

Утверждаю:
Руководитель дошкольной образовательной
организации _____

от " _____ " _____ 20____ г.

Примерное десятидневное цикличное меню

Для питания детей в возрасте от 1-го до 3-х лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения КОиН г.Новокузнецка.

Литература:

- 1."Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных организаций и детских оздоровительных учреждений" под редакцией А.Я.Перевалова, г.Пермь 2013г., издание 7-е.
- 2."Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах" под редакцией В.Т.Лапшиной, г.Москва, 2004г.
- 3."Справочник рецептуры блюд для питания учащихся для образовательных учреждений города Москвы" , г.Москва 2003г.
- 4."Химический состав и калорийность Российских продуктов питания" Тутельян В.А., г.Москва, 2012г.
- 5."Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций", СанПиН 2.4.1.3049-13.
- 6."Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания" под редакцией Ф.Л.Марчука, г.Москва, 1996г.

Исполнители: техник-технолог МБУ "Комбинат питания"
Максимова Ю.В.

Телефон: 32-21-98

г.Новокузнецк
2017г.

Анализ

повторяемости блюд по 10-дневному примерному циклическому меню для детей, посещающих дошкольные образовательные организации, возраст с 1 до 3 лет.

1 день <u>Завтрак</u>	2 день <u>Завтрак</u>	3 день <u>Завтрак</u>	4 день <u>Завтрак</u>	5 день <u>Завтрак</u>
1. Масло сливочное 5 2. Запеканка пшеничная со сгущенным молоком 150/30 3. Кофейный напиток без молока 150	1. Сыр порционно 5 2. Каша манная молочная жидкая 150 3. Какао с молоком 150	1. Масло сливочное 5 2. Суп молочный с макаронн. изделиями 150 3. Кофейный напиток с молоком 150	1. Бутерброд пикантный (горячий) 40 2. Омлет натуральный 110 3. Какао с молоком 150	1. Масло сливочное 5 2. Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая 150 3. Кофейный напиток с молоком 150
1. Сок фруктовый 150 2. Фрукты свежие 150	1. Сок фруктовый 150	1. Сок фруктовый 150	1. Фрукты свежие 150	1. Сок фруктовый 150 2. Фрукты свежие 150
<u>Обед</u>	<u>Обед</u>	<u>Обед</u>	<u>Обед</u>	<u>Обед</u>
1. Маринад овощ.б/т 40 2. Суп картофельный с рыбой 150 3. Фрикадельки из говядины 60 4. Капуста тушеная 120 5. Компот из сухофруктов 150	1. Овощи отварные 40 2. Рассольник Ленинградский со сметаной 150/5 3. Котлета рубленая из птицы с овощами 60 4. Пюре картофельное 120 5. Отвар из шиповника 150	1. Икра морковная 40 2. Суп из овощей со сметаной 150/5 3. Пудинг из печени 60 4. Каша ячневая рассыпчатая с луком 120 5. Компот из апельсин с яблоками 150	1. Маринад овощной со свежлой 40 2. Суп картофельный с мясом 150/5 3. Котлета рыбная любительская 60 4. Каша перловая с овощами 120 5. Кисель плод.-ягод. 150	1. Сельдь с/сол. 40 2. Борщ с капустой и картоф. со сметаной 150/5 3. Тефтели из говядины 60 4. Сложный гарнир (картоф. пюре и пюре морк.) 120 5. Компот из кураги 150
<u>Полдник</u>	<u>Полдник</u>	<u>Полдник</u>	<u>Полдник</u>	<u>Полдник</u>
1. Кондитерские изделия 20 2. Кисломолочная прод. 150	1. Булочка сырная 50 2. Кисломолочная прод. 150	1. Коржик молочный 50 2. Кисломолочная прод. 150	1. Булочка домашняя 50 2. Молоко кипяченое 150	1. Пирог "Скороспелка" 50 2. Кисломолочная прод. 150
<u>Ужин</u>	<u>Ужин</u>	<u>Ужин</u>	<u>Ужин</u>	<u>Ужин</u>
1. Икра кабачковая 40 2. Картофель тушеный 150 3. Чай с молоком 150	1. Рагу из овощей с мясом 180 2. Чай с лимоном 150/5	1. Огурец консервирован. 40 2. Картофель запеченный в сметанном соусе 150 3. Чай полусладкий с молоком 150	1. Морковь с сах. запечен. 40 2. Сырники из творога запеч. с соусом молочным сладким 120/30 3. Чай не сладкий 150	1. Рагу овощное с томатом 180 2. Чай полусладкий 150

Анализ

повторяемости блюд по 10-дневному примерному циклическому меню для детей, посещающих дошкольные образовательные организации, возраст с 3 до 7 лет.

