

Приложение №1 к приказу 189 ОД от 02.10.2024г.
Индивидуальное меню для детей, нуждающихся в лечебном и диетическом питании (БМД).
МБДОУ №102 "ТЕРЕМ-ТЕРЕМОК" г.Калуги

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины и С	N рецептуры
			Б	Ж	У			
01 день БМД								
Завтрак 1	Изделия макаронные отварные	160	5,86	5,49	37,57	223,09		N 130401Д
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (варенье)	180	0,06	0,02	10,51	42	0,03	N 392ТУТ.
	Икра морковная	50	1,17	2,29	6,15	50,05	0,51	N 54Тут.
	Хлеб пшеничный	30	0,59	0,23	4,06	20,92		N 1
Итого за завтрак 1		420	7,68	8,03	58,29	336,06	0,54	
Завтрак 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	100	0,5		10,1	42,22	2	N 399ТУТ.
Итого завтрак 2		100	0,5	0	10,1	42,22	2	
Обед	Суп картофельный с	180	5,24	6,01	13,48	111,08	4,86	N 110327Д/2
	Капуста тушеная	130	2,4	4,2	9,35	84,76	13,34	N 336.ТУТ.
	Тефтели рыбные/диет	80	10,42	3,63	8,66	91,01	1,37	N 120403Д
	Напиток из плодов шиповника	180	0,51	0,21	18,67	79	155,72	N 398.Тут.
	Хлеб ржаной	40	0,43	0,06	2,74	75,6		N 2
Итого за обед		610	19	14,11	52,9	441,45	175,29	
Полдник уплотненный	Каша рассыпчатая с овощами (рис)	130	5,17	4,25	29,3	196,89	0,73	N 166Тут.
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (сахар)	180	0,06	0,02	9,46	37,89	0,03	N 392ТУТ.
	Булочка "Любимая"	40	4,89	3,16	29,56	166,4		N 190107Д/М.
Итого за полдник		350	10,12	7,43	68,32	401,18	0,76	
На весь день	Соль	5						
Итого за 01 день БМД		1480	37,3	29,57	189,61	1220,91	178,59	

02 день БМД								
Завтрак 1	Пудинг манный	160	6,3	3,38	41,01	219,63		N 12229Д
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (сахар)	180	0,06	0,02	9,46	37,89	0,03	N 392ТУТ.
	Хлеб пшеничный	40	0,78	0,3	5,41	27,9		N 1
	Повидло	20	0,08		12,2	48	0,08	N 4ГОСТ
Итого за завтрак 1		400	7,22	3,7	68,08	333,42	0,11	
Завтрак 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	100	0,5		10,1	42,22	2	N 399ТУТ.
Итого за завтрак 2		100	0,5	0	10,1	42,22	2	
Обед	Суп крестьянский с крупой/перловка/	180	2,8	3,8	10,4	84,02	12,15	N 110322Д
	Каша гречневая рассыпчатая/д	150	15,85	10,71	80,01	479,72		N 130309Д
	Котлеты рубленые из птицы /диетич	80	11,97	11,83	10	94,34	0,86	N 120613Д
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (варенье)	180	0,06	0,02	10,51	42	0,03	N 392ТУТ.
	Хлеб ржаной	40	0,43	0,06	2,74	75,6		N 2
Итого за обед		630	31,11	26,42	113,66	775,68	13,04	
Полдник уплотненный	Запеканка капустная	130	6,46	10,49	22,14	108,82	40,56	N 120252Д
	Напиток из плодов шиповника	180	0,51	0,21	18,67	61	155,72	N 398.Тут.
	Хлеб пшеничный	40	0,78	0,3	5,41	27,9		N 1
Итого за полдник		350	7,75	11	46,22	197,72	196,28	
Итого за 02 день БМД		1480	46,58	41,12	238,06	1349,04	211,43	

