

П Р И К А З

от 31.05.2024 г.

№ 38А -ад

Об утверждении основного меню
питания на летний период
на 2023-2024 учебный год

В соответствии с п 8.1.2. СанПиН 2.3\2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», с целью организации сбалансированного рационального питания детей в дошкольном образовательном учреждении, а также в рамках осуществления в 2023-2024 учебном году контроля по данному вопросу

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить основной десятидневный рацион питания (меню) для организации питания детей в возрасте от 3-х до 7-ми лет в дошкольном образовательном учреждении с дневным пребыванием полного дня 10,5 часовым пребыванием. (Приложение №1):
2. Ввести меню со 01.06.2024 г.
3. Поварам Пинягиной Л.Н., Никифоровой О.М. вести работу по приготовлению блюд согласно технологическим картам. Проработать технологию приготовления вновь вводимых блюд.
4. Заведующему хозяйством Герасиной О.В. обеспечить своевременный заказ, доставку, сохранность, точность веса, количество и качество, а также ассортимент полученных с базы продуктов. Обнаруженные некачественные продукты, недостача, нарушения в перевозке продуктов (товарное соседство) фотографировать, оформлять актом, который подписывается представителями ДООУ (по согласованию) и поставщиком, в лице экспедитора. Акты направляются поставщику и в управление образования.
5. Ответственному за сайт старшему воспитателю Верюшкиной М.В. разместить информацию о переходе на весеннее меню в срок до 07.06.2024г.
6. Воспитателем МАДОУ вести разъяснительную работу с родителями (законными представителями) воспитанников об организации рационального, сбалансированного питания и отражение ее в воспитательно-образовательном процессе в детском саду.
7. Медицинской сестре Терентьевой О.Д. размещать в родительском уголке ежедневное меню питания с указанием наименования приема пищи, блюда, массы порций и калорийности порций.
8. Общий контроль за организацией питания оставляю за собой.

Заведующий МАДОУ «Детский сад № 1»

А.В. Мархайчук

С приказом ознакомлены: заведующего хозяйством

О.В. Герасина

31.05.2024

старший воспитатель

М.В. Верюшкина воспитатель

А.А. Дудина

31.05.2024

31.05.2024

медицинская сестра

О.Д. Терентьева воспитатель

С. В. Орлова

31.05.2024

31.05.2024

повар

Л.Н. Пинягина

повар

О.М. Никифорова

31.05.2024

31.05.2024

воспитатель

У.В. Мартынова воспитатель

С.М. Легензова

31.05.2024

31.05.2024

Основное (организованное) меню

Рацион: 3-7 лет Летнее

День: понедельник

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 1

Возрастная категория 3-7 лет Летнее

			Возрастная категория 3-7 лет Летн				
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак							
	Вермишель молочная отварная с маслом сливочным	180	7	5	32	199	251
	Кофейный напиток злаковый, на молоке	200	3	3	19	119	305
	Хлеб пшеничный	21	3	1	19	94	177
	Масло сливочное 4г.	4		4		37	401,02
	Сыр порционный	7	5	6		72	27
Итого за Завтрак			18	19	70	521	
Завтрак2							
	Кисломолочный напиток (кефир)	190	3	3	4	50	291
Итого за Завтрак2			3	3	4	50	
Обед							
	Салат из отварной свеклы, огурца с растительным маслом	60	1	6	4	76	270
	Суп картофельный с рыбой	200	5	3	12	97	94
	Капустно-морковное пюре	150	3	6	20	144	98
	Биточки мясные запечённые	70	11	14	9	200	95
	Кисель из свежих фруктов	200	1		23	95	118,02
	Хлеб ржаной	41	2		18	84	421
	Хлеб пшеничный	21	3	1	19	94	177
Итого за Обед			26	30	105	790	
Полдник упл.							
	Омлет натуральный	102	11	8	9	148	290
	Тушеная капуста	100	1	2	2	24	120
	Ватрушка с творогом	84	10	3	34	205	136
	Чай сладкий	200					134
	Хлеб пшеничный	21	3	1	19	94	177
	Вода питьевая	150					141
Итого за Полдник уплотнённый			25	14	64	471	
Итого за день			72	66	243	1832	

Основное меню (лист 2)

