

СОГЛАСОВАНО

Руководитель  
Управления Роспотребнадзора  
по городу Москве

\_\_\_\_\_ Н.Н. Филатов  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2011 г.

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель  
Департамента образования  
города Москвы

\_\_\_\_\_ И.И. Калина  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2011 г.

**Рацион питания и цикличное 20-дневное меню для организации питания детей в возрастных группах 1,5-3, 3-7 и 7-11 лет в дошкольных образовательных организациях и учреждениях типа «начальная школа – детский сад» системы Департамента образования города Москвы в 2012 году**

Москва 2011

**Разработано:**

Некоммерческой организацией «Московским фондом содействия санитарно-эпидемиологическому благополучию населения» (В. И. Тобис, Е. В. Жукова, З. С. Кротова, В. Ю. Рясов), АНО «Научно-исследовательским информационно-аналитическим центром «Социальное питание» (А. В. Мосов, Н. М. Портнов, М. В. Михайлов), НИИ питания РАМН (В. А. Тутельян, И. Я. Конь), НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков НЦЗД РАМН (Ж. Ю. Горелова, В. Р. Кучма), при участии руководителей дошкольных образовательных учреждений города Москвы.

Требования к качеству сырья и пищевых продуктов разработаны при участии ВНИИ мясоперерабатывающей промышленности им. В. М. Горбатова РАСХН (А. С. Дадыкин, А. В. Устинова), ВНИИ рыбного хозяйства и океанографии (Л. С. Абрамова), ВНИИ птицеперерабатывающей промышленности РАСХН (И. Л. Стефанова), ВНИИ консервной и овощесушильной промышленности РАСХН (Э. С. Гореньков, Л. К. Пацюк, С. К. Тамкович), ВНИИ кондитерской промышленности РАСХН (Т. В. Савенкова), ГосНИИ хлебопекарной промышленности РАСХН (М. Н. Костюченко), ВНИИ молочной промышленности РАСХН (И. А. Макеева) и одобрены на заседании Секции по проблемам питания детей и подростков Научно-методического совета по санитарно-эпидемиологическим вопросам при Управлении Роспотребнадзора по городу Москве (протокол от 24.03.2011).

Технологические карты (рецептуры) блюд и кулинарных изделий разработаны при участии Московского государственного университета пищевых производств (Е. И. Титов, Л. Ф. Митасева) и инженеров-технологов московских предприятий, обеспечивающих питание обучающихся и воспитанников (Т. А. Ануфриева, И. Н. Орехова и др.).

**Одобрено** Городским советом заведующих дошкольных образовательных учреждений города Москвы.

**Содержание:**

1. Рацион питания (наборы продуктов на одного ребенка за цикл меню).
2. Циклические 20-ти дневные меню для организации питания детей в возрастных группах 1,5-3 лет и 3-7 лет в дошкольных образовательных организациях системы Департамента образования города Москвы.

## Раздел I. Рационы питания

Группа пищевых продуктов	Среднесуточное количество пищевых продуктов, г на одного питающегося		
	1,5-3 года	3-7 лет	7-11 лет
Молоко обогащенное с м.д.ж. 3,2%, г	312,71	353,7	389,89
Кисломолочные продукты с м.д.ж. 3,2%, г	172,5	175	215
Творог с м.д.ж. 9%, г	31,39	36,57	29,73
Сметана с м.д.ж. 15%, г нетто	7,72	10,79	10,61
Сыр сычужный твердый, г	3,06	7,54	7,48
Мясо (говядина 1-го сорта, свинина нежирная), г нетто	43,88	51,32	52,99
Птица (цыплята, индейка, перепела), г	18,51	20,67	21,81
Рыба (филе), г	24,79	37,03	36,81
Колбасные изделия для питания дошкольников и школьников, г	4,9	9,77	9,57
Яйцо куриное, шт.	0,7	0,84	0,95
Картофель, г (масса нетто по очищенному п/ф)	101,94	132,86	123,21
Овощи свежие, зелень, г нетто (масса нетто по очищенным п/ф)	156,53	239,37	233,78
Плоды, ягоды свежие, г нетто	42,19	54,25	58,94
Плоды ягоды сухие, г нетто	7,56	9,76	9,91
Соки фруктовые (овощные) обогащенные или прямого отжима, г	125	85	170
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный, г нетто	30,5	52,5	52,5
Хлеб пшеничный из муки 1 с обогащенный или хлеб зерновой, г	67,94	74,86	88,22
Крупы (злаки) и бобовые, г нетто	32,66	44,08	46,17
Макаронные изделия группы А, г	16,45	17,43	15,87
Мука пшеничная 1с	30,35	48,15	47,35
Масло коровье сладкосливочное, г нетто	20,62	28,96	28,51
Масло растительное, г нетто	5,54	8,4	8,23
Кондитерские изделия обогащенные, г	9,47	15,75	16,75
Чай, фиточай, г нетто	1,35	0,52	0,57
Какао-напиток обогащенный, г (в пересчете на какао-порошок)	0,51	0,62	0,69
Кофейный напиток обогащенный, г	0,92	1,11	1,23
Дрожжи хлебопекарные, г	0,41	0,55	0,51
Сахар, г	29,94	51,93	59,26
Соль пищевая поваренная йодированная с пониж. содерж. Na, г	2,75	3,84	3,83

