

УПРАВЛЕНИЕ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ГОРОДСКОГО ОКРУГА «СЫКТЫВКАР»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД № 98 КОМПЕНСИРУЮЩЕГО ВИДА»
г.Сыктывкара

П Р И К А З

от 20 декабря 2021 года

№292

Об организации питания в 2022 году

В соответствии Устава, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утвержденными постановлением главного санитарного врача от 27.10.2020 №32, СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных Постановлением Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 №28, с целью организации сбалансированного и рационального питания детей для формирования здорового образа жизни, охраны и укрепления здоровья, обеспечения социальных гарантий воспитанников, выполнения норм и калорийности, а также осуществления контроля по организации питания в Учреждении

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить положение об организации питания.
2. Утвердить десятидневное примерное меню. (Приложение №1).
3. Утвердить график получения пищи. (Приложение №2)
4. Возложить обязанности за составление меню на шеф-повара Шарыпову Н.С.
 5. Организовать с 10.01.2022г. пятиразовое питание (завтрак, 2завтрак, обед, полдник, ужин) детей учреждения в соответствии с циклическим двухнедельным меню приготавливаемых блюд.
 6. Шеф – повару Шарыповой Н.С.:
 - 4.1. Осуществлять контроль соблюдения технологии приготовления блюд, нормы выдачи блюд.
 - 4.2. Вести табель учета питания сотрудников.
 - 4.3. Своевременно обновлять технологические карты блюд.
 - 4.4. Вести журнал бракеража готовой кулинарной продукции.
 - 4.5. Вести журнал учета температурного режима в холодильном оборудовании пищеблока, регистрации и контроля ультрафиолетовой бактерицидной установки.
 - 4.6. Вести журнал проведения генеральных уборок на пищеблоке.
 - 4.7. Вести журнал контроля санитарного состояния пищеблока.
 - 4.8. Вести журнал учета разведения дезинфекционных средств.
 - 4.9. Проводить анализ питания, выполнения натуральных норм ежемесячно, своевременно проводить корректировку по нормам питания.

6.Возложить ответственность за качественную организацию питания детей (приготовления пищи) на поваров Угловскую Т.Н., Конакову Е.А.

7.Поварам Угловской Т.Н., Конаковой Е.А. соблюдать:

- нормы закладки продуктов;
- график выдачи готовых блюд;
- технологии приготовления пищи в соответствии с технологическими картами;
- за содержанием пищеблока, оборудованием, хранением продуктов в соответствии с санитарными требованиями;
- требования ежедневного отбора и хранения суточной пробы готовой продукции согласно инструкции;
- наличие на пищеблоке картотеки технологических карт в соответствии с меню.

8.Подсобному рабочему Миладиновой Л.М. строго соблюдать санитарно гигиенические требования при обработке посуды, инвентаря, проведения ежедневных, генеральных уборок в помещении пищеблока.

9.Возложить персональную ответственность за качество организации питания детей в группах в соответствии с графиком питания на воспитателей и младших воспитателей.

10.Кладовщику Червякой Г.М.:

- своевременно вносить изменения и дополнения в договора на поставку продуктов питания;
- своевременно проводить закупки продуктов питания на портале «Закупки малого объема»;
- следить за качеством привозимой продукции;
- вести журналы согласно перечня регистрационной учетной документации;

11.Младшим воспитателям:

- соблюдать графики получения готовых блюд на пищеблоке;
- раздачу пищи производить только в отсутствии детей за столами;
- соблюдать температурный режим раздаваемый детям пищи;
- не оставлять детей во время приема пищи без присмотра взрослых;
- получать пищу в специально промаркированные емкости;
- при приеме пищи использовать отдельную посуду;
- соблюдать питьевой режим в группах (кипяченая вода меняется через каждые три часа);
- надевать специальную одежду для получения и раздачи пищи (надевать перчатки в период карантина);
- пищевые отходы складывать в специально промаркированную емкость с крышкой;
- проводить санитарную обработку столов до и после приема пищи;
- помогать принимать пищу детям с ОВЗ, у которых не сформирован навык приема пищи.

12.Воспитателям групп:

- соблюдать гигиену рук перед каждым приемом пищи детей;
- помогать принимать пищу воспитанникам с ОВЗ, у которых не сформирован навык приема пищи;
- не оставлять детей во время приема пищи без присмотра взрослых;
- предоставлять возможность детям принимать пищу в своем темпе;

- соблюдать режим приема пищи;
- ежедневно вывешивать меню в приемном помещении группы;
- вести работу с детьми и родителями по пропаганде здорового питания;
- перед началом рабочего дня получать кипяченую воду для детей на пищеблоке.

