

УТВЕРЖДАЮ:

И.о. исполнительного директора

АН ДОО «Алмазик»

С. Соловьева С.Н. Соловьева

« 16 » 05 2023

20-дневное цикличное меню для организации питания детей в возрастных группах с 1,5 до 3-х лет и 3-х до 7 лет в детских садах Автономной некоммерческой дошкольной образовательной организации «Алмазик» весенне-летний сезон

Разработано:

Инженером-технологом ООО «Общество с ограниченной ответственностью научно-внедренческая фирма «Центр пищевых технологий»» Т.Ю Ткаченко, г. Новосибирск, ул. Карла Маркса, д. 30, офис 600А

Откорректировано и адаптировано к программе 1-«С» Дошкольное питание для организации рабочей группой сотрудников АН ДОО «Алмазик» в составе: врачей педиатров Алексеевой А.Е., Махно Н.А., Маммадова Д.М., Снычева Р.М., специалистом по организации питания и сестринского дела Кушаевой Г.М., старшей медицинской сестрой детского сада №4 «Лукоморье» Перерва В.В.

Использованы:

- Сборник Технологических нормативов- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях/ Под редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.- М.:ДЕЛи принт, 2012-584с.
Сборник разработан:
Учреждение Российской Академии Медицинских Наук Научно-исследовательский институт питания РАМН, директор, профессор, академик РАМН В.А.Тутельян; ГОУ ВПО Пятигорский государственный технологический университет, профессор В.П.Могильный.
- Основной сборник, использованный в программе 1С-Питание для дошкольных организаций (электронная версия) разработан профессором, академиком РАМН В.А.Тутельян. Рецептура из этого сборника имеется в методических указаниях города Москвы «Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях». Официальное издание. Москва 2007г.
- Методические указания города Москвы «Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях». Официальное издание. Москва 2007г. Разработаны коллективом авторов: Конь И.Я. (ГУ НИИ питания РАМН); Мосов А.В. (Управление Роспотребнадзора по городу Москве, НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков ГУ НЦЗД РАМН); Тобис В.И., (Московский фонд содействия санитарно-эпидемиологическому благополучию населения); Цапенко М.М. (Департамент образования города Москвы).
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения"
- Методические рекомендации к организации общественного питания населения МР 2.3.6.0233-21

Содержание:

1. Цикличное 20-дневное меню для организации питания детей в возрастных группах с 1,5 до 3-х лет и 3-х до 7 лет в детских садах АН ДОО «Алмазик» весенне-летний сезон.
2. Технологические карты приготовления блюд меню из сырья и полуфабрикатов.

МЕНЮ ЛЕТО от 1 года до 3-х лет 1 неделя

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
ЗАВТРАК				
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ И САХАРОМ 150	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ 150	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 150	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 150
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 45	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 45	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 45	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 40	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 45
ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	КАКАО НА МОЛОКЕ 150	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150
II ЗАВТРАК				
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ) 150	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 95	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 95	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 95	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 95
ОБЕД				
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ 40	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 40	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 40	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ 40
БОРЩ С МЯСОМ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С ЯЙЦОМ 150	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ 150	СУП ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 150
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ, СМЕТАННОМ 60/20	ЩИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ 70	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ 150	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 160	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 170
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 110	РИС ОТВАРНОЙ 110	СОУС СМЕТАННЫЙ 20		
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ 150	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 150	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ 150
ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25
ПОЛДНИК				
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА 60	ПРЯНИКИ 20	КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ 60	ВАФЛИ 20	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С ЛУКОМ 60
МОЛОКО 150	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 150	МОЛОКО 150	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 150	МОЛОКО 150
УЖИН				
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ) 110	ПИЦЦА ДЕТСКАЯ 115	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 80	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ 60	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 110
			ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 20	
		СЛАДКИЙ МОЛОЧНЫЙ СОУС 20	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ 110	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 40
ЧАЙ С САХАРОМ 150	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 150	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150	СОК (В АССОРТИМЕНТЕ) 150	ЧАЙ С МЕДОМ 150
ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 95	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 95	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 95	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25

Ч.В.С. 41

МЕНЮ ЛЕТО от 1 года до 3-х лет 2 неделя

6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
ЗАВТРАК				
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	КАША ВЯЗКАЯ "ДРУЖБА 2" 150	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ КУКУРУЗНОЙ 150	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 150	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ 150
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 45	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 45	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 45	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 40	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 45
ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	КАКАО НА МОЛОКЕ 150	ЧАЙ С МЕДОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150
II ЗАВТРАК				
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ) 150	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 95	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 95	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 95	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 95
ОБЕД				
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ 40	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 40	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 40	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40	САЛАТ С КАРТОФЕЛЕМ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ 40
СУП С КОНСЕРВИРОВАННОЙ РЫБОЙ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ С МЯСОМ 150	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ 150	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 150	СУП С КЛЕЦКАМИ С КУРИЦЕЙ 150
РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ 60	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ 69	ФРИКАДЕЛКИ МЯСНЫЕ 60	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 60	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЦАМИ 150
КАПУСТА ТУШЕНАЯ 110	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ 110/20	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 110/20	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД 150	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ 150	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 150
ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25
ПОЛДНИК				
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ 60	ПИРОЖКИ С ЯБЛОКАМИ 60	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ 60	ВАФЛИ 20	ПРЯНИКИ 40
МОЛОКО 150	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 150	МОЛОКО 150	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 150	МОЛОКО 150
УЖИН				
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА 110	ОМЛЕТ С СЫРОМ 110	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С ДЖЕМОМ 140	БИТОЧКИ, РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ 60/20	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ 60
СГУЩЕННОЕ МОЛОКО 20	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40		РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 110	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ 110
ЧАЙ С САХАРОМ 150	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150	КОМПОТ ИЗ КОНСЕРВИРОВАННЫХ ФРУКТОВ 150	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150	СОК (В АССОРТИМЕНТЕ) 150
			ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 20	
ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 95	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25

Молова А

МЕНЮ ЛЕТО от 1 года до 3 –х лет 3 неделя

11 день	12 день	13 день	14 день	15 день
ЗАВТРАК				
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ 150	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 150	КАША ИЗ СМЕСИ КРУП С ЯБЛОКАМИ 150	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 150	СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ 150
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 45	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 45	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 45	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 40	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 45
ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	КАКАО НА МОЛОКЕ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150
II ЗАВТРАК				
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ) 150	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 95	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 95	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 95	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 95
ОБЕД				
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ 40	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 40	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 40	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 40	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ 150	БОРЩ С МЯСОМ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С ЯЙЦОМ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 150	СУП ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 150
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ГОВЯДИНОЙ 170	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 60	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ 60	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ 170	ПЦНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ 70
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 110	РИС ОТВАРНОЙ 110		КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ 110
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ 150	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ ФРУКТОВ 150	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 150	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ ФРУКТОВ 150
ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25
ПОЛДНИК				
КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ 60	ПИРОЖКИ С ЯБЛОКАМИ 60	ПРЯНИКИ 20	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА 60	ПЕЧЕНЬЕ 20
МОЛОКО 150	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 150	МОЛОКО 150	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 150	МОЛОКО 150
УЖИН				
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СЛАДКИМ МОЛОЧНЫМ СОУСОМ 80/20	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 110	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ 110/20	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ 150	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ 110
ЧАЙ С САХАРОМ 150	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150	ЧАЙ С МЕДОМ 150	СОК (В АССОРТИМЕНТЕ) 150	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ 150
			ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 20	
ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 95	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 95

И. В. Петров

МЕНЮ ЛЕТО от 1 года до 3 –х лет 4 неделя

16 день	17 день	18 день	19 день	20 день
ЗАВТРАК				
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 150	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ 150	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 150	КАША ИЗ СМЕСИ КРУП С ЯБЛОКАМИ 150
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 45	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 45	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЫРОМ 45	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 45	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 40
ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	КАКАО НА МОЛОКЕ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150
II ЗАВТРАК				
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ) 150	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 95	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 95	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 95	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 95
ОБЕД				
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 40	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ 40	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 40	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 40	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 40
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 150	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С ЯЙЦОМ 150	СУП С БОБОВЫМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 150	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ 150
ПТИЦА ТУШЕНАЯ СМЕТАННЫМ СОУСОМ 60/20	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 60	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ 150	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРИЦЫ 60	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 60
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 110	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПЕРЛОВАЯ 110	СОУС МОЛОЧНЫЙ 20	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ 110	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 150	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ ФРУКТОВ 150	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ 150	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД 150
ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 25
ПОЛДНИК				
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ 60	ПРЯНИКИ 20	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ 60	ВАФЛИ 20	ПЕЧЕНЬЕ 40
МОЛОКО 150	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 150	МОЛОКО 150	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 150	МОЛОКО 150
УЖИН				
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ) 110	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ С ТЕРТЫМ СЫРОМ, ЗАПЕЧЕННЫЕ 150	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С ДЖЕМОМ 140	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ 69	ОМЛЕТ С СЫРОМ 110
	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40		ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 110	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 40
ЧАЙ С САХАРОМ 150	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД 150	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150	СОК (В АССОРТИМЕНТЕ) 150
			ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 20	
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 95	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 95	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 25

Ч.О.Л. В.А.