03 день БМД								
Завтрак 1	Каша из хлопьев овсяных	180	3,4	15,21	22,52	240,59		N 120224Д
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (повидло)	180	0,06	0,02	10,51	42	0,03	N 392ТУТ.
	Хлеб пшеничный	40	0,78	0,3	5,41	27,9		N 1
Итого за завтрак 1		400	4,24	15,53	38,44	310,49	0,03	
Завтрак 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	100	0,5		10,1	42,22	2	N 399ТУТ.
Итого за завтрак 2		100	0,5	0	10,1	42,22	2	
Обед	Рассольник ленинградский (ПЕРЛОВКА)	180	1,51	3,68	11,94	140,94	5,43	N 76ТУТ.
	Запеканка картофельная с мясом	200	19,52	19,88	35,34	239,68	20	N 120534Д
	Кисель из сока натурального	180	0,5	0,05	27,18	111,24	0,98	N 382ТУТ.
	Хлеб ржаной	40	0,43	0,06	2,74	75,6		N 2
Итого за обед		600	21,96	23,67	77,2	567,46	26,41	
Полдник уплотненный	Винегрет овощной	70	2,46	11,12	15,19	180,6	6,15	N 45.ТУТ.
	Сдоба обыкновенная	50	4,89	3,16	29,48	215,4		N 280.Д/К+
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (варенье)	190	0,06	0,02	10,51	42	0,03	N 392ТУТ.
	Хлеб пшеничный	40	0,78	0,3	5,41	27,9		N 1
Итого за полдник		350	8,19	14,6	60,59	465,9	6,18	
На весь день	Соль	5						
Итого за 03 день БМД		1450	34,89	53,8	186,33	1386,07	34,62	

04 день БМД								
Завтрак 1	Каша манная	180	2,86	13,77	24,97	235,15		N 120205Д
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (сахар)	180	0,06	0,02	9,46	37,89	0,03	N 392ТУТ.
	Хлеб пшеничный	40	0,78	0,3	18,3	72		N 1
	Повидло	30	0,08		12,2	48	0,08	N 4ГОСТ
Итого за завтрак 1		430	3,78	14,09	64,93	393,04	0,11	
Завтрак 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	100	0,5		10,1	42,22	2	N 399ТУТ.
Итого за завтрак 2		100	0,5	0	10,1	42,22	2	
Обед	Салат из свеклы	50	0,73	3,03	4,17	46,92	4,74	N 33.ТУТ.
	Суп картофельный с крупой (перловка)	150	11,48	3,32	20,75	82	6,64	N 80ТУТ.
	Фрикадельки из птицы или кролика	90	16,12	11,77	7,74	197,22		N 120611Д
	Изделия макаронные отварные	130	4,76	4,46	30,52	181,26		N 130401Д
	Хлеб ржаной	40	2,4	0,06	17,7	75,6		N 2
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (варенье)	180	0,12	0,02	10,24	42	0,02	N 392ТУТ.
Итого за обед		640	35,61	22,66	91,12	625	11,4	
Полдник уплотненный	Капуста тушеная	150	2,77	4,84	10,79	97,8	15,4	N 336.ТУТ.
	Компот из сушеных фруктов	180	0,4	0,02	24,99	123,7	0,36	N 376ТУТ.
	Хлеб пшеничный	40	0,78	0,3	5,41	27,9		N 1
Итого за полдник		370	3,95	5,16	41,19	249,4	15,76	
На весь день	Соль	5						
Итого за 04 день БМД		1540	43,84	41,91	207,34	1309,66	29,27	

05 день БМД								
Завтрак 1	Каша гречневая вязкая	180	6,3	12,89	33,02	273,22		N 120221Д
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (варенье)	180	0,12	0,02	10,24	42	0,02	N 392ТУТ.
	Хлеб пшеничный	40	0,78	0,3	5,41	27,9		N 1
Итого за завтрак 1		400	7,2	13,21	48,67	343,12	0,02	
Завтрак 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	100	0,5		10,1	42,22	2	N 399ТУТ.
Итого за завтрак 2		100	0,5	0	10,1	42,22	2	
Обед	Борщ	180	1,96	4,28	9,84	126,86	7,59	N 56ТУТ.
	Тефтели рыбные/диет	70	10,42	3,23	8,66	155,21	1,37	N 120403Д
	Рис отварной/диет	130	3,19	4,35	35,49	193,86		N 130301Д
	Компот из сушеных фруктов	180	0,4	0,02	24,99	123,5	0,36	N 376ТУТ.
	Хлеб ржаной	40	0,43	0,06	2,74	75,6		N 2
Итого за обед		600	16,4	11,94	81,72	675,03	9,32	
Полдник уплотненный	Котлеты картофельные	150	5,05	3,4	33,15	192,93	16,01	N 130108Д
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (варенье)	180	0,12	0,02	10,24	42	0,02	N 392ТУТ.
	Хлеб пшеничный	40	0,78	0,3	5,41	27,9		N 1
Итого за полдник		370	5,95	3,72	48,8	262,83	16,03	
Итого за 05 день БМД		1470	30,05	28,87	189,29	1323,2	27,37	

