		20		10	130
Чай	0,5	0,6	128	0,8	0,4	0,4	0,8	0,8	0,4	0,4	0,8	0,8	0,8	6,4
Какао-порошок	0,5													
Кофейный напиток	1													
Сахар (в том числе для приготовления блюд и напитков)	25	24,7	99	33,5	18,3	25,5	23,7	29,1	22,9	22,5	25,9	22,8	23,2	247,4
Дрожжи	0,4													
Крахмал	2	1,1	52,5	6					4,5					10,5
Соль пищевая поваренная йодированная	3	2,9	96	2,5	3	3	3	3	2,6	3	3	3	3	29