Неделя 1, день 1-понедельник, летне-осенний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	150	4,31	3,01	14,13	108,9	93	52
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	2,8	8,5	16,5	153	3	18
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,23	1,95	11,93	74,17	394	6
Итого за прием пищи:	345	9,34	13,46	42,56	336,07		
II ЗАВТРАК							
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	150	0,45	0,3	14,5	62,24		128
Итого за прием пищи:	150	0,45	0,3	14,5	62,24		
ОБЕД							
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ	40	0,53	1,04	2,07	19,72	320	26
БОРЩ С МЯСОМ	150	5,94	4,36	8,24	96	62	46
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСЕ СМЕТАННОМ С ЛУКОМ	60	7,89	6,3	7,48	118,5	286	75
	60	0,98	3,53	4,23	52,5	356	129
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,75	4,62	16,17	116,6	321	67
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,33	0,02	24,83	84,75	376	11
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	620	21,65	20,36	81,68	580,38		
ПОЛДНИК							
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	60	4,68	3,7	32,3	181,2	473	100
МОЛОКО	150	4,5	5,25	7,05	93	400	9
Итого за прием пищи:	210	9,18	8,95	39,35	274,2		
УЖИН							
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	105	14,8	10,86	15,31	218	230	105
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,01	8,33	33,33	392	4
ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ)	95	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	350	15,25	11,27	31,44	288,92		
Всего за день:	1675	55,87	54,34	209,53	1541,81		

И.О.И. С.И.

Неделя 1, день 2-вторник, летне-осенний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ И САХАРОМ	150	4,67	4,86	25,83	166	168	89
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	2,8	8,5	16,5	153	1	16
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,38	2,01	11,97	73,85	395	7
Итого за прием пищи:	345	9,85	15,37	54,3	392,85		
II ЗАВТРАК							
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	95	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	95	0,4	0,4	7,8	37,59		
ОБЕД							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	1	5,6	13a	19
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С ЯЙЦОМ	150	2,84	1,5	11,6	84,4	80a	47
ЩНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	10,3	3,1	6,7	95,5	258	63
РИС ОТВАРНОЙ	110	2,47	4,17	27,46	160,7	315	68
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ	150	0,13	0,06	20,13	81,61	378	12
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	570	19,29	9,36	85,55	520,12		
ПОЛДНИК							
ПРЯНИКИ	20	0,65	0,9	12	55		126
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	150	4,2	5,25	16,5	130,5	401	10
Итого за прием пищи:	170	4,85	6,15	28,5	185,5		
УЖИН							
ПИЦЦА ДЕТСКАЯ	115	18,45	15,4	32,1	335,8	465	122
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,12	0,12	17,9	73,2	372	14
ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ)	95	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	360	18,97	15,92	57,8	446,59		
Всего за день:	1540	53,36	47,2	233,95	1582,65		

а.о.м. р.д.

Неделя 1, день 3-среда, летне-осенний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	2,3	3,6	20	120	185	86
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	45	4,73	6,88	14,56	139	1	16
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,01	8,33	33,33	392	4
Итого за прием пищи:	345	7,08	10,49	42,89	292,33		
II ЗАВТРАК							
ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ)	95	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	95	0,4	0,4	7,8	37,59		
ОБЕД							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	0,4	2,5	1,49	30	15	23
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	150	2,7	3,8	5,2	66,4	66	48
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	150	11,4	9,3	26,7	236,3	291	76
	20	0,28	1	1,17	14,82	354	115
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,33	0,02	24,83	84,75	377	13
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	560	18,34	17,11	78,05	524,58		
ПОЛДНИК							
КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ	60	3,94	6,75	37,18	224,8	496	97
МОЛОКО 150	150	4,5	5,25	7,05	93	400	9
Итого за прием пищи:	210	8,44	12	44,23	317,8		
УЖИН							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СЛАДКИМ МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	80	14,05	9,66	18,08	200,06	237	103
	20	0,39	0,9	2,65	20,3	351	116
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,12	0,02	10,2	41	393	3
ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ)	95	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	345	14,96	10,98	38,73	298,95		
Всего за день:	1555	49,22	50,98	211,7	1471,25		

А.О.Ил. П.С.

Неделя 1, день 4-четверг, летне-осенний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	3,14	3	23,71	134,29	168	82
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	2	4	12,6	89,3	2	17
КАКАО НА МОЛОКЕ	150	3,06	2,66	13,18	89,17	397	8
Итого за прием пищи:	340	8,2	9,66	49,49	312,76		
II ЗАВТРАК							
ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ)	95	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	95	0,4	0,4	7,8	37,59		
ОБЕД							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,44	0,08	1,53	9,65	10,05	20
СУП ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	1,53	3,5	8,22	70,55	86	45
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	16,59	5,81	26,76	226	304	64
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,12	0,12	17,9	73,2	372	14
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	550	21,91	10	73,07	471,71		
ПОЛДНИК							
ВАФЛИ	20	0,55	0,65	12,5	53,75		127
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	150	4,2	5,25	16,5	130,5	401	10
Итого за прием пищи:	170	4,75	5,9	29	184,25		
УЖИН							
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	60	9,21	3,24	6,88	93,15	255	73
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,54	2,3	0,14	31,4	213	108
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2,75	4,62	16,17	116,6	165	88
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	150	0,45	0,3	14,5	62,24		128
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Итого за прием пищи:	365	16,55	10,75	45,79	345,59		
Всего за день:	1520	51,81	36,71	205,15	1351,9		

И.И.И.И.

Неделя 1, день 5-пятница, летне-осенний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	1,55	2,78	0,66	110	185	83
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	2,8	8,5	16,5	153	1	16
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,12	0,02	10,2	41	393	3
Итого за прием пищи:	345	4,47	11,3	27,36	304		
II ЗАВТРАК							
ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ)	95	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	95	0,4	0,4	7,8	37,59		
ОБЕД							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	40	0,5	2,5	1,9	32	14	21
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150	4,05	3,15	9,3	81	83	40
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	21,28	5,77	16,97	204,77	276	74
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ	150	0,13	0,06	20,13	81,61	375	15
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	560	29,19	11,97	66,96	491,69		
ПОЛДНИК							
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С ЛУКОМ	60	3,91	4,7	23,75	153	454	95 а
МОЛОКО	150	4,5	5,25	7,05	93	400	9
Итого за прием пищи:	210	8,41	9,95	30,8	246		
УЖИН							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	9,27	18,7	1,9	215	215	106
ЧАЙ С МЕДОМ	150	0,05	0,01	8,33	33,33	392 А	5
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,44	0,08	1,53	9,65	136	20
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Итого за прием пищи:	325	11,36	19,08	19,86	300,18		
Всего за день:	1535	53,83	52,7	152,78	1379,46		

Ч.О. Черныш

Неделя 2, день 6-понедельник, летне-осенний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,99	3,9	24,5	149,04	185	84
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	2,8	8,5	16,5	153	3	18
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,23	1,95	11,93	74,17	394	6
Итого за прием пищи:	345	9,02	14,35	52,93	376,21		
II ЗАВТРАК							
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	150	0,45	0,3	14,5	62,24		128
Итого за прием пищи:	150	0,45	0,3	14,5	62,24		
ОБЕД							
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	40	0,6	2,4	3,3	38	33	24
СУП С КОНСЕРВИРОВАННОЙ РЫБОЙ	150	7,74	7,3	8,74	131,9	87	50
РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	60	7,46	6,15	5,87	109	295	54
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,18	4,081	10,44	86,9	132	58
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,33	0,02	24,83	84,75	377	13
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	560	21,54	20,441	71,84	542,86		
ПОЛДНИК							
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	60	4,96	9,2	39,02	259	460	98
МОЛОКО	150	4,5	5,25	7,05	93	400	9
Итого за прием пищи:	210	9,46	14,45	46,07	352		
УЖИН							
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	110	20,56	13,94	12,54	257,4	231	102
	20	0,43	0,45	2,95	17,37		
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,01	8,33	33,33	392	4
ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ)	95	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	375	21,44	14,8	31,62	345,69		
Всего за день:	1640	61,91	64,341	216,96	1679		

И.О.И.И.

Неделя 2, день 7-вторник, летне-осенний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША ВЯЗКАЯ "ДРУЖБА 2"	150	2,3	3,8	24,1	136,5	168	90
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	2,8	8,5	16,5	153	1	16
КАКАО НА МОЛОКЕ	150	3,06	2,66	13,18	89,17	397	8
Итого за прием пищи:	345	8,16	14,96	53,78	378,67		
II ЗАВТРАК							
ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ)	95	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	95	0,4	0,4	7,8	37,59		
ОБЕД							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,44	0,08	1,53	9,65	10,05	20
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ С МЯСОМ	150	7,06	3,82	10,51	104,73	81	37
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	69	10	2,4	6,7	88,5	257	69
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	110	2,99	2,74	12,8	87,87	332	57
	20	0,41	1,05	1,42	16,76	350	113
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	150	0,2	0,09	16,6	68,1	375	15
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	589	24,33	10,67	68,22	467,92		
ПОЛДНИК							
ПИРОЖКИ С ЯБЛОКАМИ	60	3,5	3,85	28,87	164	454	95 6
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	150	4,2	5,25	16,5	130,5	401	10
Итого за прием пищи:	210	7,7	9,1	45,37	294,5		
УЖИН							
ОМЛЕТ С СЫРОМ	110	11,8	21,8	1,8	251	215	107
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	1	5,6	13a	19
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,12	0,02	10,2	41	376	11
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Итого за прием пищи:	325	13,84	22,15	21,1	339,8		
Всего за день:	1564	54,43	57,28	196,27	1518,48		

С.О.Сел. П. А.

