СОГЛАСОВАНО
Председатель
родительского совета
СП «Детский сад №66»
ГБОУ СОШ №17 г.Сызрани
Алашеева Е.А.

УТВЕРЖДАЮ Директор ГБОУ СОШ № 17 г.Сызрани Т.В. Фомина Приказ № 657/од от 31.08.2021г

ПРИМЕРНОЕ

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ структурного подразделения «Детский сад №66» ГБОУ СОШ № 17 г.Сызрани на осенне — зимний период возрастная группа: с 1г.6мес. до 3 лет

Используемая литература

1. «Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях» М.П. Могильный, В.А. Тутельян. Издательство: 2015 г.

2. «Организация рационального питания детей в ДОУ» Г.И. Беленова, Т.А. Павлова. Издательство: 2010 г.

	Завтрак	2 завтрак	Обед	Уплотнённый полдник
1 день	Морковь резаная Каша на сгущённом молоке манная вязка я Чай с сахаром Булка с сыром	Фрукт	Салат из репчатого лука Щи со сметаной Пирожки с мясом Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Салат из зеленого горошка Рисовая запеканка с печенью Хлеб пшеничный Сок фруктовый Кисломолочный продукт Кондитерское изделие
2 день	Салат из свежих яблок и моркови Каша молочная геркулесовая вязкая Какао Булка с повидлом	Сок фруктовый	Салат из свежей капусты Суп овощной на курином бульоне со сметаной Суфле куриное с макаронами Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный	Икра свекольная Рыбная котлета любительская с картофелем тушеным в молоке Хлеб ржаной Чай с сахаром Кондитерское изделие Кисломолочный продукт
3 день	Суп молочный пшенный Кофейный напиток с молоком Булка с маслом	Чай с сахаром Кондитерское изделие	Огурец солёный Борщ с мясом со сметаной Ленивые голубцы с мясом Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Салат из моркови Хлеб пшеничный Запеканка из творога Кисломолочный продукт Фрукт
4 день	Каша молочная гречневая вязкая Какао Булка с повидлом	Фрукт	Селедь соленая с репчатым луком Суп куриный с домашней лапшой Котлета мясная с картофельным пюре Кисель из кураги Хлеб ржаной	Икра овощная Омлет с сыром Хлеб пшеничный Сок фруктовый Кисломолочный продукт Кондитерское изделие
5 день	Каша молочная рисовая вязкая Кофейный напиток с молоком Булка с сыром	Сок фруктовый	Свекла отварная Рассольник ленинградский со сметаной на мясном бульоне Капустная запеканка с мясом Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Салат из свежих яблок и моркови Яйцо вареное Ватрушка с творогом Чай с сахаром Кисломолочный продукт
6 день	Морковь резаная Каша на сгущённом молоке пшённая вязкая Чай с сахаром Булка с маслом	Фрукт	Соленый огурец Борщ вегитарианский со сметаной Мясные зразы с гречкой Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный	Салат из свежей капусты Картофельная запеканка с печенью Хлеб ржаной Сок фруктовый Кисломолочный продукт Кондитерское изделие
7 день	Салат из свежих яблок и моркови Каша молочная ячневая вязкая Какао Булка с сыром	Сок фруктовый	Свекла отварная Бульон куриный с гренками Плов с курами Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Рыба запеченная с овощами Хлеб пшеничный Чай с сахаром Кисломолочный продукт Кондитерское изделие
8 день	Каша молочная пшеничная вязкая Кофейный напиток с молоком Булка с повидлом	Чай с сахаром Кондитерское изделие	Салат витаминный Щи со сметаной на мясном бульоне Макаронник с мясом Кисель из кураги Хлеб ржаной	Салат из моркови Хлеб пшеничный Пудинг из творога с рисом Кисломолочный продукт Фрукт
9 день	Каша сборная молочная вязкая Какао Булка с маслом	Фрукт	Салат овощной Суп куриный с клецками Тефтели мясные с картофельным пюре Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный	Суфле из рыбы Капуста тушеная в молоке Хлеб ржаной Чай с сахаром Кисломолочный продукт Кондитерское изделие
10 день	Салат из свежих яблок с черносливом Суп молочный с вермишелью Кофейный напиток с молоком Булка с сыром	Сок фруктовый	Икра свекольная Рассольник домашний со сметаной на мясном бульоне Пирожки с мясом, рисом Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Салат из моркови Хлеб пшеничный Ленивые вареники с маслом Яйцо вареное Чай с сахаром Кисломолочный продукт

Среднесуточный набор продуктов на одного ребенка

П	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	ИТОГО
Продукты	день	за 1 день									
Молоко	270	480	360	480	420	280	390	380	480	360	390
Творог	-	-	100	-	30	-	-	100	-	70	30
Сметана	10	15	15	-	10	10	-	15	-	15	9
Сыр	8	-	-	8	8	-	8	-	-	8	4
Мясо (говядина)	60	-	60	60	70	60	-	60	60	70	50
без кости											
Птица (куры)	-	80	-	20	-	-	80	-	20	-	20
Рыба филе	-	80	-	30	-	-	100	-	110	-	32
Субпродукты	100	-	-	-	-	100	-	-	-	-	20,0
(печень)											
Яйцо куриное	25	35	28	55	74	30	36	40	25	52	40
Картофель	60	180	70	190	70	190	120	60	190	70	120
Овощи, зелень	172	176	272	96	208	248	128	160	192	148	180
Фрукты свежие	140	40	90	150	30	140	30	110	140	30	90
Фрукты сухие	9	9	8	9	9	9	9	8	9	11	9,0
Соки фруктовые	160	130	-	160	130	160	130	ı	-	130	100
Крупы (бобовые)	45	20	25	20	30	50	60	25	20	5	30,0
Макаронные	-	30	-	-	-	-	-	40	-	10	8,0
изделия											
Мука пшеничная	60	5	5	20	60	-	-	-	20	80	25,0
Хлеб ржаной	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40
Хлеб пшеничный	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60
Масло сливочное	18	17	18	17	13	20	20	17	21	19	18
Масло	9	9	8	9	9	10	6	9	9	12	9
растительное											
Кондитерские	10	20	10	20	-	10	20	10	20	-	12
изделия											
Чай	0,6	0,6	0,5	-	0,6	0,5	0,6	0,5	0,6	0,5	0,5
Какао-порошок	-	1,3	-	1,3	-	-	1,2	-	1,2	-	0,5
Кофейный	-	-	2,5	-	2,5	-	-	2,5	-	2,5	1,0
напиток											
Caxap	19	24	31	18	35	18	25	30	22	28	25,0
Дрожжи	1	-	-	-	1	-	-	-	-	2	0,4
Мука	-	-	-	10	-	-	-	10	-	-	2,0
картофельная											
Соль	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
иодированная											

	Наименование блюд	Выход	Пиш	евые вещес	тра (г)	Энергети	N₂
	Панменование олюд	блюда	Б	Ж	У	ческая ценность (ккал)	рецепту ры
1 неделя	1. Морковь резаная	40					Стр107
1 день	2.Каша на сгущенном молоке манная вязкая	150					182
1 завтрак	3. Чай с сахаром	150					410, 411
1 завтрак	5. Булка с сыром	20/8					3
	Морковь	20/0	0,40	-	2,24	10,56	3
	Морковь		0,40	-	2,24	10,50	
	Молоко сгущённое		2,8	3,2	22,4	129,6	
	·		1,68		10,99	16,90	
	Крупа манная		1,08	0,1			
	Caxap		-	- 2.2	2,99	11,22	
	Масло сливочное		0,02	3,3	0,03	29,92	
	11 ~						
	Чай		-	-	-	-	
	Caxap		-	-	6,98	26,18	
	Булка		0,2	0,19	10,20	35,0	
	Сыр		1,87	1,91	-	25,27	
Итого за 1 завтрак			6,97	8,7	55,43	314,65	
2 завтрак	Фрукт	140	0,20	_	11,70	79	86
	T pylin	1.0	<u> </u>		22,7.0		- 55
ОБЕД	1.Салат из репчатого лука	40					11
	2.Щи со сметаной	150					73
	3.Пирожки мясом	150					437
							494
	4. Компот из сухофруктов	150					394
	5.Хлеб ржаной	40					Стр 104
	Лук репчатый		0,60	-	3,44	15,48	•
	Масло растительное		-	1,99	-	17,98	
	Картофель		0,70	_	6,9	29,05	
	Капуста свежая		0,28	-	1,28	6,4	
	Лук репчатый		0,24	-	1,27	6,0	
	Морковь		0,16	_	0,89	4,2	
	Томатное пюре		0,18	-	0,59	3,15	
	Масло растительное		-	2,99	-	26,97	
	Сметана		0,24	1,5	0,3	·	
	Соль йодированная		- 0,24	-	- 0,3	16,0	
	соль подпрованная		_	_	_	_	
	Мука пшеничная		5,3	0,78	43,92	187,4	
	Caxap		-	-	1,99	7,48	
	Соль иодированная		-	-	-	-	
	Дрожжи		0,12	0,004	0,08	0,85	
	Яйцо		0,63	0,57	0,03	7,85	
	Масло растительное		_	1,99	-	17,98	
	Мясо говядина		7,7	2,67	-	55,40	
	Лук репчатый		0,12	-	0,68	3,0	
	Масло сливочное		0,02	3,3	0,03	29,92	
	Соль иодированная		-	-	-	-	
	Сухофрукты		0,14	_	5,8	24,12	
	Сухофрукты		-	-	6,98	26,18	
	Хлеб ржаной		0,3	0,5	16,6	67	
Итого за обед			16,73	16,29	90,78	552,53	

Уплотненный	1.Салат из зеленого горошка	40					10
полдник	2.Рисовая запеканка с печенью	165					311
	3.Хлеб пшеничный	40					Стр.104
	4.Сок фруктовый	160					418
	5.Кисломочный продукт	150					420
	6. Кондитерское изделие	10					-
	Зеленый горошек		0,77	-	1,99	11,11	
	Масло растительное		-	1,99	-	17,98	
	Печень говяжья		10,58	2,1	_	61,99	
	Крупа рисовая		1,4	0,18	23,19	96,90	
	Лук репчатый		0,12	-	0,68	3,0	
	Яйца		2,54	2,3	0,14	31,4	
	Молоко		0,52	0,64	0,94	11,6	
	Соль йодированная		-	-	_	-	
	Масло сливочное		0,04	6,5	0,06	59,84	
	Масло сливочное		0,01	1,65	0,01	14,96	
	Хлеб пшеничный		0,3	0,5	19,5	79	
	Сок фруктовый		0,64	-	18,72	80	
	Кисломолочный продукт		4,1	4,8	7,05	101	
	Кондитерское изделие		0,3	1,0	7,62	40,60	
Итого за обед			21,32	21,66	81,9	609,38	
Итого за 1 день			45,22	46,65	239,81	1555,56	

Сезон: осенне-зимний Возрастная категория: с 1г.6мес. до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пище	вые вещес	гва (г)	Энергети	№
_		блюда	Б	Ж	y	ческая ценность (ккал)	рецепту ры
1 неделя							
2 день	1.Салат из свежих яблок и моркови	35					50
1 завтрак	2. Каша молочная геркулесовая вязкая	150					182
	3.Какао	150					416
	4.Булка с повидлом	20/10					2
	Яблоко свежее		0,09	-	3,06	12,42	
	Морковь		0,08	-	0,44	2,4	
	Масло растительное		-	0,99	-	8,99	
	Молоко		2,8	3,8	5,2	63,8	
	Геркулес		1,58	1,16	13,08	41,10	
	Caxap		-	-	1,99	7,48	
	Масло сливочное		0,01	1,65	0,01	14,96	
	Какао		0,32	0,22	0,02	0,36	
	Caxap		-	-	4,99	18,7	
	Молоко		2,86	3,52	5,2	63,8	
	Булка		0,2	0,19	10,20	35	
	Повидло		0,04	-	6,61	23,10	
Итого за 1 завтрак			7,98	11,53	50,80	292,11	
2 завтрак	Сок фруктовый	120	0,48	-	14,04	73,0	418
ОБЕД	1.Салат из свежей капусты	40					21
	2.Суп овощной на курином бульоне со сметаной	150					116
	3.Суфле куриное с макаронами	110/65					327, 371, 218

