

**Муниципальное унитарное казенное предприятие Соликамского городского округа
«Комбинат школьного питания»
МКУП «КШП»**

618542, Пермский край, г. Соликамск, ул.20 лет Победы,196
Телефоны (34253) 7-85-45, 7-94-35 , 7-98-51
Адрес эл. почты: mkup-kshp@yandex.ru

Согласовано
Заведующий МАДОУ
«Детский сад «Детский квартал»

Ж.В.Рузанкина

2022г.



Утверждаю
Директор МКУП «Комбинат
школьного питания»

О.Н. Логинов

2022г.



**Примерное 10-дневное меню
для организаций питания детей
от 6 мес до 9 мес
от 9 мес до 1 года**

Примерное 10-ти дневное меню для питания детей с 6 до 9 месяцев.

1 день

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом	100/3	3,72	4,03	14,3	108,7	89
	Желток яичный	10 (½)	1,6	2,7	0,4	32,2	ТТК
	Молочная смесь	50	1,77	0,65	5	32,92	
Итого:			7,09	7,38	19,7	173,82	
II завтрак	Сок фруктовый	50	0,2	0,2	4,9	22,2	
Итого:			0,2	0,2	4,9	22,2	
	Каша рисовая гарнирна жидкая	100	1,5	1,1	7,5	46,3	262
	Мясное пюре из свинины	30	6,78	9,48	0	112,5	ТТК
	Компот из смеси сухофруктов	50	0,14	0	3,23	13,5	244
Итого:			8,42	10,58	10,73	172,3	
Полдник	Молочная смесь	100	0,4	0,4	9,8	44,4	
Итого:			0,4	0,4	9,8	44,4	
Ужин	Овощное пюре	100	1,86	7,44	11,3	119,5	ТТК
Итого:			1,86	7,44	11,3	119,5	
Итого за день:			17,97	26	56,43	532,22	

2 день

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша ячневая молочная жидкая с маслом	100/3	3,72	4,03	14,3	108,7	262
	Молочная смесь	50	1,77	0,65	5	32,92	
Итого:			5,49	4,68	19,3	141,62	
II завтрак	Фруктовое пюре	50	0,3	0,1	9,5	41	ТТК
Итого:			0,3	0,1	9,5	41	
Обед	Картофельное пюре	100	2,13	4,04	15,53	106,97	205
	Мясное пюре из свинины и куры	30	4,22	3,18	2,07	53,76	ТТК
	Компот из кураги	50	0,09	0	1,92	8,02	242
Итого:			6,44	7,22	19,52	168,75	
Полдник	Молочная смесь	100	0,4	0,4	9,8	44,4	
Итого:			0,4	0,4	9,8	44,4	
Ужин	Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом	100/3	3,17	4,45	12,75	103,7	90
Итого:			3,17	4,45	12,75	103,7	
Итого за день:			15,8	16,85	70,87	499,47	

3 день

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша манная молочная жидкая с маслом	100/3	4,66	6,05	18,37	146,85	88
	Молочная смесь	50	1,77	0,65	5	32,92	
Итого:			6,43	6,7	23,37	179,77	
II завтрак	Сок фруктовый	50	0,2	0,2	4,9	22,2	
Итого:			0,2	0,2	4,9	22,2	
Обед	Каша гречневая гарнирная жидкая	100	2,5	0,6	11,2	60,4	262
	Пюре из мяса куры	30	7,8	7,8	0,42	104	ТТК
	Компот из свежих яблок	50	0,04	0	0	0,16	243
Итого:			10,34	8,4	11,62	164,56	
Полдник	Молочная смесь	100	0,4	0,4	9,8	44,4	
Итого:			0,4	0,4	9,8	44,4	
Ужин	Овощное пюре	100	1,86	7,44	11,3	119,5	ТТК
Итого:			1,86	7,44	11,3	119,5	
Итого за день:			19,23	23,14	61	530,43	