13. Старшему воспитателю Большаковой С.Е.:

- осуществлять контроль за качеством организации питания детей и созданием условий приема пищи детей в группах;
- осуществлять контроль правильной сервировки стола;
- контроль формирования у воспитанников навыков культуры приема пищи, этики приема пищи.

14. Заместителю заведующего по АХЧ Шавериной Ю.Н.:

- своевременно создавать материально технические условия для качественной организации питания детей;
- систематически осуществлять проверку сохранности состояния пищеблока и оборудования, а также его использования работниками пищеблока по назначению;
- организовать контроль за выполнением должностных обязанностей работниками пищеблока.

15. Осуществлять прием пищи работникам учреждения не работающим в группах в методическом кабинете, согласно графика работы и отдыха.

16. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

Заведующий -

Т.А.Тимкина

С приказом ознакомлены:

Шаверина Ю.Н.
Большакова С.Е.
Шарыпова Н.С.
Червякова Г.М.
Угловская Т.Н.
Конакова Е.А.
Миладинова Л.М.

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

День: Понедельник

Неделя: Первая

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Вит. «С»	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
Завтрак	Каша манная жидкая	200	6	7	31	209,2	1	227
	Кофейный напиток с молоком	200	3	3	14	88	1	465
	Батон с маслом	40/6	3	5	19	130		71,0 2
		446	12	15	64	427,2	2	
Энергетическая ценность – 427,2ккал. (23,4%)								
II Завтрак	Сок	100	1		11	48	2	501
Обед	Винегрет	60	1	2	4	37	4	47
	Щи со свежей капусты и картофеля	200	7	7	5	114	10	104\9
	Печень по - Строгановски	100	16	14	5,9	215	9,8	356
	Греча	130	4,9	4,9	8,5	150,4	-	202
	Хлеб ржаной	50	2		24	115	-	
	Компот из сухофруктов	180	0,5		18	75,6	0,2	495
	720	29,4	27,9	65,4	664	24		
Энергетическая ценность – 664 ккал. (36,4%)								
полдник	Молоко кипяченое	200	6	5	9	107		469
	блинчики	50	3,8	6,6	15,3	135	0,3	135,02
	яблоко	100			10	44	7	82
		350	9,8	11,6	34,3	286	7,3	
Энергетическая ценность – 286 ккал (15,7 %)								
Ужин	Котлета рыбная	80	9,8	1,4	12,5	103,4		307
	Рагу овощное с маслом	130	2	8	6	110	2	178,02
	Хлеб пшеничный	40	3	1	19	100		420
	Чай сладкий	200			9	38		457

		450	14,8	10,4	46,5	351,4	2	
Энергетическая ценность – 351,4 ккал (19,3 %)								
Итого за первый день			69	64,9	221,2	1819,6	37,3	

день: Вторник

Неделя: Первая

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Вит. «С»	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
Завтрак	Каша геркулесовая	200	6	8	26	202	2	232
	Какао с молоком	200	3	3	14	94	1	462
	Батон с маслом	40/6	3	5	19	130		71,0 2
		446	12	16	59	426	3	
Энергетическая ценность – 426 ккал (23 %)								
II Завтрак	Сок	100	1		11	48	2	501
Обед	Салат из моркови с зеленым горошком	60	1	4	3	52	1	25
	Борщ со свежей капустой и картофелем	200	1	4	1	61	6	95/9
	Азу	200	16	19	17	301	4,4	325
	Хлеб ржаной	50	2		25	115	-	
	Компот из изюма	200			18	72	0,1	494
			690	20	27	64	601	11,5
Энергетическая ценность – 601 ккал (32,5 %)								
Полдник	Кефир	200	6	5	8	101	1	470
	Сдоба	50	4	1	24	124	-	545
	Яблоко	100			10	44	7	82
		350	10	6	42	269	8	
Энергетическая ценность – 269 ккал (14,5%)								
Ужин	Запеканка из творога	150	32	9	25	310	1	279
	Соус молочный	60	2	3,7	3,8	56,6	0,4	403
	Хлеб пшеничный	40	3		20	100		420

	Чай	200			9	38		457
		450	37	12,7	57,8	504,6	1,4	
Энергетическая ценность – 504,6 ккал (27,2 %)								
Итого за второй день			80	61,7	233,8	1848,6	25,9	

День: Среда

Неделя: Первая

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Вит. «С»	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
Завтрак	Каша пшеничная	200	5	6	26	181	1	230
	Кофейный напиток со сгущенным молоком	200	3	3	19	115		466
	Батон с маслом	40\6	3	6	21	146		71,02
		446	11	15	66	431	1	