**Раздел II. Цикличные 20-ти дневные меню для организации питания детей в возрастных группах 1,5-3 лет и 3-7 лет в дошкольных образовательных организациях системы Департамента образования города Москвы**

День	Прием пищи	Блюдо	Выход, г			№ тех. карты	
			1,5-3 года	3-7 лет	7-11 лет	Вариант 1	Вариант 2

**День 1  
(Понедельник)**

*Завтрак 1*

Суп молочный с изделиями макаронными	150	200	200	02016	-
Кофейный напиток злаковый, обогащенный микронутриентами, (151301302) на молоке рец. 3	150	180	200	10018	-
Хлеб зерновой пшеничный (141107411)	30	30	30	13001	-
Сыр мягкий для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45% (111615003)	-	20	20	01056	-
Биойогурт (111505501)	100	-	-	-	-

*завтрак 2*

Фрукты и ягоды свежие (см. приложение 1)	-	-	-	11001	-
Напиток витаминизированный инстантный (151201101)	-	100	200	10028	-
Вода питьевая детская (400108001)	100	-	-	-	-

*обед*

Салат зеленый с помидорами с растительным маслом рец. 3	30	60	60	01009	-
Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	150	250	250	02001	-
Гуляш из мяса отварного	25/25	35/35	40/40	07014	-
Рис отварной	100	100	100	08002	-
Сок апельсиновый обогащенный (131506301)	-	100	200	-	-
Нектар банановый с мякотью для питания детей раннего возраста (131516201)	100	-	-	-	-

Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	40	13002	-
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами (141207104)	20	30	30	13003	-

*полдник*

Сырники из творога запеченные	-	100	100	06005	06004
Джем обогащенный фасованный (152317101)	-	20	20	-	-
Творожок детский фруктовый (112415202)	100	-	-	-	-
Печенье растворимое (152107301)	20	-	-	-	-
Биоогурт питьевой (111505502)	150	180	200	-	-
Вода питьевая детская на весь день	100	150	200	-	-

**День 2  
(Вторник)**

*Завтрак 1*

Каша вязкая на молоке (из хлопьев овсяных)	150	200	200	04002	-
Какао-напиток, обогащенный микронутриентами, быстрорастворимый (151301301) на молоке	150	180	200	10020	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	20	13002	-

*завтрак 2*

Плоды и ягоды свежие (см. приложение 1)	-	-	-	11001	-
Сок ананасовый обогащенный (131506304)	-	100	200	-	-
Сок яблочно-абрикосовый с мякотью для питания детей раннего возраста (131506207)	100	-	-	-	-

*обед*

Салат из свежих огурцов со сладким перцем с растительным маслом	30	60	60	01072	-
Щи из шпината со сметаной	150	250	250	02004	-
Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую к супу	20	20	20	05003	-

Котлеты или биточки рыбные	75	75	75	07005	07042
Пюре картофельное	100	135	100	08005	-
Компот из плодов свежих витаминизированный (яблоки)	-	180	200	10007	-
Компот из плодов свежих (яблоки) для детей раннего возраста	150	-	-	10047	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	40	13002	-
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами (141207104)	20	30	30	13003	-

*полдник*

Вареники отварные с фруктово-ягодными начинками с маслом сливочным прокипяченным	150	150	200	12017	12002
Молоко ультрапастеризованное обогащенное (111506301)	-	180	200	10035	-
Молоко стерилизованное для детей раннего возраста (111506301) в индив. упаковке с трубочкой	200	-	-	-	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	20	13002	-
Ветчина вареная для детей дошкольного и школьного возраста (112115201) порциями	-	30	30	01005	-
Пюре из свинины для питания детей раннего возраста (111106210)	30	-	-	07073	-
Вода питьевая детская на весь день	100	150	200	-	-

**День 3  
(Среда)**

*завтрак 1*

Запеканка из творога	80	100	100	06001	-
Соус ягодный промышленного производства (221216201)	-	20	20	-	-
Соус молочный (сладкий)	20	-	-	09007	-
Чай с молоком с сахаром	-	180	200	10033	-
Чай для детей раннего возраста (210501203)	150	-	-	10051	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	20	13002	-

*завтрак 2*

Плоды и ягоды свежие (см. приложение 1)	-	-	-	11001	-
Напиток витаминизированный инстантный (151201101)	-	100	200	10028	-
Вода питьевая детская (400108001)	100	-	-	-	-

*обед*

Салат из капусты белокочанной со сладким перцем с маслом растительным	30	60	60	01011	-
Юшка картофельная с кабачками и помидорами	150	250	250	02024	-
Суфле из печени	70	70	80	07018	-
Вермишель отварная с маслом сливочным	80	120	120	08014	-
Сок яблочный прямого отжима для детского (дошкольного и школьного) питания (131506201)	-	100	200	-	-
Сок яблочно-грушевый с мякотью для питания детей раннего возраста (131506204)	100	-	-	-	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	40	13002	-
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами (141207104)	20	30	30	13003	-