	4. Компот из сухофруктов	150					394
	5.Хлеб пшеничный	30					Стр104
	Капуста свежая		0,56	-	1,72	8,98	
	Масло растительное		-	1,99	-	17,98	
	To		1.70	0.66		10.4	
	Куры		1,78 0,70	0,66	-	13,4	
	Картофель		0,70	-	6,9 1,72	29,05	
	Капуста свежая Лук репчатый		0,36	-	0,68	8,98 3,0	
	Лук репчатый Морковь		0,12	-	0,68	2,4	
	Зелёный горошек		0,08	-	0,36	2,12	
	Масло растительное		-	1,99	- 0,30	17,97	
	Сметана		0,24	1,55	0,3	16,0	
	Соль йодированная		-	-	-	-	
	соль подпрования						
	Куры		5,3	1,98	=	40,2	
	Яйца		3,87	3,45	0,21	47,1	
	Масло сливочное		0,01	1,65	0,01	14,98	
	Coyc 371			·	·		
	Молоко		1,3	1,6	2,35	29	
	Масло сливочное		0,01	1,65	0,01	17,98	
	Мука пшеничная		0,3	0,03	2,1	9,87	
	Соль йодированная		-	-	-	-	
	Макароны		1,16	0,27	22,56	89,6	1
	Масло сливочное		0,03	4,1	0,04	37,40	
	Соль йодированная		-	-	-	-	
	C1		0.14		<i>E</i> 0	24.12	
	Сухофрукты Сахар		0,14	-	5,8 6,98	24,12 26,18	
	Сахар		-	-	0,98	20,16	
	Хлеб пшеничный		0,2	0,25	15	60	
	Taleo milem man		0,2	0,23	13	00	
Итого за обед			16,52	21,12	67,17	512,33	
, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,				,	- /	7	
Уплотненный							
полдник	1. Икра свекольная	40					55
	2.Рыбная котлета любительская с	60/10					272, 372,
	картофелем тушенным в молоке	120					137
	3.Хлеб ржаной	40					Стр104
	4. Чай с сахаром	150					410, 411
	5.Кондитерское изделие	20					- 420
	6. Кисломолочный продукт	150	0.70		0.00	10.20	420
	Свекла		0,70	-	0,90	19,20	
	Лук репчатый		0,04	-	0,25	1,16 0,79	
	Морковь Масло растительное		0,03	3,99	0,16	35,96	
	Томат-пюре		0,18	-	0,59	3,15	
	Сахар		-	-	0,99	3,74	
	Соль йодированная		_	_	-	-	
	соль подпрования						
	Рыба свежая		9,2	0,24	_	40,0	
	Хлеб пшеничный		0,13	0,13	4,8	22,7	1
	Молоко		0,26	0,32	0,28	5,8	
	Масло сливочное		0,006	0,82	0,009	7,48	
	Яйца		0,63	0,57	0,03	7,85	
	Морковь		0,03	-	0,03	0,79	
	Лук репчатый		0,04	-	0,25	1,16	
	<i>Coyc №372</i>						
	Сметана		0,14	0,75	0,45	8,6	
	Мука пшеничная		0,2	0,02	1,46	6,58	
	Соль йодированная		-	-	-	-	
	TC _ 1		1 10		1050	CO 70	
	Картофель		1,12	1.6	16,56	69,70	
	Молоко		1,13	1,6	2,35	29	

	Соль иодированная		-	-	-	-	
	Масло сливочное		0,03	4,1	0,04	37,4	
	Хлеб ржаной		0,3	0,5	19,6	67,0	
	Чай		-	-	-	-	
	Caxap		-	-	8,98	33,66	
	Кондитерское изделие	20	0,48	2,0	15,24	81,20	
	T	1.50		4.0	0.07	101	
	Кисломолочный продукт	150	4,1	4,8	9,05	101	
Итого за			18,93	19,84	82,14	583,09	
уплотненный							
полдник							
ИТОГО			43,91	52,49	214,15	1460,44	
за 2 день						<u> </u>	

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пище	евые вещес	тва (г)	Энергети	№
•		блюда	Б	Ж	y	ческая ценность (ккал)	рецепту ры
1 неделя							
3 день	1.Суп молочный пшенный	150					101
1 завтрак	2.Кофейный напиток с молоком	180					415
-	3.Булка с маслом	20/5					1
	Молоко		2,8	3,2	5,2	63,8	
	Пшено		1,2	0,29	6,33	24,14	
	Caxap		-	-	2,99	11,22	
	Масло сливочное		0,01	1,65	0,02	14,96	
	Кофейный напиток		0,31	-	0,04	0,17	
	Молоко		2,6	3,2	4,7	58	
	Caxap		-	-	4,99	18,7	
	Булка		0,2	0,19	10,20	35	
	Масло сливочное		0,03	4,1	0,04	37,4	
Итого за 1 завтрак			7,15	12,63	34,50	263,29	
2 завтрак	1.Чай с сахаром	150					410,411
	2.Кондитерское изделие	10					-
	Чай		-	-	-	-	
	Caxap		-	-	6,98	26,18	
	Кондитерское изделие		0,3	1,0	9,62	40,08	
Итого за 2 завтрак			0,3	1,0	16,6	66,98	
ОБЕД	1.Огурец соленый	40					Стр.107
7 1	2. Борщ с мясом со сметаной	150					63
	3. Ленивые голубцы с мясом	140/20					314
	4.Компот из сухофруктов	150					394
	5.Хлеб пшеничный	20					Стр.104
	6.Хлеб ржаной	40					Стр.104
	Огурец соленый		0,24	-	0,44	2,8	
	Мясо (говядина)		1,41	0,49	-	10,08	
	Картофель		0,98	-	9,66	40,67	
	Капуста свежая		0,56	-	1,72	8,98	
	Лук репчатый		0,12	_	0,68	3,0	

	Manuani		0,08		0,44	2.4	
	Морковь		0,08	-	0,44	2,4 6,14	
	Свекла		<u> </u>	-			
	Caxap		- 0.22	- 1.0	0,99	3,74	
	Сметана		0,23	1,2	0,29	12,8	
	Масло растительное		-	4,89	-	44,89	
	Соль йодированная		-	-	-	-	
	M - ()		7.05	2.45		50.40	
	Мясо (говядина)		7,05	2,45	-	50,40	
	Крупа рисовая		0,35	0,03	3,86	16,15	
	Лук репчатый		0,12	-	0,68	3,0	
	Яйца		1,0	0,92	0,05	12,56	
	Масло сливочное		0,03	4,95	0,05	44,88	
	Капуста свежая		1,68	-	5,16	27,28	
	Coyc №372				0		
	Сметана		0,87	0,45	0,09	4,8	
	Мука пшеничная		0,52	0,06	3,56	16,45	
	Соль йодированная		-	-	-	-	
	Сухофрукты		0,13	-	5,16	21,88	
	Сахар		-	-	8,98	33,66	
	Хлеб пшеничный		0,2	0,2	7,3	30	
	Хлеб ржаной		0,3	0,5	19,6	67	
Итого за обед			16,84	16,06	68,99	463,54	
Уплотненный	1. Салат из моркови	40					42
полдник	2. Хлеб пшеничный	20					Стр.104
	3.Запеканка из творога	155					249
	4. Кисломолочный продукт	150					420
	5.Фрукт	90					86
	5.Фрукт Морковь	90	0,40	-	2,24	10,56	86
		90	0,40	2,99	2,24	10,56 26,97	86
	Морковь Масло растительное	90	-		-	26,97	86
	Морковь	90	<u> </u>				86
	Морковь Масло растительное Хлеб пшеничный	90	0,2	2,99	7,3	26,97 30	86
	Морковь Масло растительное Хлеб пшеничный Творог	90	0,2	2,99 0,2 9,6	7,3	26,97 30 159,0	86
	Морковь Масло растительное Хлеб пшеничный Творог Крупа манная	90	0,2	2,99	7,3 2,0 7,33	26,97 30 159,0 32,60	86
	Морковь Масло растительное Хлеб пшеничный Творог Крупа манная Сахар	90	0,2 15,7 1,43	2,99 0,2 9,6 0,07	7,3 2,0 7,33 5,98	26,97 30 159,0 32,60 22,44	86
	Морковь Масло растительное Хлеб пшеничный Творог Крупа манная Сахар Яйца	90	0,2 15,7 1,43 - 2,54	2,99 0,2 9,6 0,07 - 2,3	7,3 2,0 7,33 5,98 0,14	26,97 30 159,0 32,60 22,44 31,4	86
	Морковь Масло растительное Хлеб пшеничный Творог Крупа манная Сахар Яйца Масло сливочное	90	0,2 15,7 1,43 - 2,54 0,03	2,99 0,2 9,6 0,07 - 2,3 4,1	7,3 2,0 7,33 5,98 0,14 0,05	26,97 30 159,0 32,60 22,44 31,4 37,40	86
	Морковь Масло растительное Хлеб пшеничный Творог Крупа манная Сахар Яйца Масло сливочное Сметана	90	0,2 15,7 1,43 - 2,54 0,03 0,1	2,99 0,2 9,6 0,07 - 2,3 4,1 0,6	7,3 2,0 7,33 5,98 0,14 0,05 0,1	26,97 30 159,0 32,60 22,44 31,4 37,40 6,4	86
	Морковь Масло растительное Хлеб пшеничный Творог Крупа манная Сахар Яйца Масло сливочное	90	0,2 15,7 1,43 - 2,54 0,03	2,99 0,2 9,6 0,07 - 2,3 4,1	7,3 2,0 7,33 5,98 0,14 0,05	26,97 30 159,0 32,60 22,44 31,4 37,40	86
	Морковь Масло растительное Хлеб пшеничный Творог Крупа манная Сахар Яйца Масло сливочное Сметана Сухари	90	0,2 15,7 1,43 - 2,54 0,03 0,1 0,13	2,99 0,2 9,6 0,07 - 2,3 4,1 0,6 0,13	7,3 2,0 7,33 5,98 0,14 0,05 0,1 4,8	26,97 30 159,0 32,60 22,44 31,4 37,40 6,4 22,7	86
	Морковь Масло растительное Хлеб пшеничный Творог Крупа манная Сахар Яйца Масло сливочное Сметана	90	0,2 15,7 1,43 - 2,54 0,03 0,1	2,99 0,2 9,6 0,07 - 2,3 4,1 0,6	7,3 2,0 7,33 5,98 0,14 0,05 0,1	26,97 30 159,0 32,60 22,44 31,4 37,40 6,4	86
	Морковь Масло растительное Хлеб пшеничный Творог Крупа манная Сахар Яйца Масло сливочное Сметана Сухари Кисломолочный продукт	90	0,2 15,7 1,43 - 2,54 0,03 0,1 0,13 4,1	2,99 0,2 9,6 0,07 - 2,3 4,1 0,6 0,13	7,3 2,0 7,33 5,98 0,14 0,05 0,1 4,8	26,97 30 159,0 32,60 22,44 31,4 37,40 6,4 22,7	86
	Морковь Масло растительное Хлеб пшеничный Творог Крупа манная Сахар Яйца Масло сливочное Сметана Сухари	90	0,2 15,7 1,43 - 2,54 0,03 0,1 0,13 4,1	2,99 0,2 9,6 0,07 - 2,3 4,1 0,6 0,13 4,8	7,3 2,0 7,33 5,98 0,14 0,05 0,1 4,8 7,05	26,97 30 159,0 32,60 22,44 31,4 37,40 6,4 22,7 101 37,26	86
Итого за	Морковь Масло растительное Хлеб пшеничный Творог Крупа манная Сахар Яйца Масло сливочное Сметана Сухари Кисломолочный продукт	90	0,2 15,7 1,43 - 2,54 0,03 0,1 0,13 4,1	2,99 0,2 9,6 0,07 - 2,3 4,1 0,6 0,13	7,3 2,0 7,33 5,98 0,14 0,05 0,1 4,8	26,97 30 159,0 32,60 22,44 31,4 37,40 6,4 22,7	86
Итого за уплотненный	Морковь Масло растительное Хлеб пшеничный Творог Крупа манная Сахар Яйца Масло сливочное Сметана Сухари Кисломолочный продукт	90	0,2 15,7 1,43 - 2,54 0,03 0,1 0,13 4,1	2,99 0,2 9,6 0,07 - 2,3 4,1 0,6 0,13 4,8	7,3 2,0 7,33 5,98 0,14 0,05 0,1 4,8 7,05	26,97 30 159,0 32,60 22,44 31,4 37,40 6,4 22,7 101 37,26	86
уплотненный полдник	Морковь Масло растительное Хлеб пшеничный Творог Крупа манная Сахар Яйца Масло сливочное Сметана Сухари Кисломолочный продукт	90	0,2 15,7 1,43 - 2,54 0,03 0,1 0,13 4,1 0,27 24,6	2,99 0,2 9,6 0,07 - 2,3 4,1 0,6 0,13 4,8 - 24,79	7,3 2,0 7,33 5,98 0,14 0,05 0,1 4,8 7,05 9,18 46,17	26,97 30 159,0 32,60 22,44 31,4 37,40 6,4 22,7 101 37,26 517,73	86
уплотненный	Морковь Масло растительное Хлеб пшеничный Творог Крупа манная Сахар Яйца Масло сливочное Сметана Сухари Кисломолочный продукт	90	0,2 15,7 1,43 - 2,54 0,03 0,1 0,13 4,1	2,99 0,2 9,6 0,07 - 2,3 4,1 0,6 0,13 4,8	7,3 2,0 7,33 5,98 0,14 0,05 0,1 4,8 7,05	26,97 30 159,0 32,60 22,44 31,4 37,40 6,4 22,7 101 37,26	86