Энергетическая ценность – 431 ккал (24%)

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Вит. «С»	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
II Завтрак	Сок	100	1		11	48	2	501
Обед	Салат квашеной капусты с луком	60	0,1	4	5	56	11	9
	Суп крестьянский с крупой	200	2	4	8	277	6	119,01
	котлета рыбная	75	9	1	12	97		307
	картофельное пюре	130	3	5	8	88	3	377,02
	Хлеб ржаной	50	4	1	24	115	-	
	Компот из сухофруктов	180	0,5		18,1	75,6	0,2	495
		695	18,6	15	67,1	700	20,2	

Энергетическая ценность – 700 ккал (37,4 %)

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Вит. «С»	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
Полдник	Молоко кипяченое	200	6	5	9	107	1	469
	Печенье	30	2	3	23	122		32
	Яблоко	100			10	44	7	82
		330	8	8	42	273	8	

Энергетическая ценность – 273 ккал (14,6 %)

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Вит. «С»	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
Ужин	салат из свеклы	100	1	6	8	91	8	26,02
	Омлет с кашей(рис)	100	8	8	8	141,6	0,1	270
	Хлеб пшеничный	50	4		26	125		420

	чай с сахаром	200	-	-	9	38		457
		450	13	14	51	395,6	8,1	
Энергетическая ценность – 395,6 ккал (21,1 %)								
Итого за третий день			51,6	52	245,1	1867,2	39,3	

День: Четверг

Неделя: Первая

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Вит. «С»	№ рецептуры	
			белки	жиры	углеводы				
Завтрак	Каша гречневая	200	6	7	21	169	1	213	
	Кофейный напиток с молоком	200	3	3	14	88	1	465	
	Батон сыр порционный	40/10	5	4	21	42		27	
		450	14	14	56	299	2		
Энергетическая ценность – 299 ккал (16,1 %)									
II Завтрак	Сок	100	1		11	48	2	501	
	Обед	Салат из свеклы и яблок	50	1	4	7	63	3	28
		Суп картофельный с рыбой	200	19	4	8	115	6	120,91
		Плов из отварной говядины	200	14	15	34	326		330
		Хлеб ржаной	50	4	1	24	115		
		Компот из яблок	180			11	41	1	486
	680	38	24	84	660	10			
Энергетическая ценность – 660 ккал (36,7 %)									
Полдник	Кефир	200	6	5	8	101	1	470	
	Печенье	50	2	3	23	203	7	32	
	Яблоко	100			10	44	1	82	
		350	8	8	41	348	9	82	
Энергетическая ценность – 348 ккал (18,8 %)									
Ужин	Сырники из творога	150	30	8	32	316		286	
	Соус яблочный	60			9	39		438	
	Хлеб пшеничный	40	3		20	100		420	
	Чай	200			9	38		457	
	450	33	8	70	493				
Энергетическая ценность 493 (26,6%)									

Итого за четвертый день	94	54	262	1848	23	
-------------------------	----	----	-----	------	----	--

День: Пятница

Неделя: Первая

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Вит. «С»	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
Завтрак	Каша рисовая	200	6	7	33	215	2	234
	Какао с молоком	200	3	3	14	94	1	462
	Батон с маслом	40/6	3	5	19	130		71,02
		446	12	15	66	439	3	
Энергетическая ценность – 439 ккал (25,4%)								
II Завтра	Сок	100			11	48	2	501
Обед	салат картофельный с зеленым горошком	50	1	3,1	4,1	49	4,4	42
	Рассольник ленинградский на курином бульоне	200	2	4	11	86	6	100,01
	Пудинг из говядины	75	16	13	1	181		342,01
	капуста тушеная	130	3	4	10	94	18	380,01
	Хлеб ржаной	50	4	1	24	115		
	Компот из сухофруктов	180	1		20	84		495
		685	27	25,1	70,1	609	28,4	
Энергетическая ценность – 609 ккал (32,3 %)								
Полдник	Кисель молочный	200	4	4	31	175	-	384
	печенье	30	2	3	23	122	-	32,01
	яблоко	100			10	44	7	82
	330	6	7	64	341	7		
Энергетическая ценность – 341 ккал (18,1%)								
Ужин	Макароны с сыром	179\21	12	10	36	283		259,02

	Хлеб пшеничный	50	4		26	125		420
	Чай	200			9	38		457
		450	16	10	71	446		
Энергетическая ценность – 446 ккал (23,6 %)								
Итого за пятый день			61	57,1	282,1	1883	40,4	