*полдник*

Пудинг пшеничный	80	100	100	04008	-
Паста шоколадно-молочная витаминизированная (152217104)	-	20	20	-	-
Кисель витаминизированный из концентрата промышленного производства (151201101)	-	180	200	10011	-
Нектар морковный с мякотью для питания детей раннего возраста (131616202)	100	-	-	-	-
Биойогурт (111505501)	100	100	100	-	-
Вода питьевая детская на весь день	100	150	200	-	-

**День 4  
(Четверг)**

*завтрак 1*

Помидоры свежие	35	35	35	01038	-
-----------------	----	----	----	-------	---

Омлет натуральный, запеченный	80	80	120	05001	-
Какао-напиток, обогащенный микронутриентами, быстрорастворимый (151301301) на молоке	150	180	200	10020	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	20	13002	-

*завтрак 2*

Фрукты и ягоды свежие (см. приложение 1)	-	-	-	11001	-
Нектар персиковый обогащенный (131516303)	-	100	200	-	-
Сок яблочно-персиковый неосветленный для питания детей раннего возраста (131506206)	100	-	-	-	-

*обед*

Салат из отварной свеклы с чесноком с растительным маслом	30	60	60	01064	-
Суп-пюре из цветной капусты со сметаной	150	250	250	02023	-
Сухарики из хлеба пшеничного	10	15	15	02025	-
Рыба (филе) припущенная	70	100	100	07001	-
Картофель отварной, запеченный с растительным маслом	100	100	100	08012	-
Компот из плодов быстрозамороженных витаминизированный (вишня)	-	180	200	10002	-
Компот из плодов быстрозамороженных (вишня) для детей раннего возраста	150	-	-	10040	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	40	13002	-
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами (141207104)	20	30	30	13003	-

*полдник*

Запеканка тыквенно-яблочная	100	150	150	11005	-
Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности (230126001)	10	15	15	09004	-
Биойогурт питьевой (111505502)	150	180	200	-	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	20	13002	-
Изделие кондитерское, обогащенное очищенным гемоглобином (152217301)	-	20	20	-	-
Вода питьевая детская на весь день	100	150	200	-	-



**День 5  
(Пятница)**

*Завтрак 1*

Изделия фигурные и хлопья (готовые завтраки) из круп сладкие, обогащенные микронутриентами (142117101 - 142117105) с молоком	-	200	200	04005	-
Каша детская пшеничная инстантная	150	-	-	04025	-
Кофейный напиток злаковый, обогащенный микронутриентами, (151301302) на молоке рец. 3	150	180	200	10018	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	20	13002	-

*завтрак 2*

Флоды и ягоды свежие (см. приложение 1)	-	-	-	11001	-
Напиток витаминизированный инстантный (151201101)	-	100	200	10028	-
Вода питьевая детская (400108001)	100	-	-	-	-

*обед*

Салат из морской капусты промышленного производства (131715201)	30	60	60	01020	-
Суп с клецками на бульоне из индейки	150	250	250	02074	-
Индейка по-строгановски	50	80	80	07067	-
Изделия макаронные группы А отварные	80	100	100	08004	-
Компот из плодов сухих витаминизированный (курага)	-	180	200	10009	-
Компот из плодов сухих (курага) для детей раннего возраста	150	-	-	10048	-
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами (141207104)	20	30	30	13003	-

*полдник*

Изделия колбасные вареные (колбаски, сосиски) для школьного питания (112115203) отварные	49	49	49	07023*	-
Капуста тушеная	100	180	180	08007	-
Чай с сахаром	-	180	200	10031	-
Чай для детей раннего возраста (210501203)	150	-	-	10051	-

Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	20	13002	-
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами (141207104)	20	30	30	13003	-
Вода питьевая детская на весь день	100	150	200	-	-

\* При отсутствии колбасных изделий, предназначенных для использования в питании детей с 1,5 лет заменить на "Пюре из говядины для питания детей раннего возраста (111106201)" ТК № 07072

**День 6  
(Понедельник)**

*завтрак 1*

Блинчики с натуральной фруктовой начинкой (с ягодами) из п/ф промышленного производства (152323201) или Оладья с яблоками	-	150	150	-	12001
Каша детская пшеничная инстантная	150	-	-	04025	-
Молоко ультрапастеризованное обогащенное (111506301)	-	180	200	10035	-
Молоко стерилизованное для детей раннего возраста (111506301) в индив. упаковке с трубочкой	200	-	-	-	-
Биойогурт (111505501)	100	100	100	-	-

*завтрак 2*

Плоды и ягоды свежие (см. приложение 1)	-	-	-	11001	-
Сок апельсиновый обогащенный (131506301)	-	100	200	-	-
Сок яблочно-сливовый с мякотью для питания детей раннего возраста (131506205)	100	-	-	-	-

*обед*

Салат из помидоров и огурцов свежих с растительным маслом рец. 2	30	60	60	01025	-
Суп фасолевый на мясном бульоне	150	250	250	02014	-
Жаркое по-домашнему (говядина)	175	200	200	07010	-
Компот из плодов свежих витаминизированный (груши)	-	180	200	10006	-
Компот из плодов свежих (груши) для детей раннего возраста	150	-	-	10045	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	40	13002	-

Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами (141207104)	20	30	30	13003	-
--	----	----	----	-------	---