Рацион: 3-7 лет Летнее

День: вторник

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 1

Возрастная категория 3-7 лет Летнее

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	200	8	9	39	271	342
	Какао	200	3	3	14	94	88
	Хлеб пшеничный	21	3	1	19	94	177
	Масло сливочное 5г.	5	2	4	10	79	195
	Повидло яблочное	13					352
Итого за Завтрак			16	17	82	538	
Завтрак2							
	Яблоко	160		8	6	102	277
Итого за Завтрак2				8	6	102	
Обед							
	Салат из моркови с яблоками	60	1	3	5	52	11
	Бульон куриный с вермишелью	200	2	3	12	85	45
	Рис отварной	100	3	5	30	176	258
	Суфле из отварной курицы в соусе	70/30	14	10	15	203	155
	Компот из плодов сухих витаминизированный	200	1		19	81	313,01
	Хлеб ржаной	41	2		18	84	421
	Хлеб пшеничный	21	3	1	19	94	177
Итого за Обед			26	22	118	775	
Полдник упл.							
	Рыба тушеная с овощами	80	8	4	29	181	84
	Пюре картофельное с молоком	100	9	10	14	181	299
	Пирожок с яблоками	94	10	5	40	248	139
	Чай	200	3	3	4	54	157
	Хлеб пшеничный	21	3	1	19	94	177
Итого за Полдник уплотнённый			33	23	106	758	
Итого за день			75	70	312	2173	

Основное меню (лист 3)

Рацион: 3-7 лет Летнее

День: среда

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 1

Возрастная категория 3-7 лет Летнее

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак							
	Каша манная молочная жидкая "Шоколадка"	200	6	5	20	148	343
	Кофейный напиток злаковый, на молоке	200	3	3	19	119	305
	Хлеб пшеничный	21	3	1	19	94	177
	Масло сливочное 4г	4		4		37	401,02
	Сыр порционный	7	5	6		72	27
Итого за Завтрак			17	19	58	470	
Завтрак2							
	Кисломолочный напиток (йогурт)	160	3	3	4	51	119
Итого за Завтрак2			3	3	4	51	
Обед							
	Салат из свеклы и яблок	60	1	5	10	87	156
	Суп картофельный на мясном бульоне со сметаной	200	8	15	14	221	373
	Гренки для супов	7					320
	Голубцы ленивые с отварным мясом	180	16	18	19	294	314
	Кисель из сока	200			24	98	118,01
	Хлеб ржаной	41	2		18	84	421
	Хлеб пшеничный	21	3	1	19	94	177
Итого за Обед			30	39	104	878	
Полдник уплотнённый							
	Пудинг из творога с яблоками в сметанном соусе	130/30	7	12	40	293	160
	Чай	200	3	3	4	54	157
	Хлеб пшеничный	21	3	1	19	94	177
Итого за Полдник уплотнённый			13	16	63	441	
Итого за день			63	77	229	1840	

Основное меню (лист 4)

Рацион: 3-7 лет Летнее

День: четверг

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 1

Возрастная категория 3-7 лет Летнее

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша из риса с гречкой молочная "Дружба"	200	8	11	29	252	309
	Чай	200	3	3	4	54	157
	Хлеб пшеничный	21	3	1	19	94	177
	Масло сливочное 5г	5	2	4	10	79	195
	Итого за Завтрак		16	19	62	479	
Завтрак2	Яблоко	160		8	6	102	277
Итого за Завтрак2				8	6	102	
Обед	Салат витаминный	60					346
	Рассольник домашний на мясном бульоне	200	4	7	12	92	301
	Гёфтели мясные с соусом	70/30	5	7	7	108	308
	Овощи тушёные с маслом сливочным	130	5	5	13	117	344
	Компот из плодов сухих витаминизированный	200	1		19	81	313,01
	Хлеб ржаной	41	2		18	84	421
	Хлеб пшеничный	21	3	1	19	94	177
	Итого за Обед		20	20	88	576	
Полдник упл.	Макароны отварные	100	3		21	101	331
	Суфле печеночное "Детский сад"	100	12	10	10	174	345
	Огурец свежий	20	1		2	11	410
	Молоко питьевое кипячёное	180	11		30	158	127
	Батон с повидлом	46	4	1	28	133	190
	Вода питьевая	150					141
	Итого за Полдник уплотнённый		31	11	91	577	
Итого за день			67	58	247	1734	

Основное меню (лист 5)