4 день

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом	100/3	3,02	3,63	13,82	100,3	93
	Молочная смесь	50	1,77	0,65	5	32,92	
Итого:			4,79	4,28	18,82	133,22	
II завтрак	Фруктовое пюре	50	0,3	0,1	9,5	41	ТТК
Итого:			0,3	0,1	9,5	41	
Обед	Овощное пюре	100	1,86	7,44	11,3	119,5	83
	Мясное пюре из свинины	30	6,78	9,48	0	112,5	ТТК
	Компот из кураги	50	0,09	0	1,92	8,02	242
Итого:			8,73	16,92	13,22	240,02	
Полдник	Молочная смесь	100	0,4	0,4	9,8	44,4	
Итого:			0,4	0,4	9,8	44,4	
Ужин	Суп молочный с крупой (протертый)	100	2,47	3,03	9,31	74,27	44
Итого:			2,47	3,03	9,31	74,27	
Итого за день:			16,69	24,73	60,65	532,91	

5 день

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом	100/3	3,72	4,03	14,3	108,7	89
	Молочная смесь	50	1,77	0,65	5	32,92	
Итого:			5,49	4,68	19,3	141,62	
II завтрак	Сок фруктовый	50	0,2	0,2	4,9	22,2	
Итого:			0,2	0,2	4,9	22,2	
Обед	Картофельное пюре	100	2,13	4,04	15,53	106,97	205
	Рыбное пюре	30	1,85	0,22	0,19	24,56	ТТК
	Компот из смеси сухофруктов	50	0,14	0	3,23	13,5	244
Итого:			4,12	4,26	18,95	145,03	
Полдник	Молочная смесь	100	0,4	0,4	9,8	44,4	
Итого:			0,4	0,4	9,8	44,4	
Ужин	Творожок детский	100	8,5	4,5	3,5	88,5	
Итого:			8,5	4,5	3,5	88,5	
Итого за день:			18,71	14,04	56,45	441,75	

6 день

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецепт уры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	100/3	2,1	3,8	15,1	103,2	262
	Желток яичный	10 (½)	1,6	2,7	0,4	32,2	ТТК
	Молочная смесь	50	1,77	0,65	5	32,92	
Итого:			5,47	7,15	20,5	168,32	
II завтрак	Сок фруктовый	50	0,2	0,2	4,9	22,2	
Итого:			0,2	0,2	4,9	22,2	
Обед	Каша гречневая гарнирная жидкая	100	2,5	0,6	11,2	60,4	262
	Мясное пюре из свинины	30	6,78	9,48	0	112,5	ТТК
	Компот из изюма	50	0,09	0	1,92	8,02	242
Итого:			9,37	10,08	13,12	180,92	
Полдник	Молочная смесь	100	0,4	0,4	9,8	44,4	
Итого:			0,4	0,4	9,8	44,4	
Ужин	Суп молочный с макаронными изделиями (протертый)	100	2,79	3,06	9,86	78,04	45
Итого:			2,79	3,06	9,86	78,04	
Итого за день:			18,23	20,89	58,18	493,88	

7 день

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп- туры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом	100/3	3,72	4,03	14,3	108,7	89
	Молочная смесь	50	1,77	0,65	5	32,92	
Итого:			5,49	4,68	19,3	141,62	
II завтрак	Фруктовое пюре	50	0,3	0,1	9,5	41	ТТК
Итого:			0,3	0,1	9,5	41	
Обед	Картофельное пюре с морковью	100	2,05	2,31	14,73	87,89	206
	Мясное пюре из свинины	30	6,78	9,48	0	112,5	ТТК
	Компот из свежих яблок	50	0,04	0	0	0,16	243
Итого:			8,87	11,79	14,73	200,55	
Полдник	Молочная смесь	100	0,4	0,4	9,8	44,4	
Итого:			0,4	0,4	9,8	44,4	
Ужин	Творожок детский	100	8,5	4,5	3,5	88,5	
Итого:			8,5	4,5	3,5	88,5	
Итого за день:			23,56	21,47	56,83	516,07	