*полдник*

Котлеты или биточки рыбные	-	50	60	07005	07042
Рис отварной	-	100	100	08002	-
Рыба тушеная с рисом для детей раннего возраста	125	-	-	07078	-
Чай с лимоном	-	180	200	10030	-
Чай для детей раннего возраста (210501203)	150	-	-	10051	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	20	13002	-
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами (141207104)	20	30	30	13003	-
Зефир, обогащенный микронутриентами (витаминизированный) (152217101)	-	20	20	-	-
Вода питьевая детская на весь день	100	150	200	-	-

**День 7  
(Вторник)**

*Завтрак 1*

Каша вязкая молочная (из пшена и риса) "Дружба"	150	200	200	04001	-
Какао-напиток, обогащенный микронутриентами, быстрорастворимый (151301301) на молоке	150	180	200	10020	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	20	13002	-

*завтрак 2*

Плоды и ягоды свежие (см. приложение 1)	-	-	-	11001	-
Напиток витаминизированный инстантный (151201101)	-	100	200	10028	-
Вода питьевая детская (400108001)	100	-	-	-	-

*обед*

Салат из свеклы и яблок с растительным маслом	30	50	50	01033	-
---	----	----	----	-------	---

Сельдь (112625002) с луком и растительным маслом	-	35	35	01041	-
Щи из капусты свежей на бульоне из индейки с мелкошинкованными овощами	150	250	250	02065	-
Суфле из отварной птицы (цыпленка)	70	70	80	07027	-
Картофель, тушенный с луком	100	100	100	08010	-
Компот из плодов быстрозамороженных витаминизированный (клюква)	-	180	200	10027	-
Компот из плодов быстрозамороженных (клюква) для детей раннего возраста	150	-	-	10042	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	40	13002	-
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами (141207104)	20	30	30	13003	-

*полдник*

Лапшевник с творогом запеченный	100	150	150	06006	-
Сок ананасовый обогащенный (131506304)	-	100	200	-	-
Нектар банановый с мякотью для питания детей раннего возраста (131516201)	100	-	-	-	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	20	13002	-
Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45% в порционной нарезке (111615205)	-	20	20	01004	-
Вода питьевая детская на весь день	100	150	200	-	-

**День 8  
(Среда)**

*завтрак 1*

Огурцы, консервированные без уксуса (132316002)	-	35	35	01037	-
Омлет, смешанный с ветчиной для школьного питания, запеченный	-	120	120	05002	-
Омлет натуральный, запеченный	80	-	-	05001	-
Фиточай травяной (210501202)	-	180	200	10025	-
Чай для детей раннего возраста (210501203)	150	-	-	10051	-

Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	20	13002	-
Печенье растворимое (152107301)	20	-	-	-	-

*завтрак 2*

Плоды и ягоды свежие (см. приложение 1)	-	-	-	11001	-
Нектар персиковый обогащенный (131516303)	-	100	200	-	-
Сок яблочный осветленный для питания детей раннего возраста (131506202)	100	-	-	-	-

*обед*

Икра из уваренных кабачков для детского питания промышленного производства (132116201)	-	60	60	01040	-
Пюре из кабачков для детей раннего возраста (132306201)	30	-	-	03015	-
Уха ростовская	150	250	250	02018	-
Тефтели мясные с соусом	40/30	55/45	55/45	07021	07047*
Каша гречневая вязкая	100	100	100	08016	-
Компот из плодов сухих витаминизированный (смесь косточковых плодов)	-	180	200	10010	-
Компот из плодов сухих (смесь косточковых плодов) для детей раннего возраста	150	-	-	10049	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	40	13002	-
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами (141207104)	20	30	30	13003	-

\* При отсутствии п/ф, предназначенных для использования в питании детей с 1,5 лет заменить на "Пюре из говядины для питания детей раннего возраста (111106201)" ТК № 07072

*полдник*

Ватрушка с сыром	70	70	70	12008	12026
Биоогурт фруктовый (111505501)	100	100	100	-	-
Кисель овсяный (151301102)	-	180	200	10036	-
Вода питьевая детская (400108001)	150	-	-	-	-
Изделие кондитерское, обогащенное очищенным гемоглобином (152217301)	-	20	20	-	-
Вода питьевая детская на весь день	100	150	200	-	-

**День 9  
(Четверг)**

*завтрак 1*

Вареники ленивые отварные собственного производства	80	100	100	06008	-
Соус сметанный	10	15	15	09005	-
Какао-напиток, обогащенный микронутриентами, быстрорастворимый (151301301) на молоке	150	180	200	10020	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	-	20	20	13002	-

*завтрак 2*

Фрукты и ягоды свежие (см. приложение 1)	-	-	-	11001	-
Напиток витаминизированный инстантный (151201101)	-	100	200	10028	-
Вода питьевая детская (400108001)	100	-	-	-	-

*обед*

Салат из моркови со сладким перцем и яблоком с растительным маслом	30	60	60	01073	-
Суп-пюре из кабачков на бульоне из индейки	150	250	250	02060	-
Сухарики из хлеба пшеничного	10	15	15	02025	-
Рагу из птицы (индейка)	150	175	200	07025	-
Кисель витаминизированный из концентрата промышленного производства (151201101)	-	180	200	10011	-
Нектар тыквенный с мякотью для питания детей раннего возраста (131616201)	100	-	-	-	-
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами (141207104)	20	30	30	13003	-