день: Понедельник

Неделя: Вторая

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Вит. «С»	№ рецептуры	
			белки	жиры	углеводы				
Завтрак	Каша пшенная	200	6	7	29	200	1	233	
	Кофейный напиток с молоком	200	3	3	14	88	1	465	
	Батон с маслом	40/6	3	5	19	130		71,0 2	
		446	12	15	62	418	2		
Энергетическая ценность – 418 ккал (22,8%)									
II	Завтрак	Сок	100	1		11	48	7	82
Обед		Винегрет	60	1	2	4	37	4	47
		Суп картофельный с бобовыми(мясо-костный бульон)	200	2	3	9	67	6	114, 01
		Запеканка картофельная с мясом	200	22	16	18	301	12	334
		Соус томатный	50	1	2	2	26	1	419
		Хлеб ржаной	50	4	1	24	115		
		Компот из свежих яблок	200			11	46	1	486
		560	30	24	68	592	24		
Энергетическая ценность – 592 ккал (32,4 %)									
Полдник		Молоко кипяченое	200	6	5	9	107		469
		Печенье	50	2	3	23	122		32
		Яблоко	100			10	44	7	82
		250	8	8	42	273	7		
Энергетическая ценность – 273 ккал (14,9 %)									
Ужин		Запеканка из творога	150	32	9	25	310	1	279
		Соус молочный	60	1,5	2,8	5,3	53,5		403

	Хлеб пшеничный	40	3		20	100		420
	Чай сладкий	200			9	38		457
		450	36,5	11,8	59,3	501,5	1	
Энергетическая ценность – 501,5 ккал (27,4 %)								
Итого за первый день			87,5	58,8	242,3	1826	41	

День Вторник

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Вит. «С»	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
Завтрак	Каша пшеничная	200	5	6	26	181	1	230
	Какао с молоком	200	3	3	14	94	1	462
	Батон сыр порционно	40/10	5	4	21	142		27
		450	13	13	61	417	2	

Энергетическая ценность – 417 ккал (22,8%)

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Вит. «С»	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
II Завтра	Сок	100	1		11	48	2	501
Обед	Салат из свеклы	60	1	4	5	55	5	26
	Суп картофельный с фрикадельками	200	7	7	12	136	8	124,9
	Котлета рыбная	75	9	1	12	97		307
	Соус молочный	50	2	4	3	59		402
	Рис припущенный	130	3	5	25	153		386
	Хлеб ржаной	50	4	1	24	115		
	Компот из сухофруктов	200	1		20	84		495
		765	27	22	101	699	13	

Энергетическая ценность – 699 ккал (38,2 %)

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Вит. «С»	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
Полдник	Кефир	180	6	5	8	101	1	470
	Шанежка наливная	70	5	5	29	182		538,02
	Яблоко	100			10	44	7	82
		350	11	10	47	327	8	

Энергетическая ценность – 327 ккал (17%)

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Вит. «С»	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
Ужин	Омлет натуральный	80	7	8	2	105		268
	Капуста тушеная	130	3	4	10	94	18	380,01
	Хлеб пшеничный	40	3		20	100		
	Чай сладкий	200			9	38		457

		450	13	12	41	337	18	
Энергетическая ценность – 337 ккал (18,4 %)								
Итого за второй день			65	57	261	1828	45	

день: среда

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7 лет

	Наименование блюд	Выход блюд (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Вит. «С»	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
Прием пищи	Каша гречневая	200	6	7	21	169	1	213
	Кофейный напиток с молоком	200	3	3	14	88	1	465
	Батон с маслом	40/6	3	5	20	140		69
		446	13	15	55	397	2	
Энергетическая ценность – 397 ккал (21,2%)								
П. Завт	Сок	100	1		11	48	2	501
Обед	Салат морковный с зеленым горошком	60	1	4	3	52	1	25
	Свекольник мясо косный бульон	200	7	8	10	133	7	98,9
	Котлета из говядины	80	14	12	12	205	1	339
	Картофельное пюре	130	3	5	8	88	3	377,02
	Хлеб ржаной	50	4	1	24	115		
	компот из сухофруктов	180	1		20	84		495
		685	30	30	77	677	12	
Энергетическая ценность – 677 ккал (36,2%)								
Полдник	Молоко кипяченое	200	6	5	9	107	1	469
	Печенье	50	2	3	23	122		32
	Яблоко	100			10	44	7	82
		350	8	8	42	273	8	
Энергетическая ценность – 273 ккал (14%)								
Ужин	Суп молочный с вермишелью	200	6	5	19	144	1	140
	Гренка с сыром	50	11	9	41	292		144
	Чай сладкий	200			9	38		457

		450	17	14	69	474	1	
Энергетическая ценность – 474 ккал (25%)								
Итого за третий день			68	67	254	1869	25	