8 день

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом	100/3	3,17	4,45	12,75	103,7	90
	Молочная смесь	50	1,77	0,65	5	32,92	
Итого:			4,94	5,1	17,75	136,62	
II завтрак	Сок фруктовый	50	0,2	0,2	4,9	22,2	
Итого:			0,2	0,2	4,9	22,2	
Обед	Каша рисовая гарнирна жидкая	100	1,5	1,1	7,5	46,3	262
	Пюре из мяса куры	30	7,8	7,8	0,42	104	ТТК
	Компот из смеси сухофруктов	50	0,14	0	3,23	13,5	244
Итого:			9,44	8,9	11,15	163,8	
Полдник	Молочная смесь	100	0,4	0,4	9,8	44,4	
Итого:			0,4	0,4	9,8	44,4	
Ужин	Овощное пюре	100	1,86	7,44	11,3	119,5	ТТК
Итого:			1,86	7,44	11,3	119,5	
Итого за день:			16,84	22,04	54,9	486,52	

9 день

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша манная молочная жидкая с маслом	100/3	4,66	6,05	18,37	146,85	88
	Молочная смесь	50	1,77	0,65	5	32,92	
Итого:			6,43	6,7	23,37	179,77	88
II завтрак	Фруктовое пюре	50	0,3	0,1	9,5	41	ТТК
Итого:			0,3	0,1	9,5	41	
Обед	Овощное пюре	100	1,86	7,44	11,3	119,5	ТТК
	Мясное пюре из свинины	30	6,78	9,48	0	112,5	ТТК
	Компот из кураги	50	0,09	0	1,92	8,02	242
Итого:			8,73	16,92	13,22	240,02	
Полдник	Молочная смесь	100	0,4	0,4	9,8	44,4	
Итого:			0,4	0,4	9,8	44,4	
Ужин	Каша ячневая молочная жидкая с маслом	100/3	3,72	4,03	12,65	102,05	262
Итого:			3,72	4,03	12,65	102,05	
Итого за день:			19,58	28,15	68,54	607,24	

10 день

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная "Дружба" с маслом жидкая	100/3	3,27	4,17	17,55	120,55	83
	Молочная смесь	50	1,77	0,65	5	32,92	
Итого:			5,04	4,82	22,55	153,47	
II завтрак	Сок фруктовый	50	0,2	0,2	4,9	22,2	
Итого:			0,2	0,2	4,9	22,2	
Обед	Картофельное пюре	100	2,13	4,04	15,53	106,97	205
	Рыбное пюре	30	1,85	0,22	0,19	24,56	ТТК
	Компот из изюма	50	0,09	0	1,92	8,02	242
Итого:			4,07	4,26	17,64	139,55	
Полдник	Молочная смесь	100	0,4	0,4	9,8	44,4	
Итого:			0,4	0,4	9,8	44,4	
Ужин	Творожок детский	100	8,5	4,5	3,5	88,5	
Итого:			8,5	4,5	3,5	88,5	
Итого за день:			18,21	14,18	58,39	448,12	

Среднее значение Энергетической ценности (Ккал) за 10 дней

День	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
1 День	17,97	26	56,43	532,22
2 День	15,8	16,85	70,87	499,47
3 День	19,23	23,14	61	530,43
4 День	16,69	24,73	60,65	532,91
5 День	18,71	14,04	56,45	441,75
6 День	18,23	20,89	58,18	493,88
7 День	23,56	21,47	56,83	516,07
8 День	16,84	22,04	54,9	486,52
9 День	19,58	28,15	68,54	607,24
10 День	18,21	14,18	58,39	448,12
Итого:	18,48	21,15	60,22	508,86

Примерное 10-дневное меню для питания детей с 6–9 месяцев.