Рацион: 3-7 лет Летнее

День: пятница

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 1

Возрастная категория: 3-7 лет Летнее

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша ячневая молочная жидкая	200	6	6	30	194	181
	Какао	200	3	3	14	94	88
	Хлеб пшеничный	21	3	1	19	94	177
	Масло сливочное 4г.	4		4		37	401,02
	Сыр порционный	7	5	6		72	27
Итого за Завтрак			17	20	63	491	
Завтрак2	Сок натуральный яблоко	183	1		20	87	353
			1		20	87	
Итого за Завтрак2							
Обед	Салат из моркови с растительным маслом	60	1	5	7	74	15
	Свекольник с курицей со сметаной	200	6	5	15	125	167
	Плов с мясом	180	19	11	29	284	212,04
	Кисель из сухофруктов	200			18	71	347
	Хлеб ржаной	41	2		18	84	421
	Хлеб пшеничный	21	3	1	19	94	177
Итого за Обед			31	22	106	732	
Полдник упл.	Котлета картофельно-овощная со сметанным соусом	160/30	6	11	43	160	13
	Огурец соевый	20	1	2	1	27	1
	Батон с повидлом	46	4	1	28	133	190
	Чай	200	3	3	4	54	157
	Итого за Полдник уплотнённый		14	17	76	374	
Итого за день			63	59	265	1684	

Рацион: 3-7 лет Летнее

День: понедельник
Неделя: 2

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возрастная категория 3-7 лет Летнее

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша гречнево-перловая молочная жидкая 200	200	5	8	13	142	64,01
	Кофейный напиток злаковый, на молоке 200	200	3	3	19	119	305
	Хлеб пшеничный 21	21	3	1	19	94	177
	Масло сливочное 4г.	4		4		37	401,02
	Яблочное повидло 14	14			14	55	351
Итого за Завтрак			11	16	65	447	
Завтрак2	Кисломолочный напиток (кефир) 190	190	3	3	4	50	291
	Итого за Завтрак2		3	3	4	50	
Обед	Огурец соленый порционный 40	40	2	4	2	54	187
	Борщ со сметаной на мясном бульоне 200	200	2	5	13	102	57
	Котлета мясная рубленая, запеченная в молочном соусе 80/30	80/30	7	8	6	123	202
	Пюре картофельное 167	167	5	6	29	187	295
	Компот из плодов сухих витаминизированный 200	200	1		19	81	313,01
	Хлеб ржаной 41	41	2		18	84	421
	Хлеб пшеничный 21	21	3	1	19	94	177
	Итого за Обед		22	24	106	725	
Полдник упл.	Сырники из творога со сметанным соусом 146	146	21	11	27	291	150
	Какао-напиток на молоке 200	200	4	5	23	146	117,01
	Яблоки 128	128			10	41	140
	Хлеб пшеничный 21	21	3	1	19	94	177
	Вода питьевая 150	150					141
Итого за Полдник уплотненный			28	17	79	572	
Итого за день			64	60	254	1794	

Рацион: 3-7 лет Летнее

День: вторник
Неделя: 2Сезон: 01.01-12.31 (Все)
Возрастная категория 3-7 лет Летнее

Неделя: 2			Возрастная категория 3-7 лет Летне				
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак							
	Каша пшеничная молочная жидкая	200	8	9	39	271	342
	Какао	200	3	3	14	94	88
	Хлеб пшеничный	21	3	1	19	94	177
	Мясо свиное 4г	4		4		37	401,02
	Сыр порционный	7	5	6		72	27
Итого за Завтрак			19	23	72	568	
Завтрак2							
	Сок натуральный яблоко	183	1		20	87	353
Итого за Завтрак2			1		20	87	
Обед							
	Салат из свежих огурцов	60					23
	Щи из свежей капусты на м/б со сметаной	200	2	2	11	67	121
	Фрикадельки мясные в молочном соусе	70/38	15	5	3	119	133
	Рис отварной	100	3	5	30	176	258
	Кисель из свежих фруктов	200	1		23	95	118,02
	Хлеб ржаной	41	2		18	84	421
	Хлеб пшеничный	21	3	1	19	94	177
Итого за Обед			26	13	104	635	
Полдник упл.							
	Котлеты рыбные любительские	70	9	3	8	94	86
	Овощи тушеные	106	3		19	89	142
	Хлеб пшеничный	21	3	1	19	94	177
	Гребешок из дрожжевого теста	80	10	8	43	283	318
	Чай	200	3	3	4	54	157
Итого за Полдник уплотненный			28	15	93	614	
Итого за день			74	51	289	1904	

Основное меню (лист 8)

Рацион: 3-7 лет Летнее

День: среда

Неделя: 2

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возрастная категория 3-7 лет Летнее