Неделя 2, день 8-среда, летне-осенний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ КУКУРУЗНОЙ	150	3,7	3,8	12,4	99	94	53
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	2,8	8,5	16,5	153	1	16
ЧАЙ С МЕДОМ	150	0,05	0,01	8,33	33,33	392А	5
Итого за прием пищи:	345	6,55	12,31	37,23	285,33		
II ЗАВТРАК							
ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ)	95	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	95	0,4	0,4	7,8	37,59		
ОБЕД							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	0,3	2,4	0,95	27	14а	22
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ	150	5,56	4,34	11	105,5	76	36
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	60	11,45	6,07	0,47	102,36	121	55
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	110	2,35	6,52	17,08	136,4	133	77
СОУС СМЕТАННЫЙ		0,28	1	1,17	14,82	354	115
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ	150	0,13	0,06	20,13	81,61	378	12
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	560	23,3	20,88	69,46	560		
ПОЛДНИК							
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	60	4,74	4,87	32,7	193,2	467	99
МОЛОКО	150	4,5	5,25	7,05	93	400	9
Итого за прием пищи:	210	9,24	10,12	39,75	286,2		
УЖИН							
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С ДЖЕМОМ	140	18,23	12,91	41,24	355,6	235	101
КОМПОТ ИЗ КОНСЕРВИРОВАННЫХ ФРУКТОВ	150	0,37	0,14	24,33	100,05	377	13
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Итого за прием пищи:	315	20,2	13,34	73,67	497,85		
Всего за день:	1525	59,69	57,05	227,91	1666,97		

И.О.И.И.И.

Неделя 2, день 9-четверг, летне-осенний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	1,55	2,78	0,66	110	185	83
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	2	4	12,6	89,3	2	17
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,38	2,01	11,97	73,85	395	7
Итого за прием пищи:	340	5,93	8,79	25,23	273,15		
II ЗАВТРАК							
ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ)	95	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	95	0,4	0,4	7,8	37,59		
ОБЕД							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	1	5,6	13а	19
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	6,84	4,4	6,41	92,65	67	38
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	7,76	6,22	1,65	93,5	278	62
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,32	3,63	28,47	171,71	165	88
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,33	0,02	24,83	84,75	376	11
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	560	24,8	14,8	81,02	540,52		
ПОЛДНИК							
ВАФЛИ	20	0,55	0,65	12,5	53,75		127
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	150	4,2	5,25	16,5	130,5	401	10
Итого за прием пищи:	170	4,75	5,9	29	184,25		
УЖИН							
БИТОЧКИ, РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	60	8,45	8,88	5,3	135	306	72
	20	0,28	1	1,17	14,82	354	115
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	110	2,5	7	20	150	137	15
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,12	0,02	10,2	41	393	3
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,54	2,3	0,14	31,4	213	108
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Итого за прием пищи:	385	15,49	19,49	44,91	414,42		
Всего за день:	1550	51,37	49,38	187,96	1449,93		

Ч.О.М.Б.Д.

Неделя 2, день 10-пятница, летне-осенний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	3,36	3,59	19,26	122,93	185	85
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	45	4,73	6,88	14,56	139	1	16
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,01	8,33	33,33	392	4
Итого за прием пищи:	345	8,14	10,48	42,15	295,26		
II ЗАВТРАК							
ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ)	95	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	95	0,4	0,4	7,8	37,59		
ОБЕД							
САЛАТ С КАРТОФЕЛЕМ С СОЛЕНЬИМИ ОГУРЦАМИ	40	0,55	2,084	3,43	34,64	22	27
СУП С КЛЕЦКАМИ С КУРИЦЕЙ	150	1,96	1,9	8,3	58,2	85	34
ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	9,37	2,28	16,49	124	302	78
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,12	0,12	17,9	73,2	372	14
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	540	15,23	6,874	64,78	382,35		
ПОЛДНИК							
ПРЯНИКИ	40	1,3	1,8	24	110		126
МОЛОКО	150	4,5	5,25	7,05	93	400	9
Итого за прием пищи:	190	5,8	7,05	31,05	203		
УЖИН							
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	60	9,21	3,24	6,88	93,15	255	73
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	4,03	3,1	19,34	121,36	205	111
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	150	0,45	0,3	14,5	62,24		128
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Итого за прием пищи:	345	15,29	6,93	48,82	318,95		
Всего за день:	1515	44,86	31,734	194,6	1237,15		

В.О. Мел. П.А.

Неделя 3, день 11-понедельник, летне-осенний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	2,3	3,6	20	120	185	86
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	2,8	8,5	16,5	153	1	16
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,23	1,95	11,93	74,17	394	6
Итого за прием пищи:	345	7,33	14,05	48,43	347,17		
II ЗАВТРАК							
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	150	0,45	0,3	14,5	62,24		128
Итого за прием пищи:	150	0,45	0,3	14,5	62,24		
ОБЕД							
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	40	0,6	2,4	3,3	38	33	24
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	150	6,46	3,5	10	100	80	33
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ГОВЯДИНОЙ	170	13,2	15,25	6,04	213,75	336	66
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ	150	0,13	0,06	20,13	81,61	378	12
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	560	23,62	21,7	58,13	525,67		
ПОЛДНИК							
КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ	60	3,94	6,75	37,18	224,8	496	97
МОЛОКО	150	4,5	5,25	7,05	93	400	9
Итого за прием пищи:	210	8,44	12	44,23	317,8		
УЖИН							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СЛАДКИМ МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	80	14,05	9,66	18,08	200,06	237	103
	20	0,39	0,9	2,65	20,3		
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,01	8,33	33,33	392	4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Итого за прием пищи:	275	16,09	10,86	37,16	295,89		
Всего за день:	1540	55,93	58,91	202,45	1548,77		

И.О.В.Б.А.

Неделя 3, день 12-вторник, летне-осенний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	3,14	3	23,71	134,29	168	82
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	45	4,73	6,88	14,56	139	3	18
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,38	2,01	11,97	73,85	395	7
Итого за прием пищи:	345	10,25	11,89	50,24	347,14		
II ЗАВТРАК							
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	95	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	95	0,4	0,4	7,8	37,59		
ОБЕД							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,44	0,08	1,53	9,65	10,05	20
БОРЩ С МЯСОМ	150	5,94	4,36	8,24	96	62	46
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	7,9	5,7	1,63	90,54	277	70
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2,09	3,17	16,83	104,39	318	71
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ ФРУКТОВ	150	0,37	0,14	24,33	100,05	377	13
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	560	19,97	13,94	71,22	492,94		
ПОЛДНИК							
ПИРОЖКИ С ЯБЛОКАМИ	60	3,5	3,85	28,87	164	454	95 6
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	150	4,2	5,25	16,5	130,5	401	10
Итого за прием пищи:	210	7,7	9,1	45,37	294,5		
УЖИН							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	9,7	18,7	1,9	215	215	106
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	1	5,6	13а	19
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,12	0,02	10,2	41	393	3
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Итого за прием пищи:	325	11,74	19,05	21,2	303,8		
Всего за день:	1535	50,06	54,38	195,83	1475,97		

И. С. Сел. С. С.

Неделя 3, день 13-среда, летне-осенний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША ИЗ СМЕСИ КРУП С ЯБЛОКАМИ	150	5,75	3,3	25,88	156,1	180	81
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	2,8	8,5	16,5	153	1	16
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,01	8,33	33,33	392	4
Итого за прием пищи:	345	8,6	11,81	50,71	342,43		
II ЗАВТРАК							
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	95	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	95	0,4	0,4	7,8	37,59		
ОБЕД							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	0,3	2,4	0,95	27	14а	22
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С ЯЙЦОМ	150	4,24	4	9,8	95,3	80а	47
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	60	9,21	3,24	6,88	93,15	255	73
РИС ОТВАРНОЙ	110	2,47	4,17	27,46	160,7	315	68
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,12	0,12	17,9	73,2	372	14
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	560	19,57	14,42	81,65	541,66		
ПОЛДНИК							
ПРЯНИКИ	20	0,65	0,9	12	55		126
МОЛОКО	150	4,5	5,25	7,05	93	400	9
Итого за прием пищи:	170	5,15	6,15	19,05	148		
УЖИН							
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	110	20,56	13,94	12,54	257,4	231	102
	20	0,28	1	1,17	14,82	354	115
ЧАЙ С МЕДОМ	150	0,05	0,01	8,33	33,33	392А	5
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	95	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	375	21,29	15,35	29,84	343,14		
Всего за день:	1545	55,01	48,13	189,05	1412,82		

И.О. Пет. П. Ш.