Прием пищи	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом	Каша ячневая молочная жидкая с маслом	Каша манная молочная жидкая с маслом	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом	Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом	Каша манная молочная жидкая с маслом	Каша молочная «Дружба» с маслом жидкая
	Желток					Желток				
	Молочная смесь	Молочная смесь	Молочная смесь	Молочная смесь	Молочная смесь	Молочная смесь	Молочная смесь	Молочная смесь	Молочная смесь	Молочная смесь
II Завтрак	Сок фруктовый	Фруктовое пюре	Сок фруктовый	Фруктовое пюре	Сок фруктовый	Сок фруктовый	Фруктовое пюре	Сок фруктовый	Фруктовое пюре	Сок фруктовый
Обед	Каша рисовая гарнирная жидкая	Картофельное пюре	Каша гречневая гарнирная жидкая	Овощное пюре	Картофельное пюре	Каша гречневая гарнирная жидкая	Картофельное пюре с морковью	Каша рисовая гарнирная жидкая	Овощное пюре	Картофельное пюре
	Мясное пюре	Мясное пюре из свинины и курицы	Пюре из мяса курицы	Мясное пюре	Мясное пюре	Мясное пюре	Мясное пюре	Пюре из мяса курицы	Мясное пюре	Мясное пюре
	Компот из смеси сух-в	Компот из кураги	Компот из свежих яблок	Компот из кураги	Компот из смеси сух-в	Компот из изюма	Компот из свежих яблок	Компот из смеси сух-в	Компот из кураги	Компот из изюма
Полдник	Молочная смесь	Молочная смесь	Молочная смесь	Молочная смесь	Молочная смесь	Молочная смесь	Молочная смесь	Молочная смесь	Молочная смесь	Молочная смесь
Ужин	Овощное пюре	Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом	Овощное пюре	Суп молочный с крупой	Творожок детский	Суп молочный с макаронными изделиями	Творожок детский	Овощное пюре	Каша ячневая молочная жидкая с маслом	Творожок детский

Примерное 10-ти дневное меню для питания детей с 9 до 12 месяцев.

1 день

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом	100/3	3,72	4,03	14,3	108,7	89
	Желток яичный	10 (½)	1,6	2,7	0,4	32,2	ТТК
	Молоко	100	2,79	3,2	4,7	58,7	249
Итого:			8,11	9,93	19,4	199,6	
II завтрак	Сок фруктовый	100	0,4	0,4	9,8	44,4	
Итого:			0,4	0,4	9,8	44,4	
	Каша рисовая гарнирна жидкая	100	1,5	1,1	7,5	46,3	262
	Мясное пюре из свинины	50	11,3	15,8	0	187,5	ТТК
	Компот из смеси сухофруктов	100	0,28	0	6,46	27	244
	Хлеб пшеничный	10	0,63	0,13	5,87	27,87	ТТК
Итого:			13,71	17,03	19,83	288,67	
Полдник	Молочная смесь	150	5,3	1,95	15	98,75	
	Печенье	15	1,43	0,26	12,18	56,3	
Итого:			6,73	2,21	27,18	155,05	
Ужин	Овощное пюре	100	1,86	7,44	11,3	119,5	ТТК
Итого:			1,86	7,44	11,3	119,5	
Итого за день:			30,81	37,01	87,51	807,22	

2 день

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша ячневая молочная жидкая с маслом	100/3	3,72	4,03	14,3	108,7	262
	Молоко	100	2,79	3,2	4,7	58,7	249
Итого:			6,51	7,23	19	167,4	
II завтрак	Фруктовое пюре	100	0,6	0,2	19	82	ТТК
Итого:			0,6	0,2	19	82	
Обед	Картофельное пюре	100	2,13	4,04	15,53	106,97	205
	Мясное пюре из свинины и куры	50	7,04	5,3	3,45	89,6	ТТК
	Компот из кураги	100	0,17	0	3,84	16,04	242
	Хлеб пшеничный	10	0,63	0,13	5,87	27,87	ТТК
Итого:			9,97	9,47	28,69	240,48	
Полдник	Молочная смесь	150	5,3	1,95	15	98,75	
Итого:			5,3	1,95	15	98,75	
Ужин	Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом	100/3	3,17	4,45	12,75	103,7	90
Итого:			3,17	4,45	12,75	103,7	
Итого за день:			25,55	23,3	94,44	692,33	