*полдник*

Икра из баклажанов для детского питания промышленного производства (132316203)	-	60	60	01042	-
Язык отварной	50	75	75	07048	-
Рис отварной	100	100	100	08002	-
Компот из плодов свежих витаминизированный (апельсин)	-	180	200	10005	-
Компот из плодов свежих (апельсин) для детей раннего возраста	150	-	-	10044	-

Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	20	13002	-
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами (141207104)	-	30	30	13003	-
Вода питьевая детская на весь день	100	150	200	-	-

**День 10  
(Пятница)**

*завтрак 1*

Мюсли (141701001) с молоком	-	200	200	04006	-
Каша детская пшеничная инстантная	150	-	-	04025	-
Кофейный напиток из цикория (151301401) с молоком	150	180	200	10019	-

*завтрак 2*

Фрукты и ягоды свежие (см. приложение 1)	-	-	-	11001	-
Сок яблочный прямого отжима для детского (дошкольного и школьного) питания (131506201)	-	100	200	-	-
Сок яблочный с мякотью для питания детей раннего возраста (131506203)	100	-	-	-	-

*обед*

Салат из кальмаров с перцем сладким и луком с соусом салатным	-	60	60	01012	-
Салат из кальмаров с перцем сладким и луком с маслом растительным	30	-	-	01074	-
Рассольник домашний	150	250	250	02006	-
Биточки рубленые из птицы паровые (цыплята)	50	50	50	07070	07075*
Масло сливочное прокипяченное	3	3	3	09001	-
Капуста тушеная	100	180	180	08007	-
Компот из плодов быстрозамороженных витаминизированный (смородина)	-	180	200	10004	-
Компот из плодов быстрозамороженных (смородина) для детей раннего возраста	150	-	-	10043	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	,	40	13002	-

Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами (141207104)	20	30	30	13003	-
--	----	----	----	-------	---

\* При отсутствии п/ф, предназначенных для использования в питании детей с 1,5 лет заменить на "Пюре из курицы для питания детей раннего возраста (111206201)" ТК № 07079

*полдник*

Пирожки печеные из теста дрожжевого с яблоком	70	70	70	12006	12013
Десерт на фруктовой основе	-	100	100	-	-
Пюре фруктовое для детей раннего возраста (132526201)	100	-	-	11014	-
Биоогурт питьевой (111505502)	150	180	200	-	-
Вода питьевая детская на весь день	100	150	200	-	-

**День 11  
(Понедельник)**

*завтрак 1*

Горошек зеленый консервированный (132316001)	60	60	60	01051	-
Омлет натуральный, запеченный	80	80	120	05001	-
Чай с лимоном	-	180	200	10030	-
Чай для детей раннего возраста (210501203)	150	-	-	10051	-
Хлеб зерновой пшеничный (141107411)	30	30	30	13001	-
Сыр мягкий для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45% (111615003)	-	20	20	01056	-

*завтрак 2*

Фрукты и ягоды свежие (см. приложение 1)	-	-	-	11001	-
Напиток витаминизированный инстантный (151201101)	-	100	200	10028	-
Вода питьевая детская (400108001)	100	-	-	-	-

*обед*

Салат зеленый с огурцом и растительным маслом рец. 2	30	60	60	01008	-
Борщ сибирский на мясном бульоне	150	250	250	02002	-
Бефстроганов из мяса отварного в сметанно-молочном соусе	30/30	40/40	40/40	07013	-
Изделия макаронные группы А отварные	80	100	100	08004	-



Компот из плодов сухих витаминизированный (чернослив)	-	180	200	10026	-
Компот из плодов сухих (чернослив) для детей раннего возраста	150	-	-	10050	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	40	13002	-
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами (141207104)	20	30	30	13003	-

*полдник*

Котлеты рубленые из птицы (индейка), запеченные с соусом молочным	75	75	75	07059	07058*
Картофель, тушеный с луком	100	100	100	08010	-
Сок апельсиновый обогащенный (131506301)	-	100	200	-	-
Нектар банановый с мякотью для питания детей раннего возраста (131516201)	100	-	-	-	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	20	13002	-
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами (141207104)	-	30	30	13003	-
Вода питьевая детская на весь день	100	150	200	-	-

\* При отсутствии п/ф, предназначенных для использования в питании детей с 1,5 лет заменить на "Пюре из индейки для питания детей раннего возраста (111206202)" ТК № 07076

**День 12  
(Вторник)**

*завтрак 1*

Каша вязкая с тыквой (пшено)	150	200	200	04003	-
Какао-напиток, обогащенный микронутриентами, быстрорастворимый (151301301) на молоке	150	180	200	10020	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	-	20	20	13002	-

*завтрак 2*

Фрукты и ягоды свежие (см. приложение 1)	-	-	-	11001	-
Сок ананасовый обогащенный (131506304)	-	100	200	-	-
Сок яблочно-абрикосовый с мякотью для питания детей раннего возраста (131506207)	100	-	-	-	-

обед

Салат из сельдерея, огурцов, яблок с растительным маслом	30	60	60	01035	-
Суп-пюре из гороха	150	250	250	02021	-
Сухарики из хлеба пшеничного	10	15	15	02025	-
Рыба (филе), тушенная в томате с овощами	70	90	100	07002	-
Картофель отварной, запеченный с растительным маслом	100	100	100	08012	-
Компот из плодов свежих витаминизированный (лимон)	-	180	200	10034	-
Компот из плодов свежих (лимон) для детей раннего возраста	150	-	-	10046	-
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами (141207104)	20	30	30	13003	-