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Омлет	100	9	8	3	120	112
	Салат из моркови сладкий	70	1		7	32	144
	Кофейный напиток злаковый, на молоке	200	3	3	19	119	305
	Хлеб пшеничный	21	3	1	19	94	177
	Масло сливочное 4г	4		4		37	401,02
	Сыр порционный	7	5	6		72	27
Итого за Завтрак			21	22	48	474	
Завтрак2	Кисломолочный напиток (йогурт)	160	3	3	4	51	119
			3	3	4	51	
Итого за Завтрак2							
Обед	Салат картофельный с соевым огурцом и зеленым горошком	60	1	4	6	59	298
	Суп-лапша домашняя на курином бульоне	200	6	2	25	142	146
	Мясной шницель запеченый	70	8	13	7	174	147
	Капуста тушеная с зеленым горошком	170	2	2	9	66	148
	Компот из плодов сухих	200			21	82	311,05
	Хлеб пшеничный	21	3	1	19	94	177
	Хлеб ржаной	41	2		18	84	421
			22	22	105	701	
Итого за Обед							
Полдник упл	Оладьи из творога с повидлом	145/30	13	8	59	360	149
	Сок натуральный яблоко	183	1		20	87	353
	Хлеб пшеничный	21	3	1	19	94	177
			17	9	98	541	
Итого за Полдник уплотненный							
Итого за день			63	56	255	1767	

Основное меню (лист 9)

Рацион: 3-7 лет Летнее

День: четверг

Неделя: 2

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Возрастная категория 3-7 лет Летнее

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	200	7	5	32	203	70
	Кофейный напиток злаковый, на молоке	200	3	3	19	119	305
	Хлеб пшеничный	21	3	1	19	94	177
	Масло сливочное 5г.	5	2	4	10	79	195
	Итого за Завтрак		15	13	80	495	
Завтрак2	Яблоко	160		8	6	102	277
	Итого за Завтрак2			8	6	102	
Обед	Салат из капусты и яблок	60	1	5	4	70	348
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	9	12	11	186	293
	Оладьи из печени в молочном соусе	100/31	24	6	13	199	349
	Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом	120	2	3	18	114	254
	Кисель из сухофруктов	200			18	71	347
	Хлеб ржаной	41	2		18	84	421
	Хлеб пшеничный	21	3	1	19	94	177
	Итого за Обед		41	27	101	818	
Полдник упл.	Макаронные изделия отварные с сыром	49					354
	Батон с повидлом	46	4	1	28	133	190
	Чай с молоком с сахаром	180	1	1	11	64	302
	Вода питьевая	150					141
	Итого за Полдник уплотнённый		5	2	39	197	
Итого за день			61	50	226	1612	

Основное меню (лист 10)

Рацион: 3-7 лет Летнее

День: пятница

Сезон: 01.01-12.31 (Все)

Неделя: 2

Возрастная категория 3-7 лет Летнее

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая	200	6	10	22	202	340
	Какао	200	3	3	14	94	88
	Хлеб пшеничный	21	3	1	19	94	177
	Масло сливочное 4г.	4		4		37	401,02
	Сыр порционный	7	5	6		72	27
	Итого за Завтрак		17	24	55	499	
Завтрак2	Сок натуральный яблоко	183	1		20	87	353
	Зефир	20					411
	Итого за Завтрак2		1		20	87	
Обед	Салат из тушеной капусты белокочанной с растительным маслом	60	1	6	6	83	10
	Суп "Крестьянский" на мясном бульоне	200	3		14	73	2
	Гуляш из мяса отварного	70	11	6	3	97	211
	Каша гречневая рассыпчатая	130	5	1	23	123	266
	Компот из яблок	200			22	92	197
	Хлеб ржаной	41	2		18	84	421
	Хлеб пшеничный	21	3	1	19	94	177
	Итого за Обед		25	14	105	646	
Полдник упр.	Рыба и овощи запеченные	184	12	1	11	99	350
	Яйцо отварное	40	13	12	1	155	199
	Булочка с изюмом	70	5	1	37	179	7
	Чай сладкий	200					134
	Хлеб пшеничный	21	3	1	19	94	177
	Итого за Полдник упрощенный		33	15	68	527	
Итого за день			76	53	248	1759	

Итого за период	678	600	2568	18099	
Среднее значение за период	67,8	60	256,8	1809,9	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	15	29	56		

Утвердил



заведующий М.А.ДОУ
Детский сад № 1
Мархабчук