

СОГЛАСОВАНО

Заведующий

*М.С. Мухоморова*

« 03 »

2021 г

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ «Центр социального питания»

Я.Н. Фадеев

2021 г

*Я.Н. Фадеев*

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 8 месяцев до 12 месяцев

Время пребывания детей: 11-12 часов

Кратность приема пищи: 5-тиразовое

1 день

№ ТТК	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн. Ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак</b>						
10	Каша рисовая с молоком и маслом сливочным (протертая)	180/2	4,7	4,3	25,2	159,4
ТК 411	Хлеб пшеничный	10	0,9	0,4	7,4	32,5
	Итого:	192	5,6	4,7	32,6	191,9
<b>Второй завтрак</b>						
ТК 420	Творог детский специализированный ДМК	50	4	5	1,9	64,5
<b>Обед</b>						
23	1 Суп каргофельный с крупой (протертый)	130	1,4	2,23	10,5	68,15
3	2 Пюре из говядины с протертыми овощами	130	8,5	4,9	8,7	115,1
	Итого:	260	9,9	7,13	19,2	183,25
<b>Полдник</b>						
ТК 420	1 Кисломолочный напиток (кефир) ДМК	100	2,8	3,2	4,5	58
	Итого:	100	2,8	3,2	4,5	58
<b>Ужин</b>						
6	1 Пюре из моркови с яблоком	80	0,72	0,24	9,4	46,5
ТК 413	2 Кондитерское изделие (печенье)	5	0,37	0,5	3,7	20,8
	Итого:	85	1,09	0,74	13,1	67,3
	Итого за день:	687	23,39	20,77	71,3	564,95

2 день

№ ТТК	Наименование блюда	Вес блюда 8-12 мес	Пищевые вещества			Эн. Ценность 8-12 мес
			Белки 8-12 мес	Жиры 8-12 мес	Углеводы 8-12 мес	
<b>Завтрак</b>						
11	Каша ячневая с молоком и маслом сливочным (протертая)	180/2	6,2	4,3	27,8	176,2
ТК 411	Хлеб пшеничный	10	0,9	0,4	7,4	32,5
	Итого:	192	7,1	4,7	35,2	208,7
<b>Второй завтрак</b>						
22	Пюре фруктовое (Яблоко)	80	0,36	0,36	8,8	39,6
<b>Обед</b>						
24	Суп овощной (протертый)	130	0,78	2	4,2	41,34
4	Пюре из индейки с картофелем	130	8,88	6,2	14,6	151,2
	Итого:	260	9,66	8,2	18,8	192,54
<b>Полдник</b>						
ТК 420	Кисломолочный напиток (йогурт) ДМК	100	3,2	3,2	4,5	60
	Итого:	100	3,2	3,2	4,5	60
<b>Ужин</b>						
18	Каша пшеничная с молоком и маслом сливочным (протертая)	80	2,6	1,8	11,4	73,6
ТК 413	Кондитерское изделие (печенье)	5	0,37	0,5	3,7	20,8
	Итого:	155	2,97	2,3	15,1	94,4
	Итого за день:	787	23,29	18,76	82,4	595,24

№ ТТК	Наименование блюда	Вес блюда 8-12 мес	Пищевые вещества			Эн. Ценность 8-12 мес
			Белки 8-12 мес	Жиры 8-12 мес	Углеводы 8-12 мес	
<b>Завтрак</b>						
12	Каша пшеничная с молоком и маслом сливочным (протертая)	180/2	5,13	4,39	20	141
ТК 411	Хлеб пшеничный	10	0,9	0,4	7,4	32,5
	Итого:	192	6,03	4,79	27,4	173,5
<b>Второй завтрак</b>						
ТК 420	Творог детский специализированный ДМК	50	4	5	1,9	64,5
<b>Обед</b>						
23	Суп картофельный с крупой (протертый)	130	1,4	2,23	10,5	68,15
5	Пюре рыбное с протертыми овощами	130	13,6	0,9	15	124,8
	Итого:	260	15	3,13	25,5	192,95
<b>Полдник</b>						
ТК 420	Кисломолочный напиток (кефир) ДМК	100	2,8	3,2	4,5	58
	Итого:	100	2,8	3,2	4,5	58
<b>Ужин</b>						
8	Пюре из овощей	80	1,36	1,58	7,8	51,8
ТК 413	Кондитерское изделие (печенье)	5	0,37	0,5	3,7	20,8
	Итого:	85	1,73	2,08	11,5	72,6
	Итого за день:	687	29,56	18,2	70,8	561,55