Неделя 3, день 14-четверг, летне-осенний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	2,7	1,7	17,1	125	185	91
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	2	4	12,6	89,3	2	17
КАКАО НА МОЛОКЕ	150	3,06	2,66	13,18	89,17	397	8
Итого за прием пищи:	340	7,76	8,36	42,88	303,47		
II ЗАВТРАК							
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	95	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	95	0,4	0,4	7,8	37,59		
ОБЕД							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0,54	2,46	3,38	37,92	45	25
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150	4,05	3,15	9,3	81	83	40
МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ	170	16,2	13,3	11,03	228	274	80
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,33	0,02	24,83	84,75	376	11
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	560	24,35	19,42	67,2	523,98		
ПОЛДНИК							
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	60	4,68	3,7	32,3	181,2	473	100
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	150	4,2	5,25	16,5	130,5	401	10
Итого за прием пищи:	210	8,88	8,95	48,8	311,7		
УЖИН							
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	150	11,4				291	76
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	9,3	26,7	236,3		
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	150	0,45	0,3	14,5	62,24		128
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,54	2,3	0,14	31,4	213	108
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Итого за прием пищи:	385	16,31	12,19	49,44	372,14		
Всего за день:	1590	57,7	49,32	216,12	1548,88		

М. О. Л. Г. Д.

Неделя 3, день 15-пятница, летне-осенний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	150	4,31	3,01	14,13	108,9	93	52
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	2,8	8,5	16,5	153	3	18
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	2,38	2,01	11,97	73,85	393	3
Итого за прием пищи:	345	9,49	13,52	42,6	335,75		
II ЗАВТРАК							
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	95	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	95	0,4	0,4	7,8	37,59		
ОБЕД							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	1	5,6	13a	19
СУП ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	1,53	3,5	8,22	70,55	86	45
ЩИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	10,5	3,15	6,77	96,83	258	63
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	110	6,32	3,63	28,47	171,71	165	88
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ ФРУКТОВ	150	0,37	0,14	24,33	100,05	377	13
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	570	22,27	10,95	87,45	537,05		
ПОЛДНИК							
ПЕЧЕНЬЕ	20	1	1,1	12,5	58		125
МОЛОКО	150	4,5	5,25	7,05	93	400	9
Итого за прием пищи:	170	5,5	6,35	19,55	151		
УЖИН							
ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	110	4,06	9,93	19,01	181,50	155	56
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ	150	0,13	0,06	20,13	81,61	378	12
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	95	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	355	4,589	10,393	46,938	300,7		
Всего за день:	1535	42,249	41,613	204,338	1362,09		

М.С. Б. С.

Неделя 4, день 16-понедельник, летне-осенний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,99	3,9	24,5	149,04	185	84
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	2,8	8,5	16,5	153	1	16
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,23	1,95	11,93	74,17	394	6
Итого за прием пищи:	345	9,02	14,35	52,93	376,21		
II ЗАВТРАК							
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	150	0,45	0,3	14,5	62,24		128
Итого за прием пищи:	150	0,45	0,3	14,5	62,24		
ОБЕД							
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0,94	1,84	4,94	40,04	54	28
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	1,4	1,7	9,98	60,75	77	43
ПТИЦА ТУШЕНАЯ	60	14,2	13	3,6	186,8	301	61
СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,28	1	1,17	14,82	354	115
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	110	2,5	7	20	150	137	65
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,12	0,12	17,9	73,2	372	14
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	580	22,67	25,15	76,25	617,92		
ПОЛДНИК							
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	60	4,96	9,2	39,02	259	460	98
МОЛОКО	150	4,5	5,25	7,05	93	400	9
Итого за прием пищи:	210	9,46	14,45	46,07	352		
УЖИН							
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	110	14,79	10,86	15,31	218	230	105
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,01	8,33	33,33	392	4
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	95	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	355	15,24	11,27	31,44	288,92		

и.о.м. б. Д

Неделя 4, день 17-вторник, летне-осенний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	2,7	3,9	17,1	114,3	185	91
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	2,8	8,5	16,5	153	1	16
КАКАО НА МОЛОКЕ	150	3,06	2,66	13,18	89,17	397	8
Итого за прием пищи:	345	8,56	15,06	46,78	356,47		
II ЗАВТРАК							
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	95	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	95	0,4	0,4	7,8	37,59		
ОБЕД							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	40	0,5	2,5	1,9	32	14	21
СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	150	6,93	3,87	9,64	101,25	58	39
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	7,76	6,22	1,65	93,5	278	62
КАША РАССЫПЧАТАЯ ПЕРЛОВАЯ	110	5,06	4,5	35,9	205,7	165	87
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,33	0,02	24,83	84,75	376	11
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	560	23,81	17,6	92,58	609,51		
ПОЛДНИК							
ПРЯНИКИ	20	0,65	0,9	12	55		126
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	150	4,2	5,25	16,5	130,5	401	10
Итого за прием пищи:	170	4,85	6,15	28,5	185,5		
УЖИН							
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ С ТЕРТЫМ СЫРОМ ЗАПЕЧЕННЫЕ	150	7,1	7,01	29,63	210	207	110
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	1	5,6	13а	19
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	150	0,2	0,09	16,6	68,1	375	15
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Итого за прием пищи:	365	9,22	7,43	55,33	325,9		
Всего за день:	1535	46,84	46,64	230,99	1514,97		

А.О. Кол. Г. С.

Неделя 4, день 18-среда, летне-осенний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	3,36	3,59	19,26	122,93	185	85
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	45	4,73	6,88	14,56	139	3	18
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,01	8,33	33,33	392	4
Итого за прием пищи:	345	8,14	10,48	42,15	295,26		
II ЗАВТРАК							
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	95	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	95	0,4	0,4	7,8	37,59		
ОБЕД							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,44	0,08	1,53	9,65	10,05	20
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С ЯЙЦОМ	150	4,24	4	9,8	95,3	80а	47
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	150	18,6	7,4	20,51	223	294	79
	20	0,41	1,05	1,42	16,76	350	113
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ ФРУКТОВ	150	0,37	0,14	24,33	100,05	377	13
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	560	27,29	13,16	76,25	537,07		
ПОЛДНИК							
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	60	4,74	4,87	32,7	193,2	467	99
МОЛОКО	150	4,5	5,25	7,05	93	400	9
Итого за прием пищи:	210	9,24	10,12	39,75	286,2		
УЖИН							
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С ДЖЕМОМ	140	18,23	12,91	41,24	355,6	235	101
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,12	0,02	10,2	41		
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	95	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	385	18,75	13,33	59,24	434,19		
Всего за день:	1595	63,82	47,49	225,19	1590,31		

И.О. Вел. Г. С.

Неделя 4, день 19-четверг, летне-осенний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	1,55	2,78	0,66	110	185	83
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	2,8	8,5	16,5	153	1	16
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,38	2,01	11,97	73,85	395	7
Итого за прием пищи:	345	6,73	13,29	29,13	336,85		
II ЗАВТРАК							
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	95	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	95	0,4	0,4	7,8	37,59		
ОБЕД							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	0,4	2,5	1,49	30	15	23
СУП С БОБОВЫМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,78	3,63	11,26	80,85	81a	44
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРИЦЫ	60	11,22	2,36	9,33	103	305	60
ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	110	4,06	9,93	19,01	181,5	155	56
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ	150	0,13	0,06	20,13	81,61	378	12
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	560	22,82	18,97	79,88	569,27		
ПОЛДНИК							
ВАФЛИ	20	0,55	0,65	12,5	53,75		127
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	150	4,2	5,25	16,5	130,5	401	10
Итого за прием пищи:	170	4,75	5,9	29	184,25		
УЖИН							
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	69	10	2,4	6,7	88,5	257	69
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,75	4,62	16,17	116,6	321	67
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,33	0,02	24,83	84,75	377	13
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,54	2,3	0,14	31,4	213	108
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Итого за прием пищи:	374	17,22	9,63	55,94	363,45		
Всего за день:	1374	47,17	42,29	172,75	1307,16		

И.И.И.