06 день БМД								
Завтрак 1	Изделия макаронные отварные	170	5,49	5,15	35,22	209,14		N 130401Д
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (варенье)	190	0,12	0,02	10,24	42	0,02	N 392ТУТ.
	Хлеб пшеничный	40	0,78	0,3	5,41	27,9		N 1
Итого за завтрак 1		400	6,39	5,47	50,87	279,04	0,02	
Завтрак 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	100	0,5		10,1	42,22	2	N 399ТУТ.
Итого за завтрак 2		100	0,5	0	10,1	42,22	2	
Обед	Щи из свежей капусты	180	1,22	3,52	6,11	61,02	13,29	N 66.ТУТ.
	Тефтели рыбные/диет	80	10,42	1,63	8,66	155,21	1,37	N 120403Д
	Картофель отварной	130	2,7	3,49	22,04	127,2	13,52	N 130103Д
	Соус томатный	30	0,16	1,1	1,57	16,85		N 228Д/К.+
	Кисель из повидла, джема, варенья	180	0,08	0,06	20,55	194,16	1,02	N 398.Тут.
	Хлеб ржаной	40	0,43	0,06	2,74	13,33		N 2
Итого за обед		640	15,01	9,86	61,67	567,77	29,2	
Полдник уплотненный	Омлет с морковью /диетич	150	17,09	19,54	3,6	258,62	1,95	N 120301Д/1
	Компот из сушеных фруктов	170	0,4	0,02	24,99	123,7	0,36	N 376ТУТ.
	Булочка "Любимая"	40	4,89	3,16	29,56	166,4		N 190107Д/М.
Итого за полдник		360	22,38	22,72	58,15	548,72	2,31	
На весь день	Соль	5						
Итого за 06 день БМД		1500	44,28	38,05	180,79	1437,75	33,53	

07 день БМД								
Завтрак 1	Пудинг манный	150	6,3	3,38	41,01	219,63		N 12229Д
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (сахар)	180	0,06	0,02	9,46	37,89	0,03	N 392ТУТ.
	Повидло	30	0,12		18,3	72	0,12	N 4ГОСТ
	Хлеб пшеничный	40	0,78	0,3	5,41	27,9		N 1
Итого за завтрак 1		400	7,26	3,7	74,18	357,42	0,15	
Завтрак 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	100	0,5		10,1	42,22	2	N 399ТУТ.
Итого за завтрак 2		100	0,5	0	10,1	42,22	2	
Обед	Салат из свеклы	80	0,73	3,03	4,17	46,92	4,74	N 33.ТУТ.
	Суп крестьянский с крупой/перловка/	180	1,5	3,16	8,67	101,2	10,13	N 110322Д
	Голубцы	Ё	7,4	11,7	6,78	161,94	16,32	N 120542Д/1
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (варенье)	200	0,12	0,02	10,24	42	0,02	N 392ТУТ.
	Хлеб ржаной	40	0,43	0,06	2,74	13,33		N 2
Итого за обед		500	10,18	17,97	32,6	365,39	31,21	
Полдник уплотненный	Оладьи	150	9,81	9,11	63,18	373,88		N 120702Д
	Сдоба обыкновенная	40	3,15	2,45	23,59	128,99		N 280.Д/К+
	Напиток из плодов шиповника	180	0,51	0,21	18,67	61	155,72	N 398.Тут.
Итого за полдник		370	13,47	11,77	105,44	563,87	155,72	
На весь день	Соль	5						
Итого за 07 день БМД		1370	31,41	33,44	222,32	1328,9	189,08	

08 день БМД								
Завтрак 1	Каша пшенная	170	4,93	14,9	32,98	285,75		N 120201Д
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (сахар)	190	0,06	0,02	9,46	37,89	0,03	N 392ТУТ.
	Хлеб пшеничный	40	0,78	0,3	5,41	27,9		N 1
Итого за завтрак 1		400	5,77	15,22	47,85	351,54	0,03	
Завтрак 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	100	0,5		10,1	42,22	2	N 399ТУТ.
Итого за завтрак 2		100	0,5	0	10,1	42,22	2	
Обед	Суп картофельный с крупой (РИС)	180	1,38	1,86	11,31	105,8	10,7	N 80ТУТ.
	Рагу из овощей/диет	130	2,41	6,28	14,74	140,7	18,08	N 130203Д/1
	Фрикадельки мясные паровые	80	12,76	10,2	10	182,84		N 120540Д
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (варенье)	180	0,12	0,02	10,24	42	0,02	N 392ТУТ.
	Хлеб ржаной	40	2,4	0,06	17,7	75,6		N 2
Итого за обед		610	19,07	18,42	63,99	546,94	28,8	
Полдник уплотненный	Каша гречневая рассыпчатая с луком и яйцом	150	7,81	8,26	24,99	208,53		N 213Тут.
	Компот из сушеных фруктов	180	0,4	0,02	24,99	123,7	0,36	N 376ТУТ.
	Хлеб пшеничный	40	0,78	0,3	5,41	27,9		N 1
Итого за полдник		370	8,99	8,58	55,39	360,13	0,36	
На весь день	Соль	5						
Итого за 08 день БМД		1480	34,33	42,22	177,33	1300,83	31,19	