1 день Завтрак	2 день Завтрак	3 день Завтрак	4 день Завтрак	5 день Завтрак
1. Масло сливочное 5	1. Сыр порционно 7	1. Масло сливочное 5	1. Сыр порционно 7	1. Масло сливочное 5
2. Запеканка пшеничная со стущеным молоком 180/50	2. Каша манная молочная жидкая 200	2. Суп молочный с макаронн. изделиями 200	2. Каша пшеничная молочная жидкая 100	2. Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая 200
3. Кофейный напиток без молока 200	3. Какао с молоком 200	3. Кофейный напиток с молоком 200	3. Омлет натуральный 100	3. Кофейный напиток с молоком 200
1. Напиток витаминизир. 200	1. Сок фруктовый 200	1. Сок фруктовый 200	1. Фрукты свежие 150	1. Сок фруктовый 200
2. Фрукты свежие 150	2. Фрукты свежие 150	2. Фрукты свежие 150	2. Фрукты свежие 150	2. Фрукты свежие 150
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
1. Маринад овощ. б/т 60	1. Овощи отварные 60	1. Икра морковная 60	1. Маринад овощной со свеклой 60	1. Сельдь с луком 60
2. Суп картофельный с рыбой 200	2. Рассольник Ленинградский со сметаной 200/5	2. Суп из овощей со сметаной 200/5	2. Суп картофельный с мясом 200/5	2. Борщ с капустой и картоф. со сметаной 200/5
3. Фрикадельки из говядины 80	3. Котлета рубленая из птицы с овощами 70	3. Пудинг из печени 80	3. Котлета рыбная любительская 80	3. Колбаса отварная 70
4. Капуста тушеная 150	4. Пюре картофельное 150	4. Каша ячневая рассыпчатая с луком 150	4. Каша перловая с овощами 150	4. Сложный гарнир (картоф. пюре и пюре морк.) 150
5. Компот из сухофруктов 200	5. Отвар из шиповника 200	5. Компот из апельсинов с яблоками 200	5. Кисель плод.-ягод. 200	5. Компот из кураги 200
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
1. Манник 100	1. Булочка сырная 70	1. Коржик молочный 70	1. Кондитерское изделие 60	1. Пирог "Скороспелка" 70
2. Кисель плодово-ягодн. 200	2. Кисломолочная прод. 180	2. Кисломолочная прод. 180	2. Молоко кипяченое 200	2. Кисломолочная прод. 180
Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин
1. Икра кабачковая 60	1. Рагу из овощей с мясом 220	1. Огурец консервирован. 60	1. Морковь с сах. запечен. 60	1. Рагу овощное с томатом 220
2. Картофель тушеный 180	2. Чай с лимоном 200/7	2. Картофель запеченный в сметанном соусе 180	2. Сырники из творога запеч. соусом молочным сладким 150/50	2. Чай полусладкий 200
3. Чай с молоком 200	3. Чай полусладкий с молоком 200	3. Чай полусладкий с молоком 200	3. Чай несладкий 200	

6 день <u>Завтрак</u>	7 день <u>Завтрак</u>	8 день <u>Завтрак</u>	9 день <u>Завтрак</u>	10 день <u>Завтрак</u>
1. Масло сливочное 5	1. Сыр порционно 7	1. Масло сливочное 5	1. Сыр порционно 7	1. Масло сливочное 5
2. Макароны отварные с овощами 200	2. Каша ячневая молочная жидкая 200	2. Суфле творожное со стущенным молоком 180/50	2. Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая 200	2. Омлет натуральный 75
3. Кофейный напиток без молока 200	3. Какао с молоком 200	3. Кофейный напиток с молоком 200	3. Какао с молоком 200	3. Макароны изделия отварные с сыром 150
				3. Кофейный напиток с молоком 200
1. Напиток витаминизир. 200	1. Сок фруктовый 200	1. Фрукты свежие 150	1. Сок фруктовый 200	1. Фрукты свежие 150
Обед	Обед	Обед	Обед	Обед
1. Салат "Клюковка" 60	1. Салат Appetitный 60	1. Маринад свекольный 60	1. Салат "Трио" 60	1. Икра кабачковая 60
2. Суп картофельный с рыбными фрикадельками 200/15	2. Рассольник домашний со сметаной 200/5	2. Суп картофельный с макароны изделиями, с птицей 200/10	2. Свекольник со сметаной 200/7	2. Щи из свежей капусты со сметаной 200/5
3. Биточки мясные 80	3. Фрикадельки из мяса птицы 70	3. Поджарка из рыбы 80/25	3. Котлета "Здоровье" 80	3. Биточки рыбные 80
4. Каша гречневая с овощами 150	4. Сложный гарнир (картофельн. пюре и капуста тушеная) 150	4. Рис с томатом и овощами 150	4. Капуста тушеная 150	4. Пюре картофельное 150
5. Компот из изюма 200	5. Напиток из шиповника 200	5. Компот из сухофруктов 200	5. Компот из свежих фруктов 200	5. Кисель плод.-ягод. 200
Полдник	Полдник	Полдник	Полдник	Полдник
1. Крендель сахарный 70	1. Пирожки печеные с яблоками 70	1. Кондитерские изделия 60	1. Булочка Молочная 70	1. Кондитерские изделия 60
2. Кисломолочная прод. 180	2. Кисломолочная прод. 180	2. Кисломолочная прод. 180	2. Кисломолочная прод. 180	2. Кисломолочная прод. 180
Ужин	Ужин	Ужин	Ужин	Ужин
1. Говядина, тушенная с капустой 220	1. Овощи отварные 60	1. Запеканка картофельная с печеню с соусом сметанным с томатом 180/50	1. Вареники ленивые с соусом сметанным 180/50	1. Пудинг овощной 220
2. Чай с молоком 200	2. Чай полусладкий 200	2. Чай с лимоном 200/7	2. Чай не сладкий 200	2. Чай с сахаром 200
			3. Кондитерские изделия 20	