4 день

№ ТТК	Наименование блюда	Вес блюда 8-12 мес	Пищевые вещества			Эн. Ценность 8-12 мес
			Белки 8-12 мес	Жиры 8-12 мес	Углеводы 8-12 мес	
<b>Завтрак</b>						
13	1 Каша геркулесовая с молоком и маслом сливочным (протертая)	180/2	4,9	5,11	15,8	130
ТК 411	2 Хлеб пшеничный	10	0,9	0,4	7,4	32,5
	Итого:	192	5,8	5,51	23,2	162,5
<b>Второй завтрак</b>						
22	1 Пюре фруктовое (Груша)	80	0,35	0,27	9,2	42
<b>Обед</b>						
24	1 Суп овощной (протертый)	130	0,78	2	4,2	41,34
4	2 Пюре из индейки с картофелем	130	8,88	6,2	14,6	151,2
	Итого:	260	9,66	8,2	18,8	192,54
<b>Полдник</b>						
ТК 420	1 Кисломолочный напиток (Йогурт) ДМК	100	3,2	3,2	4,5	60
	Итого:	100	3,2	3,2	4,5	60
<b>Ужин</b>						
19	1 Каша гречневая с молоком и маслом сливочным (протертая)	80	3,5	2,2	13	87,5
ТК 413	2 Кондитерское изделие (печенье)	5	0,37	0,5	3,7	20,8
	Итого:	85	3,87	2,7	16,7	108,3
	Итого за день:	717	22,88	19,88	72,4	565,34

5 день

№ ТТК	Наименование блюда	Вес блюда 8-12 мес	Пищевые вещества			Эн. Ценность 8-12 мес
			Белки 8-12 мес	Жиры 8-12 мес	Углеводы 8-12 мес	
<b>Завтрак</b>						
14	Каша пшеничная с молоком и маслом сливочным (протертая)	180/2	6	4,038	25,6	165,4
ТК 411	Хлеб пшеничный	10	0,9	0,4	7,4	32,5
	Итого:	192	6,9	4,438	33	197,9
<b>Второй завтрак</b>						
ТК 420	Творог детский специализированный ДМК	50	4	5	1,9	64,5
<b>Обед</b>						
23	Суп картофельный с крулой (протертый)	130	1,4	2,23	10,5	68,15
3	Пюре из говядины с протертыми овощами	130	8,5	4,9	8,7	115,1
	Итого:	260	9,9	7,13	19,2	183,25
<b>Полдник</b>						
ТК 420	Кисломолочный напиток (кефир) ДМК	100	2,8	3,2	4,5	58
	Итого:	100	2,8	3,2	4,5	58
<b>Ужин</b>						
9	Пюре морковное	80	0,97	0,075	4,8	24,7
ТК 413	Кондитерское изделие (печенье)	5	0,37	0,5	3,7	20,8
	Итого:	85	1,34	0,575	8,5	45,5
	Итого за день:	687	24,94	20,343	67,1	549,15

*Р.В.*

6 день

№ ТТК	Наименование блюда	Вес блюда 8-12 мес	Пищевые вещества			Эн. Ценность 8-12 мес
			Белки 8-12 мес	Жиры 8-12 мес	Углеводы 8-12 мес	
<b>Завтрак</b>						
15	Каша гречневая с молоком и маслом сливочным (протертая)	180/2	8	5	29,2	196,7
ТК 411	Хлеб пшеничный	10	0,9	0,4	7,4	32,5
	Итого:	192	8,9	5,4	36,6	229,2
<b>Второй завтрак</b>						
22	Пюре фруктовое (Яблоко)	80	0,36	0,36	8,8	39,6
<b>Обед</b>						
24	1 Суп овощной (протертый)	130	0,78	2	4,2	41,34
4	2 Пюре из индейки с картофелем	130	8,88	6,2	14,6	151,2
	Итого:	260	9,66	8,2	18,8	192,54
<b>Полдник</b>						
ТК 420	1 Кисломолочный напиток (йогурт) ДМК	100	3,2	3,2	4,5	60
	Итого:	100	3,2	3,2	4,5	60
<b>Ужин</b>						
20	1 Каша пшеничная с молоком и маслом сливочным (протертая)	80	2,2	1,9	8,9	62,7
ТК 413	2 Кондитерское изделие (печенье)	5	0,37	0,5	3,7	20,8
	Итого:	85	2,57	2,4	12,6	83,5
	Итого за день:	717	24,69	19,56	81,3	604,84