День: четверг

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Вит. «С»	№ рецептуры	
			белки	жиры	углеводы				
Завтрак	Каша манная	200	6	7	31	209	1	227	
	Какао с молоком	200	3	3	14	94	1	462	
	Батон с маслом	40/6	3	5	19	130		71,2	
		446	12	15	64	433	2		
Энергетическая ценность – 433 ккал (24%)									
II	Завтр	Сок	100	1		11	48	2	501
Обед		Салат квашеной капусты с растительным мас.	60	1	4	5	56	11	9
		Суп картофельный с рыбой	200	19	4	8	115	6	120,91
		Печень по Срогановски	100	16	14	5,9	215	9,8	356
		Макаронны отварные	130	8	7	23	184		256,01
		Хлеб ржаной	50	4	1	24	115		
		Компот из сухофруктов	180	1		20	84		495
		720	49	26	85,9	769	28,8		
Энергетическая ценность – 769 ккал (41,6 %)									
Полдник		Молоко кипяченое	200	6	5	9	107	1	469
		Сдоба	50	4	1	24	124		545
			250	10	6	33	231	1	
Энергетическая ценность – 275 ккал (15 %)									
Ужин		Салат из моркови с зеленым горошком	100	1	4	3	52	1	25
		Омлет натуральный	100	9	10	2	131		268,01

	Хлеб пшеничный	50	3		20	100		420
	Чай сладкий	200			9	38		457
		450	13	14	34	321	1	
Энергетическая ценность – 321 ккал (17,3%)								
Итого за четвертый день			85	61	227,9	1846	34,8	

день: пятница

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Вит. «С»	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
Завтрак	Каша овсяная геркулесовая	200	6	8	26	202	2	232
	Кофейный напиток с молоком	200	3	3	14	88	1	465
	Хлеб пшеничный с маслом	40/6	3	5	19	130		71,02
		246	12	16	59	420	3	

Энергетическая ценность – 420 ккал (22,5%)

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Вит. «С»	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
II Завтра	Сок	100	1		11	48	2	501
Обед	Салат картофельный с зеленым горошком	60	1	4	5	59	5	42
	Суп картофельный с клецками на курином бульоне	200	8	7	14	148	4	37,88
	Котлета из курицы	75	12	7	7	137	1	372,01
	Капуста тушеная	130	3	4	10	94	18	380,01
	Хлеб ржаной	50	4	1	24	115		
	Компот из сухофруктов	200	1		20	84	0,2	495
		715	29	23	80	637	28,2	

Энергетическая ценность – 637 ккал (34,1 %)

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Вит. «С»	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
Полдник	Кефир	200	6	5	8	101		470
	Печенье	30	2	3	23	122		32
	Яблоко	100			10	44	7	82
		330	8	8	41	267	7	

Энергетическая ценность – 267 ккал (14,3 %)

Прием пищи	Наименование блюд	Выход блюд (гр)	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Вит. «С»	№ рецептуры
Ужин	Сырники из творога	150	30	8	32	316		286

	Соус яблочный	60			9,5	38,7	0,3	438
	Хлеб пшеничный	40	3		20	100		420
	Чай сладкий	200			9	38		457
		450	33	8	70,5	492,7	0,3	
Энергетическая ценность – 492,7 ккал (26,4 %)								
Итого за пятый день			83	55	261,5	1864,7	40,5	

	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
	белки	жиры	углеводы	
Итого за весь период	744,1	588,5	2490,9	18500
Среднее значение за период	74,41	58,85	249,09	1850
% от калорийности				

1. Сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений.

Пермская государственная медицинская академия Уральский региональный Центр питания. Пермь, 2018г.

2. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. Сборник технологических нормативов. Ред. А.Я.Перевалов и Н.В. Тапешкина Пермь 2018-404с.

Примечание: Пища готовится с йодированной солью. Салаты из сырых овощей готовятся до 1 марта текущего года.

График получения пищи

№ группы	8	7	10	1	11	5	2	9	6	4	3
завтрак	7.55	7.58	08.01	08.04	08.07	08.10	08.13	08.16	08.19	08.22	08.25
2 завтрак	09.50	09.51	09.52	09.53	09.54	09.55	09.56	09.57	09.58	09.59	10.00
Обед	11.30	11.35	11.40	11.45	11.50	11.55	12.00	12.05	12.10	12.15	12.20
полдник	14.45	14.47	14.49	15.00	15.02	15.04	15.06	15.08	15.10	15.12	15.14
ужин	17.30	17.32	17.34	17.36	17.38	17.40	17.42	17.44	17.46	17.48	17.50