Неделя 4, день 20-пятница, летне-осенний период от 1 года до 3-х лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША ИЗ СМЕСИ КРУП С ЯБЛОКАМИ	150	5,75	3,3	25,88	156,1	180	81
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	2	4	12,6	89,3	2	17
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,23	1,95	11,93	74,17	393	3
Итого за прием пищи:	340	9,98	9,25	50,41	319,57		
II ЗАВТРАК							
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	95	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	95	0,4	0,4	7,8	37,59		
ОБЕД							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	0,3	2,4	0,95	27	14а	22
РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	150	2,8	3,4	10	81,8	75	49
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	7,9	5,7	1,63	90,54	277	70
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,32	3,63	28,47	171,71	165	88
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	150	0,2	0,09	16,6	68,1	375	15
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,63	0,2	10,56	50,11	114	123
Итого за прием пищи:	560	20,75	15,71	76,31	531,46		
ПОЛДНИК							
ПЕЧЕНЬЕ	40	2	2,2	25	116		125
МОЛОКО	150	4,5	5,25	7,05	93	400	9
Итого за прием пищи:	190	6,5	7,45	32,05	209		
УЖИН							
ОМЛЕТ С СЫРОМ	110	11,8	21,8	1,8	251	215	107
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,44	0,08	1,53	9,65	10,05	
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	150	0,45	0,3	14,5	62,24		128
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,6	0,29	8,1	42,2	115	124
Итого за прием пищи:	325	14,29	22,47	25,93	365,09		
Всего за день:	1510	51,92	55,28	192,5	1462,71		

И.О.И.И.И.

МЕНЮ ЛЕТО от 3-х лет до 7 –ми лет 1 неделя

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день
ЗАВТРАК				
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ 200	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ И САХАРОМ 200	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ 200	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 200	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 200
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 45	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 45	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 60	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 50	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 45
ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КАКАО НА МОЛОКЕ 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180
II ЗАВТРАК				
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ) 200	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 100	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 100	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 100	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 100
ОБЕД				
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ 50	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 50	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ 50
БОРЩ С МЯСОМ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С ЯЙЦОМ 180	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ 180	СУП ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 180
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ, СМЕТАННОМ 80/30	ЦНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ 90	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ 180	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 210	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 210
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130	РИС ОТВАРНОЙ 130	СОУС СМЕТАННЫЙ 30		
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 180	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ 180
ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35
ПОЛДНИК				
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА 70	ПРЯНИКИ 40	КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ 70	ВАФЛИ 40	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С ЛУКОМ 70
МОЛОКО 180	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 180	МОЛОКО 180	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 180	МОЛОКО 180
УЖИН				
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ) 130	ПИЦЦА ДЕТСКАЯ 130	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 100	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ 80	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 130
			ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 20	
		СЛАДКИЙ МОЛОЧНЫЙ СОУС 30	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 130	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50
ЧАЙ С САХАРОМ 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	СОК (В АССОРТИМЕНТЕ) 200	ЧАЙ С МЕДОМ 180
ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 100	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 100	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30

Ирина

МЕНЮ ЛЕТО от 3-х лет до 7 –ми лет 2 неделя

6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
ЗАВТРАК				
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ 200	КАША ВЯЗКАЯ "ДРУЖБА 2" 200	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ КУКУРУЗНОЙ 200	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 200	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ 200
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 45	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 45	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 45	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 50	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ 60
ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	КАКАО НА МОЛОКЕ 180	ЧАЙ С МЕДОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180
II ЗАВТРАК				
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ) 200	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 100	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 100	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 100	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 100
ОБЕД				
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ 50	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 50	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50	САЛАТ С КАРТОФЕЛЕМ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ 50
СУП С КОНСЕРВИРОВАННОЙ РЫБОЙ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ С МЯСОМ 180	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ 180	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 180	СУП С КЛЕЦКАМИ С КУРИЦЕЙ 180
РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ 80	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ 92	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ 80	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 80	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ 200
КАПУСТА ТУШЕНАЯ 130	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ 130/30	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 130/30	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД 180	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 180
ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35
ПОЛДНИК				
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ 70	ПИРОЖКИ С ЯБЛОКАМИ 70	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ 70	ВАФЛИ 40	ПРЯНИКИ 40
МОЛОКО 180	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 180	МОЛОКО 180	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 180	МОЛОКО 180
УЖИН				
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА 130	ОМЛЕТ С СЫРОМ 130	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С ДЖЕМОМ 170	БИТОЧКИ, РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ 80/30	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ 80
СГУЩЕННОЕ МОЛОКО 30	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50		РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 130	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ 130
ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	КОМПОТ ИЗ КОНСЕРВИРОВАННЫХ ФРУКТОВ 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	СОК (В АССОРТИМЕНТЕ) 200
			ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 20	
ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30

Handwritten signature

МЕНЮ ЛЕТО от 3-х лет до 7-ми лет 3 неделя

11 день	12 день	13 день	14 день	15 день
ЗАВТРАК				
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ 200	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 200	КАША ИЗ СМЕСИ КРУП С ЯБЛОКАМИ 200	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 200	СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ 200
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 45	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЫРОМ 60	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 45	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 50	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 45
ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КАКАО НА МОЛОКЕ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180
II ЗАВТРАК				
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ) 200	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 100	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 100	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 100	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 100
ОБЕД				
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ 50	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 50	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 50	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ 180	БОРЩ С МЯСОМ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С ЯЙЦОМ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 180	СУП ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 180
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ГОВЯДИНОЙ 210	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 80	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ 80	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ 220	ЩИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ 90
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 130	РИС ОТВАРНОЙ 130		КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ 130
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ 180	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ ФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ ФРУКТОВ 180
ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35
ПОЛДНИК				
КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ 70	ПИРОЖКИ С ЯБЛОКАМИ 70	ПРЯНИКИ 40	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА 70	ПЕЧЕНЬЕ 40
МОЛОКО 180	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 180	МОЛОКО 180	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 180	МОЛОКО 180
УЖИН				
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СЛАДКИМ МОЛОЧНЫМ СОУСОМ 100/30	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 130	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ 130/30	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ 180	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ 130
ЧАЙ С САХАРОМ 180	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	ЧАЙ С МЕДОМ 180	СОК (В АССОРТИМЕНТЕ) 200	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ 180
			ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 20	
ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 100

МЕНЮ ЛЕТО от 3-х лет до 7 –ми лет 4 неделя

16 день	17 день	18 день	19 день	20 день
ЗАВТРАК				
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ 200	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 200	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ 200	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 200	КАША ИЗ СМЕСИ КРУП С ЯБЛОКАМИ 200
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 45	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 45	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЫРОМ 60	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 45	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 50
ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	КАКАО НА МОЛОКЕ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180
II ЗАВТРАК				
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ) 200	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 100	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 100	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 100	ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ) 100
ОБЕД				
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ 50	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 50
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 180	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С ЯЙЦОМ 180	СУП С БОБОВЫМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ 180	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ 180
ПТИЦА ТУШЕНАЯ СМЕТАННЫМ СОУСОМ 80/30	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 80	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ 180	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРИЦЫ 80	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 80
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 130	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПЕРЛОВАЯ 130	СОУС МОЛОЧНЫЙ 30	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ 130	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ ФРУКТОВ 180	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД 180
ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 35
ПОЛДНИК				
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ 70	ПРЯНИКИ 40	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ 70	ВАФЛИ 40	ПЕЧЕНЬЕ 40
МОЛОКО 180	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 180	МОЛОКО 180	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 180	МОЛОКО 180
УЖИН				
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ) 130	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ С ТЕРТЫМ СЫРОМ, ЗАПЕЧЕННЫЕ 200	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С ДЖЕМОМ 170	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ 92	ОМЛЕТ С СЫРОМ 130
	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50
ЧАЙ С САХАРОМ 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	СОК (В АССОРТИМЕНТЕ) 200
			ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 20	
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30

4022-411

Неделя 1, день 1-понедельник, летне-осенний период от 3-х лет до 7-ми лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	200	5,75	3,21	18,84	145,2	93	52
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	2,8	8,5	16,5	153	3	18
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,67	2,34	14,31	89	394	6
Итого за прием пищи:	425	11,22	14,05	49,65	387,2		
II ЗАВТРАК							
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	200	0,6	0,4	19,36	82,99		128
Итого за прием пищи:	200	0,6	0,4	19,36	82,99		
ОБЕД							
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ	50	0,66	1,3	2,59	24,65	320	26
БОРИЦ С МЯСОМ	180	7,91	5,82	10,98	128	62	46
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСЕ СМЕТАННОМ С ЛУКОМ	80	10,48	8,21	9,26	153	286	75
	80	1,3	4,7	5,64	70	356	129
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,25	5,46	19,11	137,8	321	67
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,4	0,02	24,99	101,7	376	11
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	9,72	50,63	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,28	0,26	14,79	70,16	114	123
Итого за прием пищи:	765	28,2	26,12	97,08	735,94		
ПОЛДНИК							
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	70	5,46	4,3	37,7	211,4	473	100
МОЛОКО	180	5,4	6,3	8,46	112	400	9
Итого за прием пищи:	250	10,86	10,6	46,16	323,4		
УЖИН							
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	120	16,91	12,41	17,5	249,14	230	105
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,01	8,39	33,6	392	4
ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ)	100	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	400	17,36	12,82	33,69	320,33		
Всего за день:	2040	68,24	63,99	245,94	1849,86		