3 день

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша манная молочная жидкая с маслом	100/3	4,66	6,05	18,37	146,85	88
	Молоко	100	2,79	3,2	4,7	58,7	249
Итого:			7,45	9,25	23,07	205,55	
II завтрак	Сок фруктовый	100	0,4	0,4	9,8	44,4	
Итого:			0,4	0,4	9,8	44,4	
Обед	Каша гречневая гарнирная жидкая	100	2,5	0,6	11,2	60,4	262
	Пюре из мяса кури	50	13	13	0,7	173,34	ТТК
	Компот из свежих яблок	100	0,08	0	0	0,32	243
	Хлеб пшеничный	10	0,63	0,13	5,87	27,87	ТТК
Итого:			16,21	13,73	17,77	261,93	
Полдник	Кисломолочный продукт (кефир)	150	3,2	3,2	4	60	
Итого:			5,3	1,95	15	98,75	
Ужин	Овощное пюре	100	1,86	7,44	11,3	119,5	ТТК
Итого:			1,86	7,44	11,3	119,5	
Итого за день:			31,22	32,77	76,94	730,13	

4 день

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая с маслом	150/4	3,02	3,63	13,82	100,3	93
	Молоко	100	2,79	3,2	4,7	58,7	249
Итого:			5,81	6,83	18,52	159	
II завтрак	Фруктовое пюре	100	0,6	0,2	19	82	ТТК
Итого:			0,6	0,2	19	82	
Обед	Овощное пюре	100	1,86	7,44	11,3	119,5	83
	Мясное пюре из свинины	50	11,3	15,8	0	187,5	ТТК
	Компот из кураги	100	0,17	0	3,84	16,04	242
	Хлеб пшеничный	10	0,63	0,13	5,87	27,87	ТТК
Итого:			13,96	23,37	21,01	350,91	
Полдник	Молочная смесь	150	5,3	1,95	15	98,75	
Итого:			5,3	1,95	15	98,75	
Ужин	Суп молочный с крупой (протертый)	100	2,47	3,03	9,31	74,27	44
Итого:			2,47	3,03	9,31	74,27	
Итого за день:			28,14	35,38	82,84	764,93	

5 день

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом	100/3	3,72	4,03	14,3	108,7	89
	Желток яичный	10 (½)	1,6	2,7	0,4	32,2	
	Молоко	100	2,79	3,2	4,7	58,7	249
Итого:			8,11	9,93	19,4	199,6	
II завтрак	Сок фруктовый	100	0,4	0,4	9,8	44,4	
Итого:			0,4	0,4	9,8	44,4	
Обед	Картофельное пюре	100	2,13	4,04	15,53	106,97	205
	Рыбное пюре	50	3,09	0,36	0,31	40,94	ТТК
	Компот из смеси сухофруктов	100	0,28	0	6,46	27	244
	Хлеб пшеничный	10	0,63	0,13	5,87	27,87	ТТК
Итого:			6,13	4,53	28,17	202,78	
Полдник	Молочная смесь	150	5,3	1,95	15	98,75	
	Печенье	15	1,43	0,26	12,18	56,3	
Итого:			6,73	2,21	27,18	155,05	
Ужин	Творожок детский	100	8,5	4,5	3,5	88,5	
Итого:			8,5	4,5	3,5	88,5	
Итого за день:			29,87	21,57	88,05	690,33	