полдник

Блинчики с натуральной фруктовой начинкой (с ягодами) из п/ф промышленного производства (152323201) или Оладья с яблоками	-	150	150	-	12001
	-	150	150	12019	-
Каша детская пшеничная инстантная	150	-	-	04025	-
Молоко ультрапастеризованное обогащенное (111506301)	-	180	200	10035	-
Молоко стерилизованное для детей раннего возраста (111506301) в индив. упаковке с трубочкой	200	-	-	-	-
Биоогурт (111505501)	100	100	100	-	-
Вода питьевая детская на весь день	100	150	200	-	-

День 13  
(Среда)

завтрак 1

Макароны, запеченные с сыром	105	150	150	04007	-
Чай с лимоном	-	180	200	10030	-
Чай для детей раннего возраста (210501203)	150	-	-	10051	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	20	13002	-

завтрак 2

Плоды и ягоды свежие (см. приложение 1)	-	-	-	11001	-
Напиток витаминизированный инстантный (151201101)	-	100	200	10028	-

Вода питьевая детская (400108001)	100	-	-	-	-
-----------------------------------	-----	---	---	---	---

*обед*

Салат из помидоров с растительным маслом рец. 2	30	60	60	01026	-
Щи из шпината со сметаной	150	250	250	02004	-
Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую к супу	20	20	20	05003	-
Запеканка картофельная с печенью	140	175	200	07066	-
Компот из плодов быстрозамороженных витаминизированный (клубника)	-	180	200	10003	-
Компот из плодов быстрозамороженных (клубника) для детей раннего возраста	150	-	-	10041	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	40	13002	-
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами (141207104)	20	30	30	13003	-

*полдник*

Запеканка из творога с изюмом	80	100	100	06009	-
Нектар персиковый обогащенный (131516303)	-	100	200	-	-
Нектар морковный с мякотью для питания детей раннего возраста (131616202)	100	-	-	-	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	20	13002	-
Вода питьевая детская на весь день	100	150	200	-	-

**День 14  
(Четверг)**

*завтрак 1*

Изделия фигурные и хлопья (готовые завтраки) из круп сладкие, обогащенные микронутриентами (142117101 - 142117105) с молоком	-	200	200	04005	-
Каша детская пшеничная инстантная	150	-	-	04025	-
Кофейный напиток из цикория (151301401) с молоком	150	180	200	10019	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	20	13002	-

*завтрак 2*

Плоды и ягоды свежие (см. приложение 1)	-	-	-	11001	-
Сок яблочный прямого отжима для детского (дошкольного и школьного) питания (131506201)	-	100	200	-	-
Сок яблочно-персиковый неосветленный для питания детей раннего возраста (131506206)	100	-	-	-	-

*обед*

Салат из морской капусты промышленного производства (131715201)	-	60	60	01020	-
Огурцы свежие	30	-	-	01044	-
Щи по-уральски (с крупой)	150	250	250	02005	-
Пельмени детские из п/ф промышленного производства (11112203) с маслом сливочным	-	150	150	07022	-
Говядина тушеная с макаронными изделиями для детей раннего возраста	125	-	-	07077	-
Кисель витаминизированный из концентрата промышленного производства (151201101)	-	180	200	10011	-
Нектар морковный с мякотью для питания детей раннего возраста (131616202)	100	-	-	-	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	40	13002	-
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами (141207104)	20	30	30	13003	-

*полдник*

Крокеты из моркови с изюмом	100	150	150	03014	-
Мед (210327001)	-	10	20	-	-
Масло сливочное прокипяченное	2	-	-	09001	-
Биоогурт питьевой (111505502)	150	180	200	-	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	20	13002	-
Вода питьевая детская на весь день	100	150	200	-	-

**День 15  
(Пятница)**

*завтрак 1*

Пудинг из творога запеченный	70	100	100	06002	-
Соус ягодный промышленного производства (221216201)	-	20	20	-	-
Соус молочный (сладкий)	20	-	-	09007	-
Молоко ультрапастеризованное обогащенное (111506301)	-	180	200	10035	-
Молоко стерилизованное для детей раннего возраста (111506301) в индив. упаковке с трубочкой	200	-	-	-	-

*завтрак 2*

Фрукты и ягоды свежие (см. приложение 1)	-	-	-	11001	-
Напиток витаминизированный инстантный (151201101)	-	100	200	10028	-
Вода питьевая детская (400108001)	100	-	-	-	-

*обед*

Салат из свеклы и горошка зеленого консервированного с маслом растительным рец. 3	30	60	60	01032	-
Суп крестьянский с крупой (пшено)	150	250	250	02015	-
Тефтели рыбные с соусом	35/15	50/25	65/35	07007	07071
Пюре картофельное	100	135	100	08005	-
Напиток из сиропа (151406101), обогащенного микронутриентами	-	180	200	10001	-
Нектар тыквенный с мякотью для питания детей раннего возраста (131616201)	100	-	-	-	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	40	13002	-
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами (141207104)	20	30	30	13003	-