Итого за день

Неделя 1, день 2-вторник, летне-осенний период от 3-х лет до 7-ми лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ И САХАРОМ	200	6,21	5,28	32,79	205	168	89
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	2,8	8,5	16,5	153	1	16
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,85	2,41	14,36	91	395	7
Итого за прием пищи:	425	11,86	16,19	63,65	449		
II ЗАВТРАК							
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	100	0,4	0,05	1,25	7		119
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,05	1,25	7		
ОБЕД							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,05	1,25	7	13a	19
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С ЯЙЦОМ	180	3,78	2	15,5	112,5	80a	47
ЩНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	13,61	4,39	9,23	130,5	258	63
РИС ОТВАРНОЙ	130	2,9	5	32,45	190,52	315	68
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ	180	0,16	0,07	24,15	97,92	378	12
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	9,72	50,63	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,28	0,26	14,79	70,16	114	123
Итого за прием пищи:	695	25,05	12,12	107,09	659,23		
ПОЛДНИК							
ПРЯНИКИ	40	1,3	1,8	24	110		126
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180	5,04	6,3	19,8	156,6	401	10
Итого за прием пищи:	220	6,34	8,1	43,8	266,6		
УЖИН							
ПИЦЦА ДЕТСКАЯ	130	20,9	17,39	36,3	379,6	465	122
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,14	21,4	88,02	372	14
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	100	0,4	0,05	1,25	7		119
Итого за прием пищи:	410	21,44	17,58	58,95	474,62		
Всего за день:	1850	65,09	54,04	274,74	1856,45		

Челобов

Неделя 1, день 3-среда, летне-осенний период от 3-х лет до 7-ми лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	3	4,8	26,3	160	185	86
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	60	6,88	8,45	19,39	180	1	16
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,01	8,39	33,6	392	4
Итого за прием пищи:	440	9,93	13,26	54,08	373,6		
II ЗАВТРАК							
ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ)	100	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	7,8	37,59		
ОБЕД							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	50	0,5	3,1	1,9	37	15	23
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	180	3,2	4,7	6,3	80,4	66	48
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	180	14	11,5	33	290	291	76
	30	0,42	1,5	1,6	22,23		
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,4	0,02	24,99	101,7	377	13
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	9,72	50,63	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,28	0,26	14,79	70,16	114	123
Итого за прием пищи:	685	22,72	21,43	92,3	652,12		
ПОЛДНИК							
КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ	70	70	4,56	7,87	43,38	262,27	97
МОЛОКО	180	5,4	6,3	8,46	112	400	9
Итого за прием пищи:	250	75,4	10,86	16,33	155,38		
УЖИН							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ СОУСОМ	100	17,56	12,07	22,25	249,08	237	103
	30	0,58	1,36	3,98	30,45		
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,02	10,2	41	393	3
ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ)	100	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	410	18,66	13,85	44,23	358,12		
Всего за день:	1885	127,11	59,8	214,74	1576,81		

И.О. Зел. Ф.А.

Неделя 1, день 4-четверг, летне-осенний период от 3-х лет до 7-ми лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	4,18	4	31,61	179,05	168	82
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	50	2	4	15,1	105,3	2	17
КАКАО НА МОЛОКЕ	180	3,67	3,19	15,82	107	397	8
Итого за прием пищи:	430	9,85	11,19	62,53	391,35		
II ЗАВТРАК							
ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ)	100	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	7,8	37,59		
ОБЕД							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,55	0,1	1,91	12,07	136	20
СУП ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	1,83	4,2	9,87	84,66	86	45
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	210	22,26	7,73	35,69	301	304	64
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,14	21,4	88,02	372	14
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	9,72	50,63	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,28	0,26	14,79	70,16	114	123
Итого за прием пищи:	685	28,98	12,78	93,38	606,54		
ПОЛДНИК							
ВАФЛИ	40	1,1	1,3	25	107,5		127
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180	5,04	6,3	19,8	156,6	401	10
Итого за прием пищи:	220	6,14	7,6	44,8	264,1		
УЖИН							
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	80	12,65	3,59	8,91	128,8	255	73
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,54	2,3	0,14	31,4	213	108
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	3,25	5,46	19,11	137,8	165	88
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	200	0,6	0,4	19,36	82,99		128
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	9,72	50,63	115	124
Итого за прием пищи:	460	20,96	12,1	57,24	431,62		
Всего за день:	1895	66,33	44,07	265,75	1731,2		

м.о.с.л. м.с.

Неделя 1, день 5-пятница, летне-осенний период от 3-х лет до 7-ми лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	2,07	3,7	0,88	146,67	185	83
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	2,8	8,5	16,5	153	1	16
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,02	10,2	41	393	3
Итого за прием пищи:	425	4,99	12,22	27,58	340,67		
II ЗАВТРАК							
ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ)	100	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	7,8	37,59		
ОБЕД							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	50	0,6	3,1	2,4	40	14	21
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	4,86	3,78	11,16	97,2	83	40
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	210	26,28	7,13	20,76	252,96	276	74
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ	180	0,16	0,07	24,15	97,92	375	15
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	9,72	50,63	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,28	0,26	14,79	70,16	114	123
Итого за прием пищи:	685	36,1	14,69	82,98	608,87		
ПОЛДНИК							
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ КАРТОФЕЛЬНЫЕ С ЛУКОМ	70	4,57	5,5	27,79	179,01	503	95 а
МОЛОКО	180	5,4	6,3	8,46	112	400	9
Итого за прием пищи:	250	9,97	11,8	36,25	291,01		
УЖИН							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	11,5	22,1	2,2	254	215	106
ЧАЙ С МЕДОМ	180	0,05	0,01	8,39	33,6	392 А	5
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,55	0,1	1,91	12,07	136	20
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	9,72	50,63	115	124
Итого за прием пищи:	390	14,02	22,56	22,22	350,3		
Всего за день:	1850	65,48	61,67	176,83	1628,44		

И.А.И. И.И.И.

Неделя 2, день 6-понедельник, летне-осенний период от 3-х лет до 7-ми лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,32	5,2	32,66	198,71	185	84
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	2,8	8,5	16,5	153	3	18
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,67	2,34	14,31	89	394	6
Итого за прием пищи:	425	10,79	16,04	63,47	440,71		
II ЗАВТРАК							
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	200	0,6	0,4	19,36	82,99		128
Итого за прием пищи:	200	0,6	0,4	19,36	82,99		
ОБЕД							
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	50	0,8	3,1	4,2	47	33	24
СУП С КОНСЕРВИРОВАННОЙ РЫБОЙ	180	8,74	8,4	10,44	151,9	87	50
РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	80	9,98	8,11	8,04	145	295	54
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,57	4,823	12,34	102,7	132	58
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,4	0,02	24,99	101,7	377	13
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	9,72	50,63	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,28	0,26	14,79	70,16	114	123
Итого за прием пищи:	685	26,69	25,063	84,52	669,09		
ПОЛДНИК							
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	5,66	10,51	44,59	296	460	98
МОЛОКО	180	5,4	6,3	8,46	112	400	9
Итого за прием пищи:	250	11,06	16,81	53,05	408		
УЖИН							
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130	24,3	16,48	14,82	304,2	231	102
	30	0,64	0,68	4,43	26,06		
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,01	8,39	33,6	392	4
ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ)	100	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	440	25,39	17,57	35,44	401,45		
Всего за день:	2000	74,53	75,883	255,84	2002,24		

И.О.И.Ф.И.

Неделя 2, день 7-вторник, летне-осенний период от 3-х лет до 7-ми лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША ВЯЗКАЯ "ДРУЖБА 2"	200	3	5,1	31,1	182	168	90
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	2,8	8,5	16,5	153	1	16
КАКАО НА МОЛОКЕ	180	3,67	3,19	15,82	107	397	8
Итого за прием пищи:	425	9,47	16,79	63,42	442		
II ЗАВТРАК							
ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ)	100	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	7,8	37,59		
ОБЕД							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,55	0,1	1,91	12,07	136	20
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ С МЯСОМ	180	10,52	4,9	13,03	138,42	81	37
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	92	13,7	3,5	8,05	118,4	257	69
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	3,5	3,21	15,01	103,02	332	57
	30	0,62	1,57	2,13	25,14	350	113
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	180	0,3	0,1	19,9	81,7	375	15
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	9,72	50,63	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,28	0,26	14,79	70,16	114	123
Итого за прием пищи:	727	33,39	13,99	84,54	599,54		
ПОЛДНИК							
ПИРОЖКИ С ЯБЛОКАМИ	70	4,1	4,5	33,78	191,88	454	95 б
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180	5,04	6,3	19,8	156,6	401	10
Итого за прием пищи:	250	9,14	10,8	53,58	348,48		
УЖИН							
ОМЛЕТ С СЫРОМ	130	14	25,7	2,14	296	215	107
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,05	1,25	7	13a	19
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,02	10,2	41	376	11
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	9,72	50,63	115	124
Итого за прием пищи:	390	16,44	26,12	23,31	394,63		
Всего за день:	1892	68,84	68,1	232,65	1822,24		

И.О.И. С.Д.