6 день

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	100/3	2,1	3,8	15,1	103,2	262
	Желток яичный	10 (½)	1,6	2,7	0,4	32,2	ТТК
	Молоко	100	2,79	3,2	4,7	58,7	249
Итого:			6,49	9,7	20,2	194,1	
II завтрак	Сок фруктовый	100	0,4	0,4	9,8	44,4	
Итого:			0,4	0,4	9,8	44,4	
Обед	Каша гречневая гарнирная жидкая	100	2,5	0,6	11,2	60,4	262
	Мясное пюре из свинины	50	11,3	15,8	0	187,5	ТТК
	Компот из изюма	100	0,17	0	3,84	16,04	242
	Хлеб пшеничный	10	0,63	0,13	5,87	27,87	ТТК
Итого:			14,6	16,53	20,91	291,81	
Полдник	Молочная смесь	150	5,3	1,95	15	98,75	
	Печенье	15	1,43	0,26	12,18	56,3	
Итого:			6,73	2,21	27,18	155,05	
Ужин	Суп молочный с макаронными изделиями (протертый)	100	2,79	3,06	9,86	78,04	45
Итого:			2,79	3,06	9,86	78,04	
Итого за день:			31,01	31,9	87,95	763,4	

7 день

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом	100/3	3,72	4,03	14,3	108,7	89
	Молоко	100	2,79	3,2	4,7	58,7	249
Итого:			6,51	7,23	19	167,4	
II завтрак	Фруктовое пюре	100	0,6	0,2	19	82	ТТК
Итого:			0,6	0,2	19	82	
Обед	Картофельное пюре с морковью	100	2,05	2,31	14,73	87,89	206
	Мясное пюре из свинины	50	11,3	15,8	0	187,5	ТТК
	Компот из свежих яблок	100	0,08	0	0	0,32	243
	Хлеб пшеничный	10	0,63	0,13	5,87	27,87	ТТК
Итого:			14,06	18,24	20,6	303,58	
Полдник	Молочная смесь	150	5,3	1,95	15	98,75	
Итого:			5,3	1,95	15	98,75	
Ужин	Творожок детский	100	8,5	4,5	3,5	88,5	
Итого:			8,5	4,5	3,5	88,5	
Итого за день:			34,97	32,12	77,1	740,23	

8 день

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом	100/3	3,17	4,45	12,75	103,7	90
	Желток яичный	10 (½)	1,6	2,7	0,4	32,2	ТТК
	Молоко	100	2,79	3,2	4,7	58,7	249
Итого:			7,56	10,35	17,85	194,6	
II завтрак	Сок фруктовый	100	0,4	0,4	9,8	44,4	
Итого:			0,4	0,4	9,8	44,4	
Обед	Каша рисовая гарнирна жидкая	100	1,5	1,1	7,5	46,3	262
	Пюре из мяса куры	50	13	13	0,7	173,34	ТТК
	Компот из смеси сухофруктов	100	0,28	0	6,46	27	244
	Хлеб пшеничный	10	0,63	0,13	5,87	27,87	ТТК
Итого:			15,41	14,23	20,53	274,51	
Полдник	Кисломолочный продукт (кефир)	150	3,2	3,2	4	60	
Итого:			3,2	3,2	4	60	
Ужин	Овощное пюре	100	1,86	7,44	11,3	119,5	ТТК
Итого:			1,86	7,44	11,3	119,5	
Итого за день:			28,43	35,62	63,48	693,01	

9 день

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша манная молочная жидкая с маслом	100/3	4,66	6,05	18,37	146,85	88
	Молоко	100	2,79	3,2	4,7	58,7	249
Итого:			7,45	9,25	23,07	205,55	337
II завтрак	Фруктовое пюре	100	0,6	0,2	19	82	ТТК
Итого:			0,6	0,2	19	82	
Обед	Овощное пюре	100	1,86	7,44	11,3	119,5	ТТК
	Мясное пюре из свинины	50	11,3	15,8	0	187,5	ТТК
	Компот из кураги	100	0,17	0	3,84	16,04	242
	Хлеб пшеничный	10	0,63	0,13	5,87	27,87	ТТК
Итого:			13,96	23,37	21,01	350,91	
Полдник	Молочная смесь	150	5,3	1,95	15	98,75	
Итого:			5,3	1,95	15	98,75	
Ужин	Каша ячневая молочная жидкая с маслом	100/3	3,72	4,03	12,65	102,05	262
Итого:			3,72	4,03	12,65	102,05	
Итого за день:			31,03	38,8	90,73	839,23	