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пище	вые вещес	тва (г)	Энергети	N₂
		блюда	Б	Ж	У	ческая ценность (ккал)	рецепту ры
1 неделя							
4 день	1. Каша молочная гречневая вязкая	150					182 Стр198
1 завтрак	2. Какао	180					416
	3. Булка с повидлом	20/10					2
	Молоко		2,6	3,2	4,7	58	
	Крупа гречневая		1,32	0,52	13,60	63,80	
	Caxap		-	-	2,99	11,22	

	Масло сливочное		0,03	4,1	0,01	37,4	
	TC		0.22	0.22	0.02	0.26	
	Какао		0,32	0,22	0,02	0,36	
	Молоко		2,6	3,2	4,7	58,0	
	Caxap		-	-	4,99	18,7	
	Булка		0,2	0,19	10,20	35	
	Повидло		0,04	-	6,61	23,10	
Итого за 1 завтрак			7,11	11,43	47,82	305,58	
2 завтрак	Фрукт	140	0,42	-	14,28	77	86
ОБЕД	1.Селедь соленая с репчатым луком	40					8
ОВЕД	2.Суп куриный с домашней лапшой	150					116,118,
	2. Суп куртым с домамног манион	150					126
	3. Котлета мясная с картофельным пюре	60/120					299,339
	4. Кисель из кураги	150					398
	5. Хлеб ржаной	40					Стр.104
	Селедь соленая		3,48	0,09	-	15	1
	Лук репчатый		0,12		0,68	3,0	
	Масло растительное		-	1,99	-	17,98	
	Куры		1,78	0,66	-	13,4	1
	Картофель		0,98	-	9,66	40,67	
	Лук репчатый		0,12	-	0,68	3,0	
	Морковь	+	0,08	- 0.26	0,44	2,4	
	Мука пшеничная		2,0	0,26	14,64	45,8	
	Яйцо		0,63	0,57	0,03	7,85	
	Соль иодированная Масло растительное	+	-	1,99	-	17,98	
	Мясо (говядина)		7,7	2,67	-	55,40	
	Хлеб пшеничный		0,01	0,06	2,4	9,8	
	Вода			-	-	-	
	Лук репчатый		0,12	_	0,68	3,0	
	Сухари		0,01	0,06	2,4	9,8	
	Масло сливочное		0,01	1,65	0,01	14,96	
	Соль иодированная						
	V1		1.12		16.56	60.70	
	Картофель Молоко		1,12 0,78	0,96	16,56 1,4	69,70 17,4	
	Масло сливочное	+	0,78	4,1	0,04	37,4	
	Соль иодированная		-	-	-	-	
	осна подпровиния						
	Курага		0,36	_	5,2	24,7	<u> </u>
	Сахар	1		-	9,98	37,40	+
	Крахмал	1	0,001	_	8,6	19,9	
	Вода		0,002				
	Хлеб ржаной		0,3	0,5	19,6	67	
Итого за обед	•		19,63	16,15	92,32	533,54	
Уплотненный	1.Икра овощная	40					56
полдник	2. Омлет с сыром	150					230
	3. Хлеб пшеничный	30					Стр.104
	4.Сок фруктовый	160					418
	5.Кисломолочный продукт	150					420
	6. Кондитерское изделие	20					-
	Свекла		0,70	-	0,90	19,20	
	Морковь	1	0,08	-	0,44	2,4	
	Лук репчатый	1	0,12	-	0,68	3,0	1
	Масло растительное		-	4,89	-	44,89	1
	ОДИЙ		6,35	5,75	0,35	78,5	

	Сыр	1,87	1,91	-	25,27	
	Масло сливочное	0,03	4,1	0,04	37,4	
	Соль йодированная	-	-	-	-	
	Хлеб пшеничный	0,2	0,3	14,5	60	
	Сок фруктовый	0,64	-	18,72	80	
	Кисломолочный продукт	4,1	4,8	7,05	101	
	V ONTURADOVO A NOTOTIVO	0,6	2,0	17,24	87,20	
Итого за уплотненный	Кондитерское изделие	17,29	26,95	64,62	596,66	
полдник Итого за 4день		44,45	54,53	219,04	1512,78	

Прием пищи	врастная категория: с 1г.6мес. до 3 Наименование блюд	Выход	Пище	вые вещес	гва (г)	Энергети	№
r		блюда	Б	Ж	У	ческая ценность (ккал)	рецепту ры
1 неделя	1. Каша молочная рисовая вязкая	150					182 стр.198
5 день	2.Кофейный напиток с молоком	180					415
1 завтрак	3.Булка с сыром	20/8					3
•	Молоко		3,1	3,84	5,64	69,6	
	Крупа рисовая		1,4	0,12	15,46	54,60	
	Caxap		-	-	2,99	11,20	
	Масло сливочное		0,01	2,47	0,01	22,44	
	Кофейный напиток		0,31	-	0,04	0,17	
	Молоко		2,8	3,8	5,2	63,8	
	Caxap		-	-	5,98	22,44	
	Булка	30	0,2	0,19	10,20	35	
	Сыр	12	1,87	1,96	-	25,27	
Итого за 1 завтрак			9,69	12,38	45,52	304,52	
2 завтрак	Сок фруктовый	130	0,20	-	10,70	75	418
ОБЕД	1.Свекла отварная	35					Стр.107
, ,	2.Рассольник ленинградский на мясном бульоне со сметаной	150					82
	3. Капусная запеканка с мясом	180					166
	4. Компот из сухофруктов	150					394
	5.Хлеб пшеничный	40					Стр.104
	6. Хлеб ржаной	40					Стр.104
	Свекла		0,77	-	0,99	21,11	
	Мясо (говядина)		1,41	0,49	-	10,08	
	Картофель		0,70	-	6,9	29,05	
	Лук репчатый		0,12	-	0,68	3,0	
	Морковь		0,08	-	0,44	2,4	
	Огурец солёный		0,04	-	0,08	0,56	
	Крупа перловая		0,45	0,05	3,68	16,2	
	Соль йодированная		Ī	-	-	-	
	Масло растительное		-	2,99	-	26,97	
	Сметана		0,23	1,2	0,29	12,8	
	Мясо (говядина)		8,46	2,94	-	60,48	
	Капуста свежая		1,68	-	5,16	26,88	
	Молоко		1,6	1,28	1,88	25,2	
	орийК		2,54	2,3	0,14	31,4	

	Манная крупа		0,55	0,03	3,66	21,30	
	Масло сливочное		0,03	4,1	0,04	37,4	
	Соль йодированная			-	-	-	
	Сметана		0,05	0,3	0,06	3,2	
	Масло растительное		- 0,03	0,99	-	8,99	
	масло растительное			0,55	_	0,22	
	Сухофрукты		0,13	-	5,16	21,88	
	Caxap		-	-	7,98	29,92	
	Хлеб пшеничный		0,3	0,5	19,5	79	
	Хлеб ржаной		0,3	0,5	19,6	67	
Итого за обед			19,44	17,67	76,24	534,82	
Уплотненный	1.Салат из свежих яблок и моркови	40					50
полдник	2. Яйцо вареное	40					227
	3.Ватрушка с творогом	150					146
							Павлова
							T.H.,
							Белеева
	4.77	1.50					Г.И.
	4.Чай с сахаром	150					410,411
	5.Кисломолочный продукт	150	0.00		2.06	12.42	420
	Яблоко свежее		0,09	-	3,06	12,42	
	Морковь		0,08	- 1.00	0,44	2,4	
	Масло растительное		-	1,99	-	17,98	
	Яйцо вареное		5,08	4,6	0,28	62,8	
	лицо вареное		3,00	7,0	0,20	02,0	
	Мука пшеничная		5,3	0,78	43,92	187,4	
	Caxap		-	-	2,99	11,22	
	Яйцо		0,5	0,46	0,02	6,28	
	Масло сливочное		0,03	4,1	0,04	37,4	
	Соль йодированная		-	-	-	-	
	Дрожжи		0,12	0,004	0,08	0,85	
	Творог		5,0	2,7	0,6	64,0	
	орий		1,27	1,15	0,07	15,7	
	Caxap		-	-	5,98	22,44	
	Масло растительное		-	2,99	-	26,97	
	Чай						
	Сахар		-	-	8,98	33,66	1
	Салар		-	-	0,90	33,00	
	Кисломолочный продукт	150	4,1	4,8	7,05	101,0	
Итого за			21,57	23,58	73,48	602,52	
уплотненный							
полдник							
Итого			50,90	53,63	206,00	1516,86	
за 5 день							

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пище	вые вещес	тва (г)	Энергетич	№
_		блюда	Б	Ж	У	еская ценность	рецепту ры
						(ккал)	pbi
2 неделя	1. Морковь резаная	40					Стр.107
6 день	2.Каша на сгущенном молоке	150					182
	пшенная вязкая						стр.198
1 завтрак	3. Чай с сахаром	150					410,411
	4. Булка с маслом	20/5					1
	Морковь		0,40	-	2,24	10,56	
	Молоко сгущёное		2,8	3,2	22,0	129,6	
	Пшено		0,9	0,58	12,66	56,80	
	Caxap		-	-	1,99	7,48	
	Масло сливочное		0,01	1,65	0,01	14,96	

	Чай		_	_	_	_	
	Caxap			-	4,99	18,17	
	Силир				1,22	10,17	
	Булка		0,2	0,19	10,20	35	
	Масло сливочное		0,03	4,1	0,04	37,4	
Итого	TVILLENCE COMISE INCC		4,61	9,72	54,13	309,97	
за 1 завтрак			1,01	7,72	5-1,15	303,37	
2 завтрак	Фрукт	140	0,20	-	10,70	75,0	86
ОБЕД	1.Соленый огурец	40					Стр.107
	2. Борщ вегетарианский со сметаной	150					65
	3. Мясные зразы с гречкой	70/65					312, 330
	4. Компот из сухофруктов	150					394
	5.Хлеб пшеничный	25					Стр.104
	Огурец солёный		0,24	-	0,44	2,8	
	Картофель		0,98	-	9,66	40,67	
	Капуста свежая		0,66	-	2,15	11,20	
	Лук репчатый		0,24	-	1,27	6,0	
	Морковь		0,16	-	0,89	4,2	
	Свекла		0,42	- 1.5	0,54	11,52	1
	Сметана		0,24	1,5	0,3	16,0	
	Масло растительное		-	3,99	-	35,96	
	Соль йодированная		-	-	-	-	
	Мясо (говядина)		7,7	2,67	-	55,40	
	Хлеб пшеничный		0,01	0,06	2,4	9,8	
	Молоко		0,26	0,32	0,47	11,6	
	Лук репчатый		0,12	-	0,68	3,0	
	Яйцо		1,5	1,38	0,08	18,84	
	Масло сливочное		0,01	1,65	0,01	14,96	
	Соль иодированная		-	-	-	-	
	Сухари		0,01	0,06	2,4	9,8	
	Крупа гречневая		3,78	0,78	20,4	98,70	
	Масло сливочное		0,03	4,1	0,04	37,4	
	Соль иодированная		-	-	-	-	
	Сухофрукты		0,14	-	5,8	24,12	
	Сахар		-	-	10,97	41,14	
			0.2	0.05	1.1.0		
П	Хлеб пшеничный		0,2	0,35	14,2	68	
Итого за обед			16,7	16,88	72,7	521,11	
Уплотненный	1.Салат из свежей капусты	40					21
полдник	2. Картофельная запеканка с печенью	180					164
	3.Хлеб ржаной	40					Стр.104
	4.Сок фруктовый	160					418
	5.Кисломолочный продукт	150					420
	6.Кондитерское изделие	10					-
	Капуста свежая		0,56	-	1,72	8,98	
	Масло растительное	ļ	-	4,89	-	44,89	
	Картофель		1,12	-	16,56	69,70	+
	Печень говяжья		10,58	2,1	-	61,99	
	Лук репчатый		0,12	-	0,68	3,0	
	Молоко		0,52	0,64	0,94	11,6	
	Масло сливочное		0,03	4,95	0,05	44,88	1
	Яйцо		2,28	2,07	0,12	28,26	1
	Соль йодированная		-	-	-	-	
	Сухари		0,01	0,06	2,4	98,0	
	Масло растительное		-	0,99	-	8,99	
	1						İ