09 день БМД								
Завтрак 1	Каша манная	180	2,86	13,77	24,97	235,15		N 120205Д
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (сахар)	180	0,06	0,02	9,46	37,89	0,03	N 392ТУТ.
	Повидло	30	0,12		18,3	72	0,12	N 4ГОСТ
	Хлеб пшеничный	40	0,78	0,3	5,41	27,9		N 1
Итого за завтрак 1		430	3,82	14,09	58,14	372,94	0,15	
Завтрак 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	100	0,5		10,1	42,22	2	N 399ТУТ.
Итого за завтрак 2		100	0,5	0	10,1	42,22	2	
Обед	Салат из кукурузы (консервированной)	50	1,44	3,09	4,02	49,65	4,65	N 12.ТУТ.
	Борщ	180	1,96	4,28	9,84	96,86	7,59	N 56ТУТ.
	Плов из птицы	150	11,85	7,24	20,55	197,43		N 120601Д/1
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (варенье)	180	0,12	0,02	10,24	42	0,02	N 392ТУТ.
	Хлеб ржаной	40	2,4	0,06	17,7	75,6		N 2
Итого за обед		600	17,77	14,69	62,35	461,54	12,26	
Полдник уплотненный	Оладьи	150	9,81	9,11	63,18	373,88		N 120702Д
	Повидло	20	0,08		12,2	48	0,08	N 4ГОСТ
	Компот из сушеных фруктов	180	0,4	0,02	24,99	123,7	0,36	N 376ТУТ.
Итого за полдник		350	10,29	9,13	100,37	545,58	0,44	
На весь день	Соль	5						
Итого за 09 день БМД		1480	32,38	37,91	230,96	1422,28	14,85	

10 день БМД								
Завтрак 1	Каша из хлопьев овсяных	180	3,4	15,21	22,52	240,59		N 120224Д
	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (повидло)	180	0,12	0,02	10,24	42	0,02	N 392ТУТ.
	Хлеб пшеничный	40	0,78	0,3	5,41	27,9		N 1
Итого за завтрак 1		400	4,3	15,53	38,17	310,49	0,02	
Завтрак 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	100	0,5		10,1	42,22	2	N 399ТУТ.
Итого за завтрак 2		100	0,5	0	10,1	42,22	2	
Обед	Рассольник ленинградский (ПЕРЛОВКА)	150	1,51	3,68	11,94	140,94	5,43	N 76ТУТ.
	Картофель отварной	130	2,7	3,13	22,04	142,5	13,52	N 130103Д
	Тефтели рыбные/диет	70	10,42	3,23	8,66	155,21	1,37	N 120403Д
	Соус томатный	30	0,16	1,1	1,57	16,85		N 228Д/К.+
	Кисель из повидла, джема, варенья	180	0,08	0,06	20,55	194,16	1,02	N 383ТУТ.
	Хлеб ржаной	40	2,4	0,06	17,7	75,6		N 2
Итого за обед		600	17,27	11,26	82,46	725,26	21,34	
Полдник уплотненный	Овощи запеченные	130	3,16	4,49	24,41	150,2		N 130111Д
	Напиток из плодов шиповника	180	0,51	0,21	18,67	79	155,72	N 398.Тут.
	Хлеб пшеничный	40	0,78	0,3	5,41	27,9		N 1
Итого за полдник		350	4,45	5	48,49	257,1	155,72	
На весь день	Соль	5						
Итого за 10 день БМД		1450	26,52	31,79	179,22	1335,07	179,08	
Итого за весь период		14700	361,58	378,68	2001,25	13413,7	929,01	
Среднее значение за период		1470	36,16	37,87	200,13	1341,37	92,90	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от кал			3,61	3,78	2,01			

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 454134806024145915483320249861407208698181236608

Владелец Степанова Елена Викторовна

Действителен с 14.08.2024 по 14.08.2025