8 день

№ ТТК	Наименование блюда	Вес блюда 8-12 мес	Пищевые вещества			Эн. Ценность 8-12 мес
			Белки 8-12 мес	Жиры 8-12 мес	Углеводы 8-12 мес	
			8-12 мес	8-12 мес	8-12 мес	
<b>Завтрак</b>						
11	Каша ячневая с молоком и маслом сливочным (протертая)	180/2	6,2	4,3	27,8	176,2
ТК 411	Хлеб пшеничный	10	0,9	0,4	7,4	32,5
	Итого:	192	7,1	4,7	35,2	208,7
<b>Второй завтрак</b>						
22	1 Пюре фруктовое (Груша)	80	0,35	0,27	9,2	42
<b>Обед</b>						
24	1 Суп овощной (протертый)	130	0,78	2	4,2	41,34
5	2 Пюре рыбное с протертыми овощами	130	13,6	0,9	15	124,8
	Итого:	260	14,38	2,9	19,2	166,14
<b>Полдник</b>						
ТК 420	1 Кисломолочный напиток (йогурт) ДМК	100	3,2	3,2	4,5	60
	Итого:	100	3,2	3,2	4,5	60
<b>Ужин</b>						
21	1 Каша рисовая с молоком и маслом сливочным (протертая)	80	2	1,9	11,2	71
ТК 413	2 Кондитерское изделие (печенье)	5	0,37	0,5	3,7	20,8
	Итого:	85	2,37	2,4	14,9	91,8
	Итого за день:	717	27,4	13,47	83	568,64



9 день

№ ТТК	Наименование блюда	Вес блюда 8-12 мес	Пищевые вещества			Эн. Ценность 8-12 мес
			Белки 8-12 мес	Жиры 8-12 мес	Углеводы 8-12 мес	
<b>Завтрак</b>						
13	Каша геркулесовая с молоком и маслом сливочным (протертая)	180/2	4,9	5,11	15,8	130
ТК 411	Хлеб пшеничный	10	0,9	0,4	7,4	32,5
	Итого:	192	5,8	5,51	23,2	162,5
<b>Второй завтрак</b>						
ТК 420	Творог детский специализированный ДМК	50	4	5	1,9	64,5
<b>Обед</b>						
23	Суп картофельный с крупой (протертый)	130	1,4	2,23	10,5	68,15
3	Пюре из говядины с протертыми овощами	130	8,5	4,9	8,7	115,1
	Итого:	260	9,9	7,13	19,2	183,25
<b>Полдник</b>						
ТК 420	Кисломолочный напиток (кефир) ДМК	100	2,8	3,2	4,5	58
	Итого:	100	2,8	3,2	4,5	58
<b>Ужин</b>						
8	Пюре из овощей	80	1,36	1,58	7,8	51,8
ТК 413	Кондитерское изделие (печенье)	5	0,37	0,5	3,7	20,8
	Итого:	85	1,73	2,08	11,5	72,6
	Итого за день:	687	24,23	22,92	60,3	540,85

*Р.Р.*

10 день

№ ТТК	Наименование блюда	Вес блюда 8-12 мес	Пищевые вещества			Эн. Ценность 8-12 мес
			Белки 8-12 мес	Жиры 8-12 мес	Углеводы 8-12 мес	
			Завтрак			
17	1 Каша манная с молоком и маслом сливочным (протертая)	180/2	4,56	4,15	17,2	126,2
ТК 411	2 Хлеб пшеничный	10	0,9	0,4	7,4	32,5
	Итого:	192	5,46	4,55	24,6	158,7
	<b>Второй завтрак</b>					
22	1 Пюре фруктовое (Яблоко)	80	0,36	0,36	8,8	39,6
	<b>Обед</b>					
24	1 Суп овощной (протертый)	130	0,78	2	4,2	41,34
4	2 Пюре из индейки с картофелем	130	8,88	6,2	14,6	151,2
	Итого:	260	9,66	8,2	18,8	192,54
	<b>Полдник</b>					
ТК 420	1 Кисломолочный напиток (йогурт) ДМК	100	3,2	3,2	4,5	60
	Итого:	100	3,2	3,2	4,5	60
	<b>Ужин</b>					
19	1 Каша гречневая с молоком и маслом сливочным (протертая)	80	3,5	2,2	13	87,5
ТК 413	2 Кондитерское изделие (печенье)	5	0,37	0,5	3,7	20,8
	Итого:	85	3,87	2,7	16,7	108,3
	Итого за день:	717	22,55	19,01	73,4	559,14