	Хлеб ржаной	0,3	0,5	19,6	67	
	_					
	Сок фруктовый	0,64	-	18,72	80	
	Кисломолочный продукт	4,1	4,8	7,05	101	
	Кондитерское изделие	0,3	1,0	9,62	40,60	
Итого за		20,56	22,0	77,46	580,69	
уплотненный						
полдник						
ИТОГО		42,06	48,6	214,98	1486,77	
за 6 день						

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пище	вые вещес	тва (г)	Энергетич	№
•		блюда	Б	Ж	y	еская ценность (ккал)	рецепт уры
2 неделя	1. Салат из свежих яблок и моркови	35				(1111111)	50
7 день	2. Каша молочная ячневая вязкая	150					182, стр.197
1 завтрак	3. Какао	150					416
•	4. Булка с сыром	20/8					3
	Яблоко свежее		0,09	-	3,06	12,42	
	Морковь		0,08	-	0,44	2,42	
	Масло растительное		-	0,99	-	8,99	
	Молоко		2,6	3,2	4,7	58,0	
	Крупа ячневая		1,26	0,14	14,66	54,17	
	Caxap		-	-	1,99	7,48	
	Масло сливочное		0,01	1,65	0,01	14,96	
	Какао		0,31	0,21	0,02	0,35	
	Молоко		2,0	2,56	3,76	46,4	
	Сахар		-	-	4,99	18,7	
				0.10	10.50		
	Булка		0,2	0,19	10,20	35	
	Сыр		1,87	1,91	-	25,27	
Итого за 1 завтрак			8,42	10,85	43,84	284,16	
2 завтрак	Сок фруктовый	130	0,48	-	14,0	69	418
ОБЕД	1. Свекла отварная	35					Стр.107
ОВЕД	2.Бульон куриный с гренками	150					116,117 123
	3.Плов с курами	180					321
	4. Компот из сухофруктов	150					394
	5.Хлеб ржаной	40					Стр.104
	Свекла отварная		0,77	-	0,99	21,11	
	Бульон из кур		-	-	-	-	
	Яйца		2,28	2,07	0,12	28,26	
	Морковь		0,08	-	0,44	2,4	
	Масло сливочное		0,04	5,77	0,06	52,36	
	Гренки пшеничные		0,13	0,13	4,8	22,7	
	Соль иодированная		-	-	-	-	
	Куры		7,12	2,64	-	53,6	
	Лук репчатый		0,24	-	1,27	6,0	1
	Морковь		0,08	-	0,44	2,4	
	Крупа рисовая		1,8	0,24	30,92	126,20	
	Масло сливочное		0,05	7,42	0,08	67,32	
	Соль йодированная		-	_		=	

	Сухофрукты		0,14	-	5,8	24,12	
	Caxap		-	-	10,97	41,14	
	Хлеб ржаной		0,3	0,5	19,6	67	
Итого за обед			13,03	18,77	71,55	493,67	
Уплотненный	1.Рыба запеченная с овощами	180					283
полдник	2.Хлеб пшеничный	30				I	Стр.10
						<u> </u>	4
	3. Чай с сахаром	130				ļ	410,411
	4.Кисломолочный продукт	170				<u> </u>	420
	5. Кондитерские изделия	20				ļ	-
	Рыба свежая		11,6	0,3	-	50,0	
	Картофель		1,12	-	16,56	69,70	
	Лук репчатый		0,12	-	0,68	3,0	
	Морковь		0,08	-	0,44	2,4	
	Coyc №370					<u> </u>	
	Молоко		1,0	1,28	1,88	23,2	
	Масло сливочное		0,01	1,65	0,01	14,96	
	Яйца		2,28	2,07	0,12	28,26	
	Масло растительное		-	4,89	-	44,8	
	Соль иодированная		-	-	-	-	
				<u> </u>			
	Хлеб пшеничный		0,2	0,3	14,5	60	
					<u> </u>	<u> </u>	
	Чай		-	-	-	-	
	Caxap		-	-	10,97	41,14	
			 		207		
	Кисломолочный продукт		5,1	5,8	9,05	124	
	Кондитерское изделие		0,48	2,0	17,24	81,20	
Итого за			21,99	18,29	71,45	542,66	
уплотненный						1	
полдник ИТОГО			42.02	47.01	200,84	1200 40	
и 1010 за 7 день			43,92	47,91	200,84	1389,49	
за / день	<u> </u>					L	

	растная категория: с 1г.6мес. до 3 л		П			2	NC.
Прием пищи	Наименование блюд	Выход		евые вещес		Энергетич	No
		блюда	Б	Ж	\mathbf{y}	еская	рецепт
						ценность	уры
						(ккал)	
2 неделя	1. Каша молочная пшеничная вязкая	150					182,
							стр.198
8 день	2.Кофейный напиток с молоком	180					415
1 завтрак	3. Булка с повидлом	20/10					2
-	Крупа пшеничная		1,2	0,29	9,33	43,40	
	Молоко		2,8	3,8	5,2	65,8	
	Caxap		-	-	1,99	7,48	
	Масло сливочное		0,03	4,1	0,04	37,40	
	Кофейный напиток		0,31	-	0,04	0,17	
	Молоко		2,6	3,2	4,7	58	
	Caxap		-	-	5,98	22,44	
	Вода		-	-	-	-	
	Булка		0,2	0,19	10,20	35	
	Повидло		0,04	-	6,61	23,10	
Итого	Повидло		7,18	11,58	44,09	290,79	
за 1 завтрак			7,10	11,50	44,09	290,79	
2 завтрак	1.Чай с сахаром	150					410,411
	2. Кондитерское изделие	10					-
	Чай		-	-	-	-	

	Caxap		_	_	7,98	29,92	
	- Current				7,50	_>,>_	
	Кондитерское изделие	10	0,3	1,0	9,63	42,8	
Итого			0,3	1,0	17,61	72,72	
за 2 завтрак				,-	,-	,	
0000		40					G 110
ОБЕД	1.Салат витаминный	40					Стр.119
							Белинова Павлова
	2.Щи на мясном бульоне со	150					73
	сметаной	130					73
	3Макаронник с мясом	150					309
	4. Кисель из кураги	150					398
	5. Хлеб ржаной	40					Стр.104
	Капуста свежая		0,42	-	1,29	6,72	
	Лук репчатый		0,12	-	0,68	3,0	
	Масло растительное		-	1,99	-	17,98	
			4.44	0.40		10.00	
	Мясо (говядина)		1,41	0,49	-	10,08	
	Картофель		0,84	-	8,28	34,86	
	Капуста свежая Лук репчатый		0,56 0,24	-	1,72 1,27	8,96 6,0	
	лук репчатыи Морковь		0,24	-	0,89	4,2	
	Масло растительное		-	2,99	-	26,97	
	Сметана		0,24	1,5	0,3	16,0	
	Соль йодированная		-	-	-	-	
	овид подпредилиши						
	Мясо (говядина)		7,05	2,45	-	50,40	
	Макароны		2,16	0,36	30,08	117,8	
	Яйца		1,9	1,72	0,1	23,55	
	Лук репчатый		0,12	-	0,68	3,0	
	Молоко		0,52	0,64	0,56	11,6	
	Масло сливочное		0,01	1,65	0,01	14,96	
	Сухари		0,01	0,06	2,4	9,8	
	Соль иодированная			-	-	-	
	Масло растительное		-	0,99	-	8,99	
	I/		0.22		4.0	21.2	
	Курага		0,32	-	4,8	21,2	
	Сахар		0,001	-	6,98 8,6	26,18 19,9	
	Крахмал		0,001	-	0,0	19,9	
	Хлеб ржаной		0,3	0,5	19,6	67	
Итого за обед	Изго ржиной		16,38	15,38	88,24	509,15	
111010 34 0004			10,00	10,00	00,21	200,12	
Уплотненнвй	1.Салат из моркови	40					42
полдник	2. Хлеб пшеничный	30					Стр.104
	3.Пудинг из творога с рисом	155					250
	4. Кисломолочный продукт	150					420
	5. Фрукт	100					86
	Морковь		0,40	-	2,24	10,56	
	Масло растительное		-	2,99	-	26,97	
				2.5			
	Хлеб пшеничный		0,2	0,3	14,5	60	
	Творог		15,7	9,6	2,0	159	
	творог Крупа рисовая		0,70	0,06	7,73	32,30	
	Сахар		-		6,98	26,18	
	Сахар Яйцо		3,17	2,87	0,98	39,25	
	Масло сливочное		0,06	8,25	0,09	74,80	
	Сметана		0,19	0,75	0,15	8,6	
			-,-/	-,	-,	-,0	
	Кисломолочный продукт		4,1	4,8	7,05	101	
			0.7:		10		
	Фрукт		0,30	-	10,20	41,40	
Итого за	1,		24,82	29,62	51,1	580,6	

полдник						
ИТОГО		48,68	57,58	201,04	1453,26	
за 8 день						

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пише	вые вещес	тва (г)	Энергетиче	№
Присм пищи	Transicio Barrie Giriog	блюда	Б	Ж	y	ская ценность (ккал)	рецепт уры
2 неделя	1. Каша сборная молочная вязкая	150				,	Стр.135
9 день	3.Какао	180					416
1 завтрак	4. Булка с маслом	20/5					1
	Крупа рисовая		0,70	0,06	7,73	32,30	
	Крупа пшенная		1,2	0,29	6,33	33,38	
	Молоко		2,6	3,2	4,7	58	
	Caxap		-	-	1,99	7,48	
	Масло сливочное		0,01	1,65	0,01	14,96	
	Какао		0,31	0,21	0,02	0,35	
	Молоко		2,3	2,8	4,2	52	
	Caxap		-	-	4,99	18,7	
	1				,	- 71	
	Булка		0,2	0,19	10,20	35	
	Масло сливочное		0,03	4,1	0,04	37,4	
Итого за 1 завтрак			7,35	12,5	40,21	289,57	
•							
2 завтрак	Фрукт	130	0,39	-	13,26	72	86
ОБЕД	1.Салат овощной	40					Стр.118 Беленова Павлова
	2.Суп куриный с клецками	150					116,119, 128
	3.Тефтели мясные с картофельным пюре	60/130					303, 339
	4. Компот из сухофруктов	150					394
	5.Хлеб пшеничный	35					Стр.104
	Огурец соленый		0,21	-	0,84	4,17	1
	Лук репчатый		0,12	-	0,68	3,0	
	Масло растительное		-	0,99	-	8,99	
	Куры		1,78	0,66	-	13,4	
	Картофель		0,98	-	9,66	40,67	
	Морковь		0,16	-	0,89	4,2	
	Лук репчатый		0,24	-	1,27	6,0	
	Масло растительное		-	2,99	-	26,97	
	Соль йодированная		-	-	-	-	
	Мука пшеничная		1,06	0,13	7,3	32,9	
	Яйцо		0,63	0,57	0,03	7,85	
	Масло сливочное		0,01	1,65	0,01	14,96	
	Вода		-	-	-	-	
	Мясо (говядина)		8,46	2,94	-	60,48	
	Хлеб пшеничный		0,07	0,08	2,11	11,3	
	Молоко		0,26	0,32	0,47	5,8	
	Лук репчатый		0,12	-	0,68	3,0	
	Мука пшеничная		0,52	0,06	5,66	16,43	
	Масло сливочное		0,006	0,82	0,009	7,48	
	Соль йодированная Масло растительное		-	0,99	-	8,99	1
	тасло растительное		_	0,77	_	0,73	
	Картофель		1,12	-	16,50	69,70	
	Молоко		0,78	0,96	1,4	17,4	
	Масло сливочное		0,01	2,47	0,02	22,44	