10 день

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Каша молочная "Дружба" с маслом жидкая	100/3	3,27	4,17	17,55	120,55	83
	Молоко	150	4,19	4,79	7,04	88	260
Итого:			7,46	8,96	24,59	208,55	
II завтрак	Сок фруктовый	100	0,4	0,4	9,8	44,4	
Итого:			0,4	0,4	9,8	44,4	
Обед	Картофельное пюре	100	2,13	4,04	15,53	106,97	205
	Рыбное пюре	50	3,09	0,36	0,31	40,94	ТТК
	Компот из изюма	100	0,17	0	3,84	16,04	242
	Хлеб пшеничный	10	0,63	0,13	5,87	27,87	ТТК
Итого:			6,02	4,53	25,55	191,82	
Полдник	Молочная смесь	150	5,3	1,95	15	98,75	
Итого:			5,3	1,95	15	98,75	
Ужин	Творожок детский	100	8,5	4,5	3,5	88,5	
Итого:			8,5	4,5	3,5	88,5	
Итого за день:			27,68	23,34	78,44	632,02	

Среднее значение Энергетической ценности (Ккал) за 10 дней

День	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
	Б	Ж	У	
1 День	30,81	37,01	87,51	807,22
2 День	25,55	23,3	94,44	692,33
3 День	31,22	32,77	76,94	730,13
4 День	28,14	35,38	82,84	764,93
5 День	29,87	21,57	88,05	690,33
6 День	31,01	31,9	87,95	763,4
7 День	34,97	32,12	77,1	740,23
8 День	28,43	35,62	63,48	693,01
9 День	31,03	38,8	90,73	839,23
10 День	27,68	23,34	78,44	632,02
Итого:	29,87	31,2	82,75	735,3

Примерное 10-дневное меню для питания детей с 9–12 месяцев.

Прием пищи	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом	Каша ячневая молочная жидкая с маслом	Каша манная молочная жидкая с маслом	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом	Каша кукурузная молочная жидкая с маслом	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом	Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом	Каша манная молочная жидкая с маслом	Каша молочная «Дружба» с маслом жидкая
	Желток				Желток	Желток		Желток		
	Молоко	Молоко	Молоко	Молоко	Молоко	Молоко	Молоко	Молоко	Молоко	Молоко
II Завтрак	Сок фруктовый	Фруктовое пюре	Сок фруктовый	Фруктовое пюре	Сок фруктовый	Сок фруктовый	Фруктовое пюре	Сок фруктовый	Фруктовое пюре	Сок фруктовый
Обед	Каша рисовая гарнирная жидкая	Картофельное пюре	Каша гречневая гарнирная жидкая	Овощное пюре	Картофельное пюре	Каша гречневая гарнирная жидкая	Картофельное пюре с морковью	Каша рисовая гарнирная жидкая	Овощное пюре	Картофельное пюре
	Мясное пюре	Мясное пюре из свинины и курицы	Пюре из мяса курицы	Мясное пюре	Рыбное пюре	Мясное пюре	Мясное пюре	Пюре из мяса курицы	Мясное пюре	Рыбное пюре
	Компот из смеси сух-в	Компот из кураги	Компот из свежих яблок	Компот из кураги	Компот из смеси сух-в	Компот из изюма	Компот из свежих яблок	Компот из смеси сух-в	Компот из кураги	Компот из изюма
	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
Полдник	Молочная смесь	Молочная смесь	Кисломолочный продукт (кефир)	Молочная смесь	Молочная смесь	Молочная смесь	Молочная смесь	Кисломолочный продукт (кефир)	Молочная смесь	Молочная смесь
	Печенье				Печенье	Печенье				Печенье
Ужин	Овощное пюре	Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом	Овощное пюре	Суп молочный с крупой	Творожок детский	Суп молочный с мак. изд-ми	Творожок детский	Овощное пюре	Каша ячневая молочная жидкая с маслом	Творожок детский

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 98972918216828532255789598799073225606492451643

Владелец Рузанкина Жанна Вильгельмовна

Действителен с 03.07.2023 по 02.07.2024