*полдник*

Изделия колбасные вареные (сардельки) для школьного питания (112115204) отварные	49	49	49	07024*	-
Вермишель отварная с маслом сливочным	80	120	120	08014	-
Огурцы, консервированные без уксуса (132316002)	-	35	35	01037	-
Компот из плодов свежих витаминизированный (яблоки)	-	180	200	10007	-
Компот из плодов свежих (яблоки) для детей раннего возраста	150	-	-	10047	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	20	13002	-

Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами (141207104)	20	30	30	13003	-
Вода питьевая детская на весь день	100	150	200	-	-

\* При отсутствии колбасных изделий, предназначенных для использования в питании детей с 1,5 лет заменить на "Пюре из говядины для питания детей раннего возраста (111106201)" ТК № 07072

**День 16  
(Понедельник)**

*завтрак 1*

Каша вязкая на молоке (гречневая)	150	200	200	04024	-
Какао-напиток, обогащенный микронутриентами, быстрорастворимый (151301301) на молоке	150	180	200	10020	-
Хлеб зерновой пшеничный (141107411)	30	30	30	13001	-

*завтрак 2*

Флоды и ягоды свежие (см. приложение 1)	-	-	-	11001	-
Сок апельсиновый обогащенный (131506301)	-	100	200	-	-
Сок яблочно-сливовый с мякотью для питания детей раннего возраста (131506205)	100	-	-	-	-

*обед*

Салат из капусты белокочанной со сладким перцем с маслом растительным	30	60	60	01011	-
Рассольник ленинградский на мясном бульоне	150	250	250	02007	-
Запеканка картофельная с мясом отварным	150	200	200	07011	-
Компот из плодов быстрозамороженных витаминизированный (вишня)	-	180	200	10002	-
Компот из плодов быстрозамороженных (вишня) для детей раннего возраста	150	-	-	10040	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	40	13002	-
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами (141207104)	20	30	30	13003	-

*полдник*

Язык отварной	50	75	75	07048	-
Винегрет овощной	100	100	100	01039	-
Фиточай цветочно-плодово-травяной (210501202)	-	180	200	10022	-
Чай для детей раннего возраста (210501203)	150	-	-	10051	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	20	13002	-
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами (141207104)	20	30	30	13003	-
Вода питьевая детская на весь день	100	150	200	-	-

**День 17  
(Вторник)**

*завтрак 1*

Вареники отварные с фруктово-ягодными начинками с маслом сливочным прокипяченным	150	150	200	12017	12002
Кофейный напиток злаковый, обогащенный микронутриентами, (151301302) на молоке рец. 3	150	180	200	10018	-
Биоогурт фруктовый (111505501)	100	100	100	-	-

*завтрак 2*

Плоды и ягоды свежие (см. приложение 1)	-	-	-	11001	-
Напиток витаминизированный инстантный (151201101)	-	100	200	10028	-
Вода питьевая детская (400108001)	100	-	-	-	-

*обед*

Салат из свеклы с огурцами консервированными с растительным маслом рец. 2	30	60	60	01048	-
Суп рыбный (консервы лососевые)	150	250	250	02017	-
Котлеты рубленые из птицы (индейка), запеченные с соусом молочным	75	75	75	07059	07058*
Изделия макаронные группы А отварные	80	100	100	08004	-
Сок ананасовый обогащенный (131506304)	-	100	200		
Нектар банановый с мякотью для питания детей раннего возраста (131516201)	100	-	-	-	-

Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	-	20	40	13002	-
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами (141207104)	20	30	30	13003	-

\* При отсутствии п/ф, предназначенных для использования в питании детей с 1,5 лет заменить на "Пюре из индейки для питания детей раннего возраста (111206202)" ТК № 07076

*полдник*

Сырники по-киевски запеченные	-	150	150	06011	06007
Соус молочный (сладкий)	-	30	30	09007	-
Творожок детский (111705201)	100	-	-	-	-
Биоогурт фруктовый питьевой (111505502)	150	180	200	-	-
Зефир, обогащенный микроэлементами (витаминизированный) (152217101)	-	20	20	-	-
Печенье растворимое (152107301)	20	-	-	-	-
Вода питьевая детская на весь день	100	150	200	-	-

**День 18**  
**(Среда)**

*завтрак 1*

Омлет с сыром запеченный	70	70	100	05004	-
Чай с молоком с сахаром	-	180	200	10033	-
Чай для детей раннего возраста (210501203)	150	-	-	10051	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	20	13002	-
Масло коровье сладкосливочное несоленое в порционной упаковке (121105005)	-	10	10	-	-

*завтрак 2*

Фрукты и ягоды свежие (см. приложение 1)	-	-	-	11001	-
Нектар персиковый обогащенный (131516303)	-	100	200	-	-
Сок яблочный осветленный для питания детей раннего возраста (131506202)	100	-	-	-	-



обед

Салат из помидоров свежих с перцем сладким с растительным маслом рец. 2	30	60	60	01027	-
Суп гороховый	150	250	250	02012	-
Тефтели мясные с рисом паровые	50	75	100	07041	07043
Пюре картофельное	100	135	135	08005	-
Кисель витаминизированный из концентрата промышленного производства (151201101)	-	180	200	10011	-
Нектар морковный с мякотью для питания детей раннего возраста (131616202)	100	-	-	-	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	40	13002	-
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами (141207104)	20	30	30	13003	-