	Соль иодированная		-	-	-	-	
	•						
	Сухофрукты		0,14	-	5,8	24,12	
	Caxap		-	-	6,98	26,18	
	Хлеб пшеничный		0,2	0,3	14,5	60	
Итого за обед			16,77	15,93	75,0	496,13	
Уплотненный	1.Суфле из рыбы	130					284,371
	Капуста тушёная в молоке	120					355
полдник	2.Хлеб ржаной	40					Стр.104
	3. Чай с сахаром	150					410,411
	4.Кисломолочный продукт	150					420
	5. Кондитерское изделие	20					-
	Рыба свежая		12,18	0,33	-	52,5	
	Coyc №371						
	Яйцо		2,54	2,3	0,14	31,4	
	Молоко		1,3	1,6	2,35	29,0	
	Масло сливочное		0,01	1,65	0,01	14,96	
	Мука пшеничная		0,52	0,06	5,66	16,43	
	Масло растительное		-	3,99	-	35,96	
	Соль иодированная		-	-	-	-	
	Капуста свежая		1,54	-	4,74	24,64	
	Молоко		1,3	1,6	2,35	29	
	Масло сливочное		0,03	4,95	0,05	44,88	
	Caxap		-	-	1,99	7,48	
	Хлеб ржаной		0,3	0,5	19,6	67	
	Чай						
	Caxap		-	-	5,98	22,44	
	Кисломолочный продукт		4,1	4,8	7,05	101	
	Кондитерское изделие		0,48	2,0	17,24	81,20	
Итого за уплотненный полдник			24,31	23,78	67,1	556,89	
ИТОГО за 9 день			48,82	52,21	195,57	1414,59	

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пище	вые вещес	Энергетиче	№	
		блюда	Б	Ж	У	ская	рецепт
						ценность	a
						(ккал)	
2 неделя							
10 день	1.Салат из свежих яблок с	30					31
	черносливом						
1 завтрак	2.Суп молочный вермишелевый	150					100
-	3.Кофейный напиток с молоком	150					415
	4 .Булка с сыром	20/8					3
	Яблоко свежее		0,09	-	3,06	12,12	
	Чернослив		0,12	-	1,8	8,0	
	Caxap		-	-	1,99	7,48	
	M	_	2.0	2.0	5.2	62.9	
	Молоко		2,8	3,8	5,2	63,8	
	Вермишель		1,04	0,04	7,52	33,2	
	Caxap		-	-	2,99	11,22	
	Масло сливочное		0,03	4,1	0,04	37,4	
			-	-	-	-	
	Кофейный напиток		0,31	-	0,04	0,17	
	Молоко		2,6	3,2	4,7	58	

	Caxap		-	-	4,99	18,7	
	P		0.2	0.10	10.20	25	
	Булка		0,2	0,19	10,20	35	
Итого	Сыр		1,87	1,91	12.52	25,27	
итого за 1 завтрак			9,06	13,24	42,53	310,36	
	G 1 ×	120	0.40		12.0	77	410
2 завтрак	Сок фруктовый	130	0,48	-	12,0	77	418
ОБЕД	1.Икра свекольная	30					55
	2.Рассольник домашний со	150					81
	сметаной на мясном бульоне 3.Пирожки с мясом, рисом	150					437,495
	злирожки е млеом, рисом	130					137,193
	4. Компот из сухофруктов	150					394
	5.Хлеб ржаной	40					Стр.104
	Свекла		0,56	-	0,72	15,36	
	Лук репчатый		0,04	-	0,25	1,16	
	Caxap		-	-	0,99	3,74	
	Масло растительное		-	1,99	-	17,98	
	Мясо (говядина)		1,4	0,49	-	10,08	
	Капуста свежая		0,42	-	1,29	6,72	
	Картофель		098	-	9,66	40,67	
	Морковь		0,08	-	0,44	2,4	
	Лук репчатый		0,12	-	0,68	3,0	
	Солёный огурец		0,04	-	0,08	0,56	
	Масло растительное		-	2,99	-	26,97	
	Сметана		0,48	2,2	0,4	24,6	
	Соль йодированная		-	-	-	-	
	Мука пшеничная		5,3	0,78	43,90	167,4	
	Сахар			-	0,99	3,74	
	Салар Соль иодированная		-		0,99	-	
	Яйцо		0,5	0,46	0,02	6,28	
	Дрожжи		0,25	0,006	0,16	1,7	
	Вода		-	-	-	-	
	N (0.46	2.04		60.40	
	Мясо (говядина)		8,46	2,94	- 0.01	60,48	
	Масло сливочное		0,01	1,65	0,01	14,96	
	Лук репчатый Рис		0,02	0,03	0,09 3,8	0,48 16,15	
	Рис Масло растительное		- 0,33	0,03	- 3,8	8,99	
	Соль иодированная		-	-	-	-	
	•						
	Сухофрукты		0,13	-	5,16 5,98	21,88 22,44	
	Caxap		-	-	3,98	22,44	
	Хлеб ржаной		0,3	0,5	19,6	67	
Итого за обед			19,44	15,02	94,22	544,75	
Уплотненный	1.Салат из моркови	40					42
полдник	2.Хлеб пшеничный	40					Стр.104
	3.Ленивые вареники с маслом	110					245,244
	4. Вареное яйцо	40					227
	5. Чай с сахаром	150					410,411
	6.Кисломолочный продукт	150					420
	Морковь		0,40	-	2,24	10,56	
	Масло растительное		-	5,99	-	53,94	
	Хлеб пшеничный		0,3	0,5	19,6	79	
	Яйцо вареное		5,08	4,6	0,28	62,8	
	-		·				
	Творог		11,69	6,3	1,4	98,7	

	Яйца	1,0	0,92	0,05	12,56	
	Мука пшеничная	1,8	0,26	14,64	65,8	
	Caxap	=	-	4,99	18,70	
	Масло сливочное	0,07	9,9	0,1	89,76	
	Чай	-	-	-	-	
	Caxap	=	-	4,99	18,70	
	Кисломолочный продукт	4,1	4,8	7,05	101	
Итого за		24,44	33,27	55,34	611,52	
уплотненный						
полдник						
ИТОГО		53,42	61,53	204,09	1543,63	
за 10 день						
ИТОГО		47	52	206	1464,4	
За 10 дней						

Исполнитель: Медицинская сестра

/О.М. Овсиенко/

Заведующий СП

/И.В. Полуэктова/

СОГЛАСОВАНО
Председатель
родительского совета
СП «Детский сад №66»
ГБОУ СОШ №17 г.Сызрани
Алашеева Е.А.

УТВЕРЖДАЮ Директор ГБОУ СОН № 17 г.Сызрани Г.В. Фомина Приказ № 2 од от 31.08.2021г

ПРИМЕРНОЕ

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ структурного подразделения «Детский сад №66» ГБОУ СОШ № 17 г.Сызрани на осенне – зимний период возрастная группа: с 3 до 7 лет

Используемая литература

1. «Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях» М.П. Могильный, В.А. Тутельян. Издательство: 2015 г.

2. «Организация рационального питания детей в ДОУ» Г.И. Беленова, Т.А. Павлова. Издательство: 2010 г.

	Завтрак	2 завтрак	Обед	Уплотнённый полдник
1 день	Морковь резаная Каша на сгущённом молоке манная вязка я Чай с сахаром Булка с сыром	Фрукт	Салат из репчатого лука Щи со сметаной Пирожки с мясом Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Салат из зеленого горошка Рисовая запеканка с печенью Хлеб пшеничный Сок фруктовый Кисломолочный продукт Кондитерское изделие
2 день	Салат из свежих яблок и моркови Каша молочная геркулесовая вязкая Какао Булка с повидлом	Сок фруктовый	Салат из свежей капусты Суп овощной на курином бульоне со сметаной Суфле куриное с макаронами Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный	Икра свекольная Рыбная котлета любительская с картофелем тушеным в молоке Хлеб ржаной Чай с сахаром Кондитерское изделие Кисломолочный продукт
3 день	Суп молочный пшенный Кофейный напиток с молоком Булка с маслом	Чай с лимоном Кондитерское изделие	Огурец солёный Борщ с мясом со сметаной Ленивые голубцы с мясом Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Салат из моркови Хлеб пшеничный Запеканка из творога Кисломолочный продукт Фрукт
4 день	Каша молочная гречневая вязкая Какао Булка с повидлом	Фрукт	Селедь соленая с репчатым луком Суп куриный с домашней лапшой Котлета мясная с картофельным пюре Кисель из кураги Хлеб ржаной	Икра овощная Омлет с сыром Хлеб пшеничный Сок фруктовый Кисломолочный продукт Кондитерское изделие
5 день	Каша молочная рисовая вязкая Кофейный напиток с молоком Булка с сыром	Сок фруктовый	Свекла отварная Рассольник ленинградский со сметаной на мясном бульоне Капустная запеканка с мясом Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	Салат из свежих яблок и моркови Яйцо вареное Ватрушка с творогом Чай с сахаром Кисломолочный продукт
6 день	Морковь резаная Каша на сгущённом молоке пшённая вязкая Чай с сахаром Булка с маслом	Фрукт	Соленый огурец Борщ вегетарианский со сметаной Мясные зразы с гречкой Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный	Салат из свежей капусты Картофельная запеканка с печенью Хлеб ржаной Сок фруктовый Кисломолочный продукт Кондитерское изделие
7 день	Салат из свежих яблок и моркови Каша молочная ячневая вязкая Какао Булка с сыром	Сок фруктовый	Свекла отварная Бульон куриный с гренками Плов с курами Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Рыба запеченная с овощами Хлеб пшеничный Чай с сахаром Кисломолочный продукт Кондитерское изделие
8 день	Каша молочная пшеничная вязкая Кофейный напиток с молоком Булка с повидлом	Чай с лимоном Кондитерское изделие	Салат витаминный Щи со сметаной на мясном бульоне Макаронник с мясом Кисель из кураги Хлеб ржаной	Салат из моркови Хлеб пшеничный Пудинг из творога с рисом Кисломолочный продукт Фрукт
9 день	Каша сборная молочная вязкая Какао Булка с маслом	Фрукт	Салат овощной Суп куриный с клецками Тефтели мясные с картофельным пюре Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный	Суфле из рыбы Капуста тушеная в молоке Хлеб ржаной Чай с сахаром Кисломолочный продукт Кондитерское изделие
10 день	Салат из свежих яблок с черносливом Суп молочный с вермишелью Кофейный напиток с молоком Булка с сыром	Сок фруктовый	Икра свекольная Рассольник домашний со сметаной на мясном бульоне Пирожки с мясом, рисом Компот из сухофруктов Хлеб ржаной	Салат из моркови Хлеб пшеничный Ленивые вареники с маслом Яйцо вареное Чай с сахаром Кисломолочный продукт

Среднесуточный набор продуктов на одного ребенка

Продужени	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	ИТОГО
Продукты	день	за 1 день									
Молоко	330	530	420	530	470	340	450	490	530	410	450
Творог	-	-	130	-	50	-	-	120	-	100	40
Сметана	15	15	20	-	15	15	-	20	-	10	11
Сыр	12	ı	-	12	12	-	12	-	-	12	6
Мясо (говядина)	70	-	70	70	70	70	-	70	60	70	55
без кости											
Птица (куры)	-	90	-	30	-	-	90	-	30	-	24
Рыба филе	-	80	-	50	-	-	100	-	140	-	37
Субпродукты	125	-	-	-	-	125	-	-	-	-	25,0
(печень)											
Яйцо куриное	25	35	28	55	74	30	36	40	25	52	40
Картофель	90	210	80	210	80	210	150	80	210	80	140
Овощи, зелень	236	220	312	112	288	256	144	208	232	192	220
Фрукты свежие	150	50	110	150	40	150	40	120	150	40	100
Фрукты сухие	11	11	11	10	11	11	11	10	10	14	11,0
Соки фруктовые	160	130	-	160	130	160	130	-	-	130	100
Крупы (бобовые)	60	25	40	25	45	75	75	45	30	10	43,0
Макаронные	-	50	-	-	-	-	-	50	-	20	12,0
изделия											
Мука пшеничная	70	5	5	20	70	-	-	-	20	100	29,0
Хлеб ржаной	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Хлеб пшеничный	80	80	80	80	80	85	80	75	80	80	80
Масло сливочное	21	19	29	17	15	22	24	20	22	21	21
Масло	11	11	10	11	11	12	7	11	12	14	11
растительное											
Кондитерские	20	40	10	40	-	40	20	10	20	-	20
изделия											
Чай	0,7	0,7	0,6	-	0,7	0,7	0,7	0,6	0,7	0,6	0,6
Какао-порошок	-	1,5	-	1,5	-	-	1,5	-	1,5	-	0,6
Кофейный	-	-	3,0	-	3,0	-	-	3,0	-	3,0	1,2
напиток											
Caxap	26	29	40	18	40	21	35	35	28	28	30,0
Дрожжи	2	-	-	-	1	-	-	-	-	2	0,5
Мука	-	-	-	15	-	-	-	15	-	-	3,0
картофельная											
Соль	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
иодированная											