Неделя 2, день 8-среда, летне-осенний период от 3-х лет до 7-ми лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ КУКУРУЗНОЙ	200	4,97	5,1	16,5	132	94	53
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	2,8	8,5	16,5	153	1	16
ЧАЙ С МЕДОМ	180	0,05	0,01	8,39	33,6	392А	5
Итого за прием пищи:	425	7,82	13,61	41,39	318,6		
II ЗАВТРАК							
ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ)	100	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	7,8	37,59		
ОБЕД							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	50	0,4	3,04	1,19	34	14а	22
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ	180	6,77	5,22	13,2	126,8	76	36
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	80	15,27	8,1	0,63	136,48	121	55
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130	2,79	8,11	20,18	164,67	133	77
		0,42	1,5	1,76	22,23	354	115
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ	180	0,16	0,07	24,15	97,92	378	12
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	9,72	50,63	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,28	0,26	14,79	70,16	114	123
Итого за прием пищи:	685	30,01	26,65	85,62	702,89		
ПОЛДНИК							
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	70	5,53	5,68	38,1	225,4	467	99
МОЛОКО	180	5,4	6,3	8,46	112	400	9
Итого за прием пищи:	250	10,93	11,98	46,56	337,4		
УЖИН							
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С ДЖЕМОМ	170	21,29	15,06	52,12	431,4	235	101
КОМПОТ ИЗ КОНСЕРВИРОВАННЫХ ФРУКТОВ	180	0,44	0,17	29,19	120,06	377	13
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	9,72	50,63	115	124
Итого за прием пищи:	380	23,65	15,58	91,03	602,09		
Всего за день:	1840	72,81	68,22	272,4	1998,57		

И. О. Зел. В. А.

Неделя 2, день 9-четверг, летне-осенний период от 3-х лет до 7-ми лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	2,07	3,7	0,88	146,67	185	83
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	50	2	4	15,1	105,3	2	17
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,85	2,41	14,36	91	395	7
Итого за прием пищи:	430	6,92	10,11	30,34	342,97		
II ЗАВТРАК							
ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ)	100	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	7,8	37,59		
ОБЕД							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,05	1,25	7	13a	19
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	8,23	5,31	7,7	111,5	67	38
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	80	10,34	8,29	2,19	124,5	278	62
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,48	4,29	33,65	202,93	165	88
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,4	0,02	24,99	101,7	376	11
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	9,72	50,63	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,28	0,26	14,79	70,16	114	123
Итого за прием пищи:	685	31,05	18,57	94,29	668,42		
ПОЛДНИК							
ВАФЛИ	40	1,1	1,3	25	107,5		127
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180	5,04	6,3	19,8	156,6	401	10
Итого за прием пищи:	220	6,14	7,6	44,8	264,1		
УЖИН							
БИТОЧКИ, РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ	80	11,35	12,13	7,23	183	306	72
	30	0,42	1,5	1,76	22,23	354	115
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	2,9	8,01	23,89	177,74	137	15
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,02	10,2	41	393	3
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,54	2,3	0,14	31,4	213	108
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	9,72	50,63	115	124
Итого за прием пищи:	470	19,25	24,31	52,94	506		
Всего за день:	1905	63,76	60,99	230,17	1819,08		

И.О.И.И.И.

Неделя 2, день 10-пятница, летне-осенний период от 3-х лет до 7-ми лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200	4,48	4,78	25,68	163,9	185	85
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	60	6,88	8,45	19,39	180	1	16
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,01	8,39	33,6	392	4
Итого за прием пищи:	440	11,41	13,24	53,46	377,5		
II ЗАВТРАК							
ФРУКТ (В АССОРТИМЕНТЕ)	100	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	7,8	37,59		
ОБЕД							
САЛАТ С КАРТОФЕЛЕМ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	50	0,68	2,605	4,29	43,3	22	27
СУП С КЛЕЦКАМИ С КУРИЦЕЙ	180	2,4	2,2	10,1	69,7	85	34
ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	200	10,72	2,63	18,16	139,13	302	78
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,14	21,4	88,02	372	14
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	9,72	50,63	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,28	0,26	14,79	70,16	114	123
Итого за прием пищи:	675	18,14	8,185	78,46	460,94		
ПОЛДНИК							
ПРЯНИКИ	40	1,3	1,8	24	110		126
МОЛОКО	180	5,4	6,3	8,46	112	400	9
Итого за прием пищи:	220	6,7	8,1	32,46	222		
УЖИН							
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	80	12,65	3,59	8,91	128,8	255	73
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	130	4,77	3,66	22,86	143,42	205	111
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	200	0,6	0,4	19,36	82,99		128
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	9,72	50,63	115	124
Итого за прием пищи:	440	19,94	8	60,85	405,84		
Всего за день:	1875	56,59	37,925	233,03	1503,87		

И. О. Пет. С. П.

Неделя 3, день 11-понедельник, летне-осенний период от 3-х лет до 7-ми лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	3	4,8	26,3	160	185	86
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	2,8	8,5	16,5	153	1	16
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,67	2,34	14,31	89	394	6
Итого за прием пищи:	425	8,47	15,64	57,11	402		
II ЗАВТРАК							
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	200	0,6	0,4	19,36	82,99		128
Итого за прием пищи:	200	0,6	0,4	19,36	82,99		
ОБЕД							
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	50	0,8	3,1	4,2	47	33	24
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	180	9,4	4,5	12,14	126	80	33
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ГОВЯДИНОЙ	210	16,25	16,25	7,43	262,5	336	66
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ	180	0,16	0,07	24,15	97,92	378	12
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	9,72	50,63	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,28	0,26	14,79	70,16	114	123
Итого за прием пищи:	685	30,81	24,53	72,43	654,21		
ПОЛДНИК							
КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ	70	4,56	7,87	43,38	262,27	496	97
МОЛОКО	180	5,4	6,3	8,46	112	400	9
Итого за прием пищи:	250	9,96	14,17	51,84	374,27		
УЖИН							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СЛАДКИМ МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	100	17,56	12,07	22,25	249,08	237	103
	30	0,58	1,36	3,98	30,45		
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,01	8,39	33,6	392	4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	9,72	50,63	115	124
Итого за прием пищи:	340	20,11	13,79	44,34	363,76		
Всего за день:	1900	69,95	68,53	245,08	1877,23		

И. С. С. П. А.

Неделя 3, день 12-вторник, летне-осенний период от 3-х лет до 7-ми лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	4,18	4	31,61	179,05	168	82
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	60	6,88	8,45	19,39	180	3	18
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,85	2,41	14,36	91	395	7
Итого за прием пищи:	440	13,91	14,86	65,36	450,05		
II ЗАВТРАК							
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	100	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	7,8	37,59		
ОБЕД							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,55	0,1	1,91	12,07	136	20
БОРЩ С МЯСОМ	180	7,91	5,82	10,98	128	62	46
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	80	10,53	7,54	2,17	118,1	277	70
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,47	3,74	19,89	123,37	318	71
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ ФРУКТОВ	180	0,44	0,17	29,19	120,06	377	13
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	9,72	50,63	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,28	0,26	14,79	70,16	114	123
Итого за прием пищи:	685	26,1	17,98	88,65	622,39		
ПОЛДНИК							
ПИРОЖКИ С ЯБЛОКАМИ	70	4,1	4,5	33,78	191,88	454	95 б
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180	5,04	6,3	19,8	156,6	401	10
Итого за прием пищи:	250	9,14	10,8	53,58	348,48		
УЖИН							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	11,5	22,1	2,2	254	215	106
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,05	1,25	7	13a	19
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,02	10,2	41	393	3
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	9,72	50,63	115	124
Итого за прием пищи:	390	13,94	22,52	23,37	352,63		
Всего за день:	1865	63,49	66,56	238,76	1811,14		

И.О. Белова

Неделя 3, день 14-четверг, летне-осенний период от 3-х лет до 7-ми лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	3,6	5,2	22,8	152,4	185	91
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	50	2	4	15,1	105,3	2	17
КАКАО НА МОЛОКЕ	180	3,67	3,19	15,82	107	397	8
Итого за прием пищи:	430	9,27	12,39	53,72	364,7		
II ЗАВТРАК							
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	100	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	7,8	37,59		
ОБЕД							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,68	3,08	4,22	47,4	45	25
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	4,86	3,78	11,16	97,2	83	40
МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ	220	21,7	16,6	15,02	296	274	80
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,4	0,02	24,99	101,7	376	11
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	9,72	50,63	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,28	0,26	14,79	70,16	114	123
Итого за прием пищи:	695	31,84	24,09	79,9	663,09		
ПОЛДНИК							
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	70	5,46	4,3	37,7	211,4	473	100
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180	5,04	6,3	19,8	156,6	401	10
Итого за прием пищи:	250	10,5	10,6	57,5	368		
УЖИН							
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	180	14	11,5	33	290	291	76
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,05	1,25	7		
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	200	0,6	0,4	19,36	82,99		128
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,54	2,3	0,14	31,4	213	108
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	9,72	50,63	115	124
Итого за прием пищи:	480	19,46	14,6	63,47	462,02		
Всего за день:	1955	71,47	62,08	262,39	1895,4		

И.О.М. П.А.