полдник

Пирожки печеные из теста дрожжевого с яблоком	70	70	70	12006	12013
Десерт на фруктовой основе	-	100	100	-	-
Пюре фруктовое для детей раннего возраста (132526201)	100	-	-	11014	-
Какао-напиток, обогащенный микронутриентами, быстрорастворимый (151301301) на молоке	150	180	200	10020	-
Вода питьевая детская на весь день	100	150	200	-	-

День 19  
(Четверг)

завтрак 1

Суфле творожное запеченное	80	125	125	06003	-
Соус ягодный промышленного производства (221216201)	-	20	20	-	-
Соус молочный (сладкий)	20	-	-	09007	-
Кофейный напиток злаковый, обогащенный микронутриентами, (151301302) на молоке рец. 3	150	180	200	10018	-

завтрак 2

Плоды и ягоды свежие (см. приложение 1)	-	-	-	11001	-
---	---	---	---	-------	---

Напиток витаминизированный инстантный (151201101)	-	100	200	10028	-
Вода питьевая детская (400108001)	100	-	-	-	-

*обед*

Салат из моркови с изюмом с маслом растительным рец. 2	30	60	60	01070	-
Борщ с мелкошинкованными овощами вегетерианский	150	250	250	02033	-
Фрикадельки мясные паровые	60	75	75	07045	07046*
Изделия макаронные группы А отварные	80	100	100	08004	-
Компот из плодов быстрозамороженных витаминизированный (клюква)	-	180	200	10042	-
Компот из плодов быстрозамороженных (клюква) для детей раннего возраста	150	-	-	10042	-
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами (141207104)	20	30	30	13003	-
Изделие кондитерское, обогащенное очищенным гемоглобином (152217301)	-	20	20	-	-

\* При отсутствии п/ф, предназначенных для использования в питании детей с 1,5 лет заменить на "Пюре из говядины для питания детей раннего возраста (111106201)" ТК № 07072

*полдник*

Рыба, запеченная с картофелем, по-русски	150	200	200	07028	-
Чай с сахаром	-	180	200	10031	-
Чай для детей раннего возраста (210501203)	150	-	-	10051	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	20	13002	-
Вода питьевая детская на весь день	100	150	200	-	-

**День 20  
(Пятница)**

*завтрак 1*

Пудинг манный	70	100	100	04026	-
Соус ягодный промышленного производства (221216201)	-	20	20	-	-
Соус молочный (сладкий)	20	-	-	09007	-
Кофейный напиток из цикория (151301401) с молоком	150	180	200	10019	-

*завтрак 2*

Фрукты и ягоды свежие (см. приложение 1)	-	-	-	11001	-
Сок яблочный прямого отжима для детского (дошкольного и школьного) питания (131506201)	-	100	200	-	-
Сок яблочно-сливовый с мякотью для питания детей раннего возраста (131506205)	100	-	-	-	-

*обед*

Салат из свежих огурцов со сладким перцем с растительным маслом	30	60	60	01072	-
Суп-пюре из горошка зеленого на бульоне из индейки	150	250	250	02077	-
Сухарики из хлеба пшеничного	10	15	15	02025	-
Суфле из отварной птицы (индейка)	50	70	80	07036	-
Капуста цветная отварная, запеченная в соусе сухарном	100	100	100	03003	-
Компот из плодов сухих витаминизированный (смесь косточковых плодов)	-	180	200	10010	-
Компот из плодов сухих (смесь косточковых плодов) для детей раннего возраста	150	-	-	10049	-
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами (141207104)	20	30	30	13003	-

*полдник*

Салат из кальмаров с перцем сладким и луком с соусом салатным	-	60	60	01012	-
Салат из кальмаров с перцем сладким и луком с маслом растительным	30	-	-	01074	-
Картофель, запеченный с яйцами и помидорами, с маслом сливочным прокипяченным	100	135	135	03013	-
Кисель овсяный (151301102)	-	180	200	10036	-
Чай для детей раннего возраста (210501203)	150	-	-	10051	-
Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для детского питания (141107307)	20	20	20	13002	-
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами (141207104)	20	30	30	13003	-
Вода питьевая детская на весь день	100	150	200	-	-





## Сезонные замены (после 1 марта) блюд

День	Прием пищи	Заменяемый салат	Сезонный салат	
			Наименование	№ рецептуры
3	Обед	Салат из капусты белокочанной со сладким перцем с маслом растительным	Салат из цветной капусты со шпинатом с соусом салатным	01057
6	Ужин 1	Салат из моркови и яблок с орехами с растительным маслом	Салат из отварной моркови с яблоками с соусом салатным	01024
9	Обед	Салат из моркови со сладким перцем и яблоком с растительным маслом	Салат из отварной моркови с огурцами и зеленым горошком с соусом салатным	01022
16	Обед	Салат из капусты белокочанной со сладким перцем с маслом растительным	Салат из капусты цветной отварной, брокколи, салата зеленого с соусом салатным	01061
19	Обед	Салат из моркови с изюмом с маслом растительным рец. 2	Салат из отварной моркови с изюмом с соусом салатным	01058