Прием пищи	растная категория: с 3 до 7 лет Наименование блюд	Выход	Пиш	евые вещес	Энергети	№	
присм пищи		блюда	Б	Ж	У	ческая ценность (ккал)	рецепту ры
1 неделя	1. Морковь резаная	40					Стр107
1 день	2.Каша на сгущенном молоке манная вязкая	200					182
1 завтрак	3. Чай с сахаром 5. Булка с сыром	180 30/12					410, 411
	Морковь (Сыром Морковь)	30/12	0,40	-	2,24	10,56	3
	M		2.0	2.2	22.4	120.6	
	Молоко сгущённое		2,8	3,2	22,4 14,66	129,6 60,20	
	Крупа манная Сахар		1,86	0,14	4,99	18,70	
	Масло сливочное		0,03	4,1	0,04	37,4	
	П-×						
	Чай Сахар		-	-	9,98	37,4	
	Булка Сыр		0,2 3,1	0,3 5,2	14,5	60 43,9	
Итого за	Сыр		7,99	10,94	69,81	397,76	
1завтрак			<u> </u>				
2 завтрак	Фрукт	150	0,45	-	15,30	98	86
•			,				
ОБЕД	1.Салат из репчатого лука	52					11
	2.Щи со сметаной	200					73
	3.Пирожки мясом	175					437 494
	4. Компот из сухофруктов	180					394
	5.Хлеб ржаной	50					Стр 104
	Лук репчатый		0,75	-	4,55	18,0	
	Масло растительное		-	1,99	-	17,98	
	Картофель		1,26	-	12,42	52,29	
	Капуста свежая		0,70	-	2,15	11,20	
	Лук репчатый		0,24	-	1,27	6,0	
	Морковь		0,16	-	0,89	4,2	
	Томатное пюре		0,18	-	0,59	3,15	
	Масло растительное		- 0.40	4,89	-	44,89	
	Сметана Соль йодированная		0,48	2,2	0,45	24,6	
	соль подпрованная						
	Мука пшеничная		5,42	0,91	51,24	205,52	
	Сахар Соль иодированная		-	-	1,99	7,48	
	Дрожжи		0,25	0,008	0,16	1,7	
	ОДЙК		0,63	0,57	0,03	7,85	
	Масло растительное		-	1,99	-	17,98	
	Мясо говядина		9,87	3,43	-	70,56	
	Лук репчатый		0,12	-	0,68	3,0	
	Масло сливочное		0,03	4,95	0,05	44,88	
	Соль иодированная		-	-	-	-	
	Сухофрукты		0,17	-	7,0	30,0	
	Caxap		-	-	8,98	33,60	
	Хлеб ржаной		0,35	0,28	24,9	92	
Итого за обед			20,68	21,21	117,35	696,65	
Уплотненный	1.Салат из зеленого горошка	52					10
полдник	2. Рисовая запеканка с печенью	185		 			311

	3.Хлеб пшеничный	50					Стр.104
	4.Сок фруктовый	160					418
	5.Кисломочный продукт	180					420
	6. Кондитерское изделие	20					-
	Зеленый горошек		1,2	-	2,76	13,30	
	Масло растительное		-	1,99	-	17,98	
_	Печень говяжья	1	12,9	2,32	_	109,3	
	Крупа рисовая		1,8	0,24	30,92	129,20	
	Лук репчатый		0,12	-	0,68	3,0	
	Яйца		2,54	2,3	0,14	31,4	
	Молоко		1,3	1,6	2,38	29	
	Соль йодированная		-	-	-	-	
	Масло сливочное		0,04	6,5	0,07	59,84	
	Масло сливочное		0,01	1,65	0,01	14,96	
	Хлеб пшеничный		0,4	0,65	24,9	98	
	Сок фруктовый		0,64	-	18,72	80	
	Кисломолочный продукт		4,9	5,7	8,46	121,2	
	Кондитерское изделие		0,48	2,0	15,24	81,20	
Итого			26,33	24,85	104,28	788,38	
Итого за 1 день			55,42	57,0	306,74	1980,79	

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пище	вые вещес	гва (г)	Энергети	№
•		блюда	Б	Ж	ý	ческая ценность (ккал)	рецепту ры
1 неделя	1.Салат из свежих яблок и моркови	45					50
2 день	2. Каша молочная геркулесовая вязкая	200					182
1 завтрак	3.Какао	180					416
	4.Булка с повидлом	30/10					2
	Яблоко свежее	40	0,12	-	4,08	16,51	
	Морковь	10/8	0,08		0,44	2,4	
	Масло растительное	2	-	1,99	-	17,98	
	Молоко	120	3,1	3,84	5,64	69,6	
	Геркулес	25	1,93	1,45	16,32	77,45	
	Caxap	3	-	-	2,99	11,25	
	Масло сливочное	2	0,01	1,65	0,01	14,96	
	Какао	1,5	0,32	0,25	0,03	0,36	
	Caxap	5	-	-	4,99	18,7	
	Молоко	120	3,1	3,84	5,64	69,6	
	Булка	30	0,2	0,3	14,5	60	
	Повидло	10	0,04	-	6,61	23,10	
Итого за 1 завтрак			8,94	13,32	61,49	386,53	
2 завтрак	Сок фруктовый	130	0,52	-	15,21	93,0	418
ОБЕД	1.Салат из свежей капусты	50					21
	2.Суп овощной на курином бульоне со сметаной	200					116
	3.Суфле куриное с макаронами	125/105					327, 371, 218
	4. Компот из сухофруктов	180					394
	5.Хлеб пшеничный	40					Стр104
Ĺ							