Неделя 3, день 15-пятница, летне-осенний период от 3-х лет до 7-ми лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	200	5,75	3,21	18,84	145,2	93	52
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	2,8	8,5	16,5	153	3	18
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,85	2,41	14,36	91	393	3
Итого за прием пищи:	425	11,4	14,12	49,7	389,2		
II ЗАВТРАК							
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	100	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	7,8	37,59		
ОБЕД							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,05	1,25	7	13a	19
СУП ЛАПША НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	1,83	4,2	9,87	84,66	86	45
ЩИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	13,61	4,39	9,23	130,5	258	63
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	130	7,48	4,29	33,65	202,93	165	88
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ ФРУКТОВ	180	0,44	0,17	29,19	120,06	377	13
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	9,72	50,63	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,28	0,26	14,79	70,16	114	123
Итого за прием пищи:	695	27,96	13,71	107,7	665,94		
ПОЛДНИК							
ПЕЧЕНЬЕ	40	2	2,2	25	116		125
МОЛОКО	180	5,4	6,3	8,46	112	400	9
Итого за прием пищи:	220	7,4	8,5	33,46	228		
УЖИН							
ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	130	4,8	11,74	22,46	214,5	155	56
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ	180	0,16	0,07	24,15	97,92	378	12
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	100	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	410	5,36	12,21	54,41	350,01		
Всего за день:	1850	52,52	48,94	253,07	1670,74		

И.О.И.И.И.

Неделя 4, день 16-понедельник, летне-осенний период от 3-х лет до 7-ми лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,32	5,2	32,66	198,71	185	84
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	2,8	8,5	16,5	153	1	16
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,67	2,34	14,31	89	394	6
Итого за прием пищи:	425	10,79	16,04	63,47	440,71		
II ЗАВТРАК							
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	200	0,6	0,4	19,36	82,99		128
Итого за прием пищи:	200	0,6	0,4	19,36	82,99		
ОБЕД							
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	1,18	2,3	6,17	50,01	54	28
СУП КАРТОФЕЛНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	1,69	2,04	11,98	72,9	77	43
ПТИЦА ТУШЕНАЯ	80	18,8	17,2	4,8	250	301	61
СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,42	1,5	1,76	22,23	354	115
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	2,9	8,01	23,89	177,74	137	65
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,14	21,4	88,02	372	14
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	9,72	50,63	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,28	0,26	14,79	70,16	114	123
Итого за прием пищи:	715	29,33	31,8	94,51	781,69		
ПОЛДНИК							
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	5,66	10,51	44,59	296	460	98
МОЛОКО	180	5,4	6,3	8,46	112	400	9
Итого за прием пищи:	250	11,06	16,81	53,05	408		
УЖИН							
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	130	17,47	12,83	18,09	257	230	105
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,01	8,39	33,6	392	4
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	100	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	410	17,92	13,24	34,28	328,19		
Всего за день:	2000	69,7	78,29	264,67	2041,58		

и.о.м. П. Д.

Неделя 4, день 17-вторник, летне-осенний период от 3-х лет до 7-ми лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	3,6	5,2	22,8	152,4	185	91
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	2,8	8,5	16,5	153	1	16
КАКАО НА МОЛОКЕ	180	3,67	3,19	15,82	107	397	8
Итого за прием пищи:	425	10,07	16,89	55,12	412,4		
II ЗАВТРАК							
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	100	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	7,8	37,59		
ОБЕД							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	50	0,6	3,1	2,4	40	14	21
СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	180	8,31	4,65	11,57	121,5	58	39
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	80	10,34	8,29	2,19	124,5	278	62
КАША РАССЫПЧАТАЯ ПЕРЛОВАЯ	130	5,98	5,43	42,51	243,1	165	87
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,4	0,02	24,99	101,7	376	11
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	9,72	50,63	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,28	0,26	14,79	70,16	114	123
Итого за прием пищи:	685	29,83	22,1	108,17	751,59		
ПОЛДНИК							
ПРЯНИКИ	40	1,3	1,8	24	110		126
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180	5,04	6,3	19,8	156,6	401	10
Итого за прием пищи:	220	6,34	8,1	43,8	266,6		
УЖИН							
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ С ТЕРТЫМ СЫРОМ, ЗАПЕЧЕННЫЕ	200	9,38	8,58	39,24	272	207	110
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,05	1,25	7	13a	19
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	180	0,3	0,1	19,9	81,7	375	15
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	9,72	50,63	115	124
Итого за прием пищи:	460	12	9,08	70,11	411,33		
Всего за день:	1890	58,64	56,57	285	1879,51		

И.О.И.И.И.

Неделя 4, день 18-среда, летне-осенний период от 3-х лет до 7-ми лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180	4,48	4,78	25,68	163,9	185	85
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	60	6,88	8,45	19,39	180	3	18
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,01	8,39	33,6	392	4
Итого за прием пищи:	420	11,41	13,24	53,46	377,5		
II ЗАВТРАК							
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	100	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	7,8	37,59		
ОБЕД							
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,55	0,1	1,91	12,07	136	20
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С ЯЙЦОМ	180	3,78	2	15,5	112,5	80a	47
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	180	22,47	9,14	24,73	271	294	79
	30	0,62	1,57	2,13	25,14	350	113
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ ФРУКТОВ	180	0,44	0,17	29,19	120,06	377	13
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	9,72	50,63	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,28	0,26	14,79	70,16	114	123
Итого за прием пищи:	685	32,06	13,59	97,97	661,56		
ПОЛДНИК							
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	70	5,53	5,68	38,1	225,4	467	99
МОЛОКО	180	5,4	6,3	8,46	112	400	9
Итого за прием пищи:	250	10,93	11,98	46,56	337,4		
УЖИН							
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С ДЖЕМОМ	170	21,29	15,06	52,12	431,4	235	101
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,02	10,2	41		
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	100	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	450	21,81	15,48	70,12	509,99		
Всего за день:	1905	76,61	54,69	275,91	1924,04		

И.О.Зел.Ф.А.

Неделя 4, день 19-четверг, летне-осенний период от 3-х лет до 7-ми лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	2,07	3,7	0,88	146,67	185	83
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	2,8	8,5	16,5	153	1	16
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,85	2,41	14,36	91	395	7
Итого за прием пищи:	425	7,72	14,61	31,74	390,67		
II ЗАВТРАК							
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	100	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	7,8	37,59		
ОБЕД							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	50	0,5	3,1	1,9	37	15	23
СУП С БОБОВЫМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,54	4,36	13,51	111,57	81a	44
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРИЦЫ	80	15,7	3,38	12,6	141	305	60
ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	130	4,8	11,74	22,46	214,5	155	56
КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ	180	0,16	0,07	24,15	97,92	378	12
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	9,72	50,63	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,28	0,26	14,79	70,16	114	123
Итого за прием пищи:	685	29,9	23,26	99,13	722,78		
ПОЛДНИК							
ВАФЛИ	40	1,1	1,3	25	107,5		127
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180	5,04	6,3	19,8	156,6	401	10
Итого за прием пищи:	220	6,14	7,6	44,8	264,1		
УЖИН							
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	92	13,7	3,5	8,05	118,4	257	69
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,25	5,46	19,11	137,8	321	67
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,4	0,02	24,99	101,7	377	13
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,54	2,3	0,14	31,4	213	108
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	9,72	50,63	115	124
Итого за прием пищи:	452	21,81	11,63	62,01	439,93		
Всего за день:	1662	59,83	49,9	200,68	1590,97		

М.О. М.И.Ф.И.

Неделя 4, день 20-пятница, летне-осенний период от 3-х лет до 7-ми лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Номер рецептуры	ТК
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
ЗАВТРАК							
КАША ИЗ СМЕСИ КРУП С ЯБЛОКАМИ	200	7,48	4,29	33,65	202,93	180	81
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	50	2	4	15,1	105,3	2	17
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,67	2,34	14,31	89	393	3
Итого за прием пищи:	430	12,15	10,63	63,06	397,23		
II ЗАВТРАК							
ФРУКТ В АССОРТИМЕНТЕ	100	0,4	0,4	7,8	37,59		119
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	7,8	37,59		
ОБЕД							
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	50	0,4	3,04	1,19	34	14a	22
РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	180	3,4	4,06	12	98,1	75	49
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	80	10,53	7,54	2,17	118,1	277	70
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,48	4,29	33,65	202,93	165	88
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	180	0,3	0,1	19,9	81,7	375	15
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	9,72	50,63	115	124
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,28	0,26	14,79	70,16	114	123
Итого за прием пищи:	685	26,31	19,64	93,42	655,62		
ПОЛДНИК							
ПЕЧЕНЬЕ	40	2	2,2	25	116		125
МОЛОКО	180	5,4	6,3	8,46	112	400	9
Итого за прием пищи:	220	7,4	8,5	33,46	228		
УЖИН							
ОМЛЕТ С СЫРОМ	130	14	25,7	2,14	296	215	107
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,55	0,1	1,91	12,07		
СОК (В АССОРТИМЕНТЕ)	200	0,6	0,4	19,36	82,99		128
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,92	0,35	9,72	50,63	115	124
Итого за прием пищи:	410	17,07	26,55	33,13	441,69		
Всего за день:	1845	63,33	65,72	230,87	1760,13		

И.О. Вол. - С. Д.