Масло распительное - 1,99	2,15	11,20	
Куры	-	17,98	
Капуста свежая 0,70 - 2 1 1,12 - 1 1 1 1 1 1 1 1 1		2,,,,	
Капуста свежая 0,70 - 2	-	13,4	
Моркова 0,24 - 1	11,04	,	
Морковъ Зелёный горошек 0,16 -	2,15		
Зелёный горошек 0,16 - 1,99	1,27	,	
Масло растительное - 1,99	0,84		
Сметана 0,24 1,5	0,36		
Куры 6,23 2,31 3 3,45 0 1,65	-	17,97	
Куры 6,23 2,31 Яйца 3,87 3,45 (Масло сливочное 0,01 1,65 (Соус 371 Молоко 1,3 1,6 2 Масло сливочное 0,01 1,65 (Масло сливочное 0,01 1,65 (Масло сливочное 0,01 1,65 (Муха пшеничная 0,3 0,03 Вода Соль йодированная Макароны 3,2 0,45 3 Масло сливочное 0,03 4,1 (Соль йодированная Сухофрукты 0,17 - Сахар 5 Хлеб пшеничный 0,3 0,5 1 Итого за обед 20,52 21,88 9 Уплотиенный 1. Икра свекольная 55 2. Рыбная котлета любительская с картофелем тушенным в молоке 150 3. Хлеб ржаной 50 4.4ай с сахаром 180 180 5. Кондитерское изделие 40 6. Кисломолочный продукт 180	0,3	16,0	
Яйна 3,87 3,45 0 Масло сливочное 0,01 1,65 0 Соре 371 1 1 1,6 2 Масло сливочное 0,01 1,65 0 Масло сливочное 0,01 1,65 0 Мука пшеничная 0,3 0,03 4,1 Соль йодированная - - - Сухофрукты 0,17 - - Сухофрукты 0,17 - - Сахар - - - Хлеб пшеничный 0,3 0,5 1 Итого за обед 20,52 21,88 9 Уилотиенный 0,3 0,5 1 Итого за обед 20,52 21,88 9 Уилотиенный 0,3 0,5 1 Итого за обед 20,52 21,88 9 Уилотиенный 0,3 0,5 1 Итого за обед 20,52 21,88 9 Уилотиенный	-	-	
Яйна 3,87 3,45 0 Масло сливочное 0,01 1,65 0 Соре 371 1 1 1,6 2 Масло сливочное 0,01 1,65 0 Масло сливочное 0,01 1,65 0 Мука пшеничная 0,3 0,03 4,1 Соль йодированная - - - Сухофрукты 0,17 - - Сухофрукты 0,17 - - Сахар - - - Хлеб пшеничный 0,3 0,5 1 Итого за обед 20,52 21,88 9 Уилотиенный 0,3 0,5 1 Итого за обед 20,52 21,88 9 Уилотиенный 0,3 0,5 1 Итого за обед 20,52 21,88 9 Уилотиенный 0,3 0,5 1 Итого за обед 20,52 21,88 9 Уилотиенный	_	46,9	
Масло сливочное	0,21		
Молоко 1,3 1,6 2	0,01		
Молоко	0,01	1.,,,,	
Масло сливочное 0,01 1,65 0	2,35	29	
Вода Соль йодированная -	0,01		
Соль йодированная - - Макароны 3,2 0,45 3 Масло сливочное 0,03 4,1 0 Соль йодированная - - Сухофрукты 0,17 - Сахар - - - Хлеб пшеничный 0,3 0,5 1 Итого за обед 20,52 21,88 9 Уплотиенный 0,3 0,5 1 Итого за обед 20,52 21,88 9 Уплотиенный 0,3 0,5 1 Итого за обед 20,52 21,88 9 Уплотиенный 0,3 0,5 1 Итого за обед 20,52 21,88 9 Уплотиенный 0,3 0,5 1 Итого за обед 20,52 21,88 9 Уплотиенный 50 180 0 0 За утобержаной 180 0 0 0 0 0 0 0	2,1	9,87	
Макароны 3,2 0,45 3			
Масло сливочное 0,03 4,1 (Соль йодированная - - Сухофрукты 0,17 - Сахар - - 5 Хлеб пшеничный 0,3 0,5 ј Итого за обед 20,52 21,88 9 Уплотиенный 5 - - 5 2.Рыбная котлета любительская с картофелем тушенным в молоке 150 -	-	-	
Масло сливочное 0,03 4,1 (Соль йодированная - - Сухофрукты 0,17 - Сахар - - 5 Хлеб пшеничный 0,3 0,5 ј Итого за обед 20,52 21,88 9 Уплотиенный 5 - - 5 2.Рыбная котлета любительская с картофелем тушенным в молоке 150 -			
Соль йодированная - - Сухофрукты 0,17 - Сахар - - - Хлеб пшеничный 0,3 0,5 1 Итого за обед 20,52 21,88 9 Уплотненный полдник 1. Икра свекольная 55 2.Рыбная коглета любительская с картофелем тушенным в молоке 150 3.Хлеб ржаной 50 4.Чай с сахаром 180 5.Кондитерское изделие 40 6. Кисломолочный продукт 180 Свекла 0,70 - Свекла 0,70 - Морковь 0,08 - Масло растительное - 4,89 Томат-пюре 0,18 - Сахар - - Соль йодированная - - Рыба свежая 9,2 0,24 Хлеб тшеничный 0,13 0,13 Молоко 0,26 0,32 Морковь 0,00	37,6		
Сухофрукты 0,17 - 5 Сахар -	0,04		
Сахар	-	-	
Сахар	7.0	20.0	
Xлеб пшеничный 0,3 0,5 1 Итого за обед 20,52 21,88 9 Уплотненный 1. Икра свекольная 55 2.Рыбная котлета любительская с картофелем тушенным в молоке 150 3. Хлеб ржаной 50 4.Чай с сахаром 180 5. Кондитерское изделие 40 6. Кисломолочный продукт 180	7,0 9,98	30,0 37,40	
Итого за обед 20,52 21,88 9 Уплотненный 1. Икра свекольная 55 70/10 картофелем тушенным в молоке 150 3.Хлеб ржаной 50 4.Чай с сахаром 180 5.Кондитерское изделие 40 6. Кисломолочный продукт 180 7.70 - 6.Кисломолочный продукт 1.00 7.70 - 6.Кисломолочный продукт 6.Кисломолочный продукт 6.Кисломолочный продукт 6.Кисломолочный продукт 7.00 7.00 7.00 7.00 7.00 7.00 7.00 7.00	9,98	37,40	
Итого за обед 20,52 21,88 9 Уплотненный 1. Икра свекольная 55 70/10 картофелем тушенным в молоке 150 3.Хлеб ржаной 50 4.Чай с сахаром 180 5.Кондитерское изделие 40 6. Кисломолочный продукт 180 7.70 - 6.Кисломолочный продукт 1.00 7.70 - 6.Кисломолочный продукт 6.Кисломолочный продукт 6.Кисломолочный продукт 6.Кисломолочный продукт 7.00 7.00 7.00 7.00 7.00 7.00 7.00 7.00	19,5	79	
Уплотненный 1. Икра свекольная 55 2. Рыбная котлета любительская с картофелем тушенным в молоке 70/10 3. Хлеб ржаной 50 4. Чай с сахаром 180 5. Кондитерское изделие 40 6. Кисломолочный продукт 180 Свекла 0,70 - 1 Лук репчатый 0,12 - 1 Морковь 0,08 - 1 Сахар - 4,89 1 Соль йодированная - - 2 Сахар - - 2 Соль йодированная - - 3 Клеб пшеничный 0,13 0,13 4 Молоко 0,26 0,32 6 Морковь 0,03 - 1 Лук репчатый 0,01 2,47 2 Картофель 0,04 - 2 Соль йодированная - - 3 Соль йодированная - - 4 Соль йодированная - - 5 Соус №372 - - 6 Картофель 0,02	17,5	17	
Уплотненный 1. Икра свекольная 55 2. Рыбная котлета любительская с картофелем тушенным в молоке 70/10 3. Хлеб ржаной 50 4. Чай с сахаром 180 5. Кондитерское изделие 40 6. Кисломолочный продукт 180 Свекла 0,70 - 1 Лук репчатый 0,12 - 1 Морковь 0,08 - 1 Сахар - 4,89 1 Соль йодированная - - 2 Сахар - - 2 Соль йодированная - - 3 Клеб пшеничный 0,13 0,13 4 Молоко 0,26 0,32 6 Морковь 0,03 - 1 Лук репчатый 0,01 2,47 2 Картофель 0,04 - 2 Соль йодированная - - 3 Соль йодированная - - 4 Соль йодированная - - 5 Соус №372 - - 6 Картофель 0,02	96,96	659,14	
полдник 1. Икра свекольная 55 2. Рыбная котлета любительская с картофелем тушенным в молоке 70/10 3. Хлеб ржаной 50 4.Чай с сахаром 180 5. Кондитерское изделие 40 6. Кисломолочный продукт 180 7 Дук репчатый 0,12 1 Морковь 0,08 1 Морковь 0,08 2 Сахар - 3 Сахар - 4 Соль йодированная - 2 Рыба свежая 9,2 3 Хлеб пшеничный 0,13 3 Молоко 0,26 4 Масло сливочное 0,01 3 Кіца 0,63 3 Кук репчатый 0,04 3 Соль йодированная - 3 Соль йодированная - 3 Соль йодированная - 4 Соль йодированная - 5 Сметана 0,14 0,75 6 Мука пшеничная 0,2 0,02 1,82 - -	,		
2.Рыбная котлета любительская с картофелем тушенным в молоке 70/10 150 3. Хлеб ржаной 50 4. Чай с сахаром 180 5.Кондитерское изделие 40 6. Кисломолочный продукт 180 Свекла 0,70 - Лук репчатый 0,12 - Морковь 0,08 - (Масло растительное - 4,89 - (Томат-пюре 0,18 - ((Сахар - - - (Соль йодированная - - - (Рыба свежая 9,2 0,24 () Молоко 0,26 0,32 (Масло сливочное 0,01 2,47 (Яйца 0,63 0,57 (Морковь 0,03 - (Морковь 0,03 - (Дук репчатый 0,04 - - Сорс №372 - - - Сметана 0,14 0,75			
картофелем тушенным в молоке 150 3.Хлеб ржаной 50 4.Чай с сахаром 180 5.Кондитерское изделие 40 6. Кисломолочный продукт 180 Свекла 0,70 - Мук репчатый 0,12 - Морковь 0,08 - (Масло растительное - 4,89 Томат-пюре 0,18 - (Сахар - - (Соль йодированная - - - Рыба свежая 9,2 0,24 Хлеб пшеничный 0,13 0,13 Молоко 0,26 0,32 (Масло сливочное 0,01 2,47 (Яйца 0,63 0,57 (Морковь 0,03 - (Дук репчатый 0,04 - - Соус №372 - - - Сметана 0,14 0,75 (Мука пшеничная 0,2 0,02 1 Картофель 1,82 </td <td></td> <td></td> <td>55</td>			55
3.Хлеб ржаной 50 4.Чай с сахаром 180 5.Кондитерское изделие 40 6. Кисломолочный продукт 180 Свекла 0,70 Лук репчатый 0,12 Морковь 0,08 Масло растительное - 4,89 Томат-шоре 0,18 Сахар - Соль йодированная - Рыба свежая 9,2 0,24 Хлеб пшеничный 0,13 0,13 Молоко 0,26 0,32 0 Масло сливочное 0,01 2,47 0 Яйца 0,63 0,57 0 Морковь 0,03 - 0 Лук репчатый 0,04 - - Соус №372 - - - Сметана 0,14 0,75 0 Мука пшеничная 0,2 0,02 1 Картофель 1,82 - 1			272, 372,
4.Чай с сахаром 180 5.Кондитерское изделие 40 6. Кисломолочный продукт 180 Свекла 0,70 - (Лук репчатый 0,12 - (Морковь 0,08 - (Масло растительное - 4,89 Томат-шоре 0,18 - (Сахар - - (Соль йодированная - - - Рыба свежая 9,2 0,24 Хлеб пшеничный 0,13 0,13 0,13 Молоко 0,26 0,32 (Масло сливочное 0,01 2,47 (Яйца 0,63 0,57 (Морковь 0,03 - (Дук репчатый 0,04 - - Сорс №372 - - - Сметана 0,14 0,75 (Мука пшеничная 0,2 0,02 1 Картофель 1,82 - 1			137
5.Кондитерское изделие 40 6. Кисломолочный продукт 180 Свекла 0,70 - 0 Лук репчатый 0,12 - 0 Морковь 0,08 - 0 Масло растительное - 4,89 Томат-пюре 0,18 - 0 Сахар - - - 0 Соль йодированная - - - - Рыба свежая 9,2 0,24 0,24 0,13 0,13 - Молоко 0,26 0,32 0 0 0 0,26 0,32 0 Масло сливочное 0,01 2,47 0 0 0,63 0,57 0 Морковь 0,03 - 0 0 0 0 0 0 Лук репчатый 0,04 - <td></td> <td></td> <td>Стр104</td>			Стр104
6. Кисломолочный продукт 180 Свекла 0,70 - 0 Лук репчатый 0,12 - 0 Морковь 0,08 - 0 Масло растительное - 4,89 Томат-пюре 0,18 - 0 Сахар - - - 0 Соль йодированная - - - - 0 Рыба свежая 9,2 0,24 0,24 0,13 0,13 0,13 0,13 0,13 0,13 0,13 0,03 0,06 0,32 0 0 0,01 2,47 0 0 0,01 2,47 0 0 0,03 0,01 2,47 0 0 0 0,03 0,01 0			410, 411
Свекла 0,70 - 0 Лук репчатый 0,12 - 0 Морковь 0,08 - 0 Масло растительное - 4,89 Томат-пюре 0,18 - 0 Сахар - - 0 Соль йодированная - - - Рыба свежая 9,2 0,24 Хлеб пшеничный 0,13 0,13 0,13 Молоко 0,26 0,32 0 Масло сливочное 0,01 2,47 0 Яйца 0,63 0,57 0 Морковь 0,03 - 0 Лук репчатый 0,04 - 0 Соль йодированная - - - Соус №372 - - - Сметана 0,14 0,75 0 Мука пшеничная 0,2 0,02 1 Картофель 1,82 - 1			120
Лук репчатый 0,12 - (Морковь 0,08 - (Масло растительное - 4,89 Томат-пюре 0,18 - (Сахар - - - (Соль йодированная - - - (Соль йодированная 0,13 0,13 0,13 (Молоко 0,26 0,32 0 (Масло сливочное 0,01 2,47 0 (Яйца 0,63 0,57 0 Морковь 0,03 - 0 Лук репчатый 0,04 - - Соль йодированная - - - Соус №372 - - - Сметана 0,14 0,75 0 Мука пшеничная 0,2 0,02 1 Картофель 1,82 - 1	0,90	10.20	420
Морковь 0,08 - (Масло растительное - 4,89 Томат-пюре 0,18 - (Сахар - - - (Соль йодированная - - - (Рыба свежая 9,2 0,24 ((0,13 0,13 0,13 (Молоко 0,26 0,32 ((0,26 0,32 ((Масло сливочное 0,01 2,47 (((0,63 0,57 (Яйца 0,63 0,57 (0,90		
Масло растительное - 4,89 Томат-пюре 0,18 - 0 Сахар - - - 0 Соль йодированная - - - 0 Рыба свежая 9,2 0,24 0,24 0,13 0,13 0,13 0,13 0,13 0,13 0,13 0,01 0,01 2,47 0 0 0,01 2,47 0 0 0,01 2,47 0 0 0,03 - 0 0 0,03 - 0 0 0 0,03 - 0	0,68		
Томат-пюре 0,18 - (Сахар - - (Соль йодированная - - - Рыба свежая 9,2 0,24 - Хлеб пшеничный 0,13 0,13 - Молоко 0,26 0,32 0 Масло сливочное 0,01 2,47 0 Яйца 0,63 0,57 0 Морковь 0,03 - 0 Лук репчатый 0,04 - 0 Соль йодированная - - - Соус №372 - 0,14 0,75 0 Мука пшеничная 0,2 0,02 1 Картофель 1,82 - 1	- 0,44	44,89	
Сахар - - (Соль йодированная - - - Рыба свежая 9,2 0,24 Хлеб пшеничный 0,13 0,13 Молоко 0,26 0,32 0 Масло сливочное 0,01 2,47 0 Яйца 0,63 0,57 0 Морковь 0,03 - 0 Лук репчатый 0,04 - 0 Соль йодированная - - - Соус №372 - 0,14 0,75 0 Мука пшеничная 0,2 0,02 1 Картофель 1,82 - 1	0,59		
Соль йодированная - - Рыба свежая 9,2 0,24 Хлеб пшеничный 0,13 0,13 Молоко 0,26 0,32 0 Масло сливочное 0,01 2,47 0 Яйца 0,63 0,57 0 Морковь 0,03 - 0 Лук репчатый 0,04 - 0 Соль йодированная - - - Соус №372 - - - Сметана 0,14 0,75 0 Мука пшеничная 0,2 0,02 1 Картофель 1,82 - 1	0,99		
Рыба свежая 9,2 0,24 Хлеб пшеничный 0,13 0,13 Молоко 0,26 0,32 0 Масло сливочное 0,01 2,47 0 Яйца 0,63 0,57 0 Морковь 0,03 - 0 Лук репчатый 0,04 - 0 Соль йодированная - - - Соус №372 - 0,14 0,75 0 Мука пшеничная 0,2 0,02 1 Картофель 1,82 - 1	-	-	
Хлеб пшеничный 0,13 0,13 0.13 Молоко 0,26 0,32 0 Масло сливочное 0,01 2,47 0 Яйца 0,63 0,57 0 Морковь 0,03 - 0 Лук репчатый 0,04 - 0 Соль йодированная - - - Соус №372 - 0,14 0,75 0 Мука пшеничная 0,2 0,02 1 Картофель 1,82 - 1			
Молоко 0,26 0,32 0 Масло сливочное 0,01 2,47 0 Яйца 0,63 0,57 0 Морковь 0,03 - 0 Лук репчатый 0,04 - 0 Соль йодированная - - - Соус №372 - 0,14 0,75 0 Мука пшеничная 0,2 0,02 1 Картофель 1,82 - 1	-	40,0	
Масло сливочное 0,01 2,47 0 Яйца 0,63 0,57 0 Морковь 0,03 - 0 Лук репчатый 0,04 - 0 Соль йодированная - - - Соус №372 - - - Сметана 0,14 0,75 0 Мука пшеничная 0,2 0,02 1 Картофель 1,82 - 1	4,8		
Яйца 0,63 0,57 0 Морковь 0,03 - 0 Лук репчатый 0,04 - 0 Соль йодированная - - - Соус №372 - - - Сметана 0,14 0,75 0 Мука пшеничная 0,2 0,02 1 Картофель 1,82 - 1	0,28		
Морковь 0,03 - 0 Лук репчатый 0,04 - 0 Соль йодированная - - - Соус №372 - - 0,14 0,75 0 Сметана 0,14 0,75 0 0 0 0 1 Мука пшеничная 0,2 0,02 1 <td< td=""><td>0,02</td><td></td><td></td></td<>	0,02		
Лук репчатый 0,04 - 0 Соль йодированная - - - Соус №372 - 0,14 0,75 0 Сметана 0,2 0,02 1 Мука пшеничная 0,2 0,02 1 Картофель 1,82 - 1	0,03		
Соль йодированная - - Соус №372 - - Сметана 0,14 0,75 0 Мука пшеничная 0,2 0,02 1 Картофель 1,82 - 1	0,16		
Соус №372 0,14 0,75 0 Сметана 0,2 0,02 1 Мука пшеничная 0,2 0,02 1 Картофель 1,82 - 1	0,25		
Сметана 0,14 0,75 0 Мука пшеничная 0,2 0,02 1 Картофель 1,82 - 1	-	-	
Мука пшеничная 0,2 0,02 1 Картофель 1,82 - 1	0.45	0.6	
Картофель 1,82 - 1	0,45		
	1,46	6,58	
	17,9	72,5	
Молоко 1,3 1,6 2	2,35		
Соль иодированная	- 2,33	-	
	0,04		

	Хлеб ржаной	50	0,35	0,28	24,9	92	
	Чай	0,7	-	-	-	-	
	Caxap	10	-	-	9,98	37,40	
	Кондитерское изделие	40	0,96	4,0	30,4	162,4	
	Кисломолочный продукт	180	4,9	5,7	8,46	121,2	
Итого за уплотненный			21,0	25,07	105,1	744,70	
полдник							
ИТОГО за 2 день			50,98	60,27	278,76	1883,37	

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пище	евые вещес	тва (г)	Энергети	No
		блюда	Б	Ж	y	ческая ценность (ккал)	рецепту ры
1 неделя							
3 день	1.Суп молочный пшенный	200					101
1 завтрак	2.Кофейный напиток с молоком	180					415
	3.Булка с маслом	30/7					1
	Молоко		3,1	3,84	5,64	69,6	
	Пшено		1,2	0,29	6,33	24,14	
	Caxap		-	-	2,99	11,22	
	Масло сливочное		0,01	2,47	0,01	22,44	
	Кофейный напиток		0,45	_	0,09	0,21	
	Молоко		3,1	3,84	5,64	69,6	
	Caxap		-	-	7,98	29,92	
	Булка		0,2	0,3	14,5	60	
	Масло сливочное		0,04	5,77	0,06	52,36	
Итого за 1 завтрак	Macro cimbo moc		8,1	16,51	43,24	339,49	
2 завтрак	1.Чай с лимоном	180/10					412
	2.Кондитерское изделие	10					-
	Чай	0,6	-	-	-	-	
	Caxap	10	-	-	9,98	37,40	
	Лимон	10	0,09	0,01	0,3	4,6	
	Кондитерское изделие	10	0,48	2,0	15,24	43,0	
Итого за 2 завтрак			0,57	2,01	25,52	85,0	
ОБЕД	1.Огурец соленый	40					Стр.107
	2. Борщ с мясом со сметаной	200					63
	3.Ленивые голубцы с мясом	190/20					314
	4.Компот из сухофруктов	180					394
	5.Хлеб пшеничный	20					Стр.104
	6.Хлеб ржаной	50					Стр.104
	Огурец соленый		0,24	-	0,44	2,8	
	Мясо (говядина)		1,41	0,49	-	10,08	
	Картофель		1,12	-	11,04	46,48	
	Капуста свежая		0,56	-	1,72	8,98	
	Лук репчатый		0,12	-	0,68	3,0	
	Морковь		0,08	-	0,44	2,4	
	Свекла		0,28	-	0,36	7,68	

	Cover		1	1	0.00	2.74	
	Caxap		- 0.24	1.5	0,99	3,74 16,0	
	Сметана		0,24	1,5	0,3	,	
	Масло растительное		-	7,98	-	71,92	
	Соль йодированная		-	-	-	-	
	M (0.46	2.04		60.40	
	Мясо (говядина)		8,46	2,94	-	60,48	
	Крупа рисовая		0,7	0,06	7,7	32,26	
	Лук репчатый		0,12	-	0,68	3,0	
	Яйца		1,0	0,92	0,05	12,56	
	Масло сливочное		0,06	8,25	0,01	74,8	
	Капуста свежая		1,96	-	6,0	31,36	
	C 16.272						
	<i>Coyc №372</i>		0.14	0.75	0.45	0.6	
	Сметана		0,14	0,75	0,45	8,6	
	Мука пшеничная		0,52	0,06	3,56	16,45	
	Соль йодированная		-	-	-	-	
	Cyrodayyar		0,17		7,0	30,0	
	Сухофрукты		0,17	-			
	Сахар		-	-	8,98	33,66	
	V5		0.2	0.2	7.2	20	
	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной		0,2 0,35	0,2 0,28	7,3 24,9	30 92	
Итого за обед	Алео ржанои		17,71	23,42	82,52	598,25	
Уплотненный	1. Салат из моркови	40	17,71	23,42	62,52	390,23	42
полдник	2. Хлеб пшеничный	20					Стр.104
полдпик	3.Запеканка из творога	200					249
	4. Кисломолочный продукт	180					420
	5.Фрукт	100					86
	Морковь	100	0,40	_	2,24	10,56	- 60
	Масло растительное		-	1,99	2,24	17,98	
	тиасло растительное			1,77		17,50	
	Хлеб пшеничный		0,2	0,2	7,3	30	
	75100 IIIICIII IIIIII		0,2	0,2	7,5	30	
	Творог		21,7	12,3	2,6	22,3	
	Крупа манная		1,8	0,14	14,66	65,20	
	Сахар		-,-	-	8,98	33,66	
	Яйца		2,54	2,3	0,14	31,4	
	Масло сливочное		0,05	7,42	0,08	67,32	
	Сметана		0,14	0,75	0,15	8,6	
	Сухари		0,13	0,13	4,8	22,7	
	1				,	,	
	Кисломолочный продукт		4,9	5,7	8,46	121,2	
	1		<u> </u>	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,		,	
	Фрукт		0,30	-	10,20	41,40	
Итого за	**		32,16	30,93	59,62	673,02	
уплотненный				ĺ		ĺ	
полдник							
Итого за			58,54	72,87	210,90	1695,76	
3день	1		ı	1	1		1

Сезон: осенне-зимний Возрастная категория: с 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергети	Nº
		блюда	Б	Ж	У	ческая ценность (ккал)	рецепту ры
1 неделя							
4 день	1. Каша молочная гречневая вязкая	200					182 Стр198
1 завтрак	2. Какао	180					416
	3. Булка с повидлом	30/10					2
	Молоко		3,1	3,84	5,64	69,6	
	Крупа гречневая		1,6	0,65	17,0	82,0	
	Caxap		-	-	2,99	11,22	
	Масло сливочное		0,02	3,3	0,03	29,92	

	Какао		0,32	0,25	0,03	0,36	
	Молоко		3,1	3,84	5,64	69,6	
	Caxap		-	-	6,98	26,18	
	Силир				0,20	20,10	
	Булка		0,2	0,3	14,5	60,0	
	Повидло		0,04	-	6,64	23,10	
Итого	110211,410		8,38	12,18	57,45	371,98	
за 1 завтрак			3,23				
2 завтрак	Фрукт	140	0,41	-	14,28	92	86
ОБЕД	1.Селедь соленая с репчатым луком	60					8
ОВЕД	2.Суп куриный с домашней лапшой	200					116,118, 126
	3.Котлета мясная с картофельным пюре	70/150					299,339
	4. Кисель из кураги	180					398
	5. Хлеб ржаной	50					Стр.104
	Селедь соленая		5,8	0,15	-	25	
	Лук репчатый		0,12	-	0,68	3,0	
	Масло растительное		-	1,99	-	17,98	
	Куры		2,67	0,99	-	20,1	
	Картофель		0,98	-	9,66	40,67	
	Лук репчатый		0,24	-	1,27	6,0	
	Морковь		0,16	-	0,89	4,2	
	Мука пшеничная		2,0	0,26	14,64	45,8	
	Яйцо		0,63	0,57	0,03	7,85	
	Соль иодированная		-	-	_	-	
	Масло растительное		-	2,99	-	26,97	
	Мясо (говядина)		9,87	3,46	-	70,50	
	Хлеб пшеничный		0,01	0,06	2,4	9,8	
	Лук репчатый		0,12	-	0,68	3,0	
	Сухари		0,01	0,06	2,4	9,8	
	Масло сливочное		0,01	1,65	0,01	14,96	
	Соль иодированная						
	Картофель		1,9	_	19,3	83,2	
	Молоко		1,3	1,6	2,38	29,0	
	Масло сливочное		0,04	5,77	0,06	52,56	
	Соль иодированная		-	-	-	-	
	TC		0.44		6.25	27.0	
	Курага Сахар	+	0,44	-	6,35 7,98	27,9 29,92	
	<u>Сахар</u> Крахмал		0,001	-	9,5	29,92	
	Хлеб ржаной		0,35	0,28	24,9	92	
Итого за обед	Алео ржанои		26,65	20,66	103,14	649,86	
V	1 Hama ana	A 5			<u> </u>		F.C.
Уплотненный полдник	1.Икра овощная 2. Омлет с сыром	45 155					56 230
полданк	3. Хлеб пшеничный	40					Стр.104
	4.Сок фруктовый	160	1		 		418
	5.Кисломолочный продукт	180					420
	6. Кондитерское изделие	40					
	Свекла		0,70	-	0,90	19,20	
	Морковь		0,08	-	0,44	2,4	
	Лук репчатый		0,12	-	0,68	3,0	
	Масло растительное		-	5,99		53,94	
	Яйцо		6,35	5,75	0,35	78,5	
	лицо Молоко		2,6	3,73	4,98	58,0	
	Сыр	+	3,1	3,2	-	43,9	
	r	4	, -		1	9 -	1

	Соль йодированная	=	-	-	-	
	Хлеб пшеничный	0,3	0,5	19,5	79	
	Сок фруктовый	0,64	-	18,72	80	
	Кисломолочный продукт	4,9	5,7	8,46	121,2	
	Кондитерское изделие	0,96	4,0	30,4	162,4	
Итого за		19,77	31,64	84,46	731,46	
уплотненный						
полдник						
Итого за		52,22	64,5	259,33	1845,33	
4день						

Сезон: осенне-зимний Возрастная категория: с 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пище	евые вещес	тва (г)	Энергети	N₂
•		блюда	Б	Ж	y	ческая ценность (ккал)	рецепту ры
1 неделя	1. Каша молочная рисовая вязкая	200					182 стр.198
5 день	2.Кофейный напиток с молоком	180					415
1 завтрак	3.Булка с сыром	30/12					3
•	Молоко		3,1	3,84	5,64	69,6	
	Крупа рисовая		1,75	0,15	19,32	79,75	
	Caxap		-	-	1,99	7,48	
	Масло сливочное		0,02	3,3	0,03	29,92	
	Кофейный напиток		0,45	-	0,09	0,21	
	Молоко		3,1	3,84	5,64	69,6	
	Caxap		-	-	4,99	18,7	
	Булка		0,2	0,3	14,5	60	
	Сыр		3,1	3,2	-	43,9	
Итого за 1 завтрак			11,72	14,63	52,2	379,16	
2 завтрак	Сок фруктовый	130	0,52	_	15,21	94	86
2 Subi puit	сек фруктовын	100	0,02		10,21	7.	00
ОБЕД	1.Свекла отварная	40					Стр.107
	2. Рассольник ленинградский на мясном бульоне со сметаной	200					82
	3. Капусная запеканка с мясом	220					166
	4. Компот из сухофруктов	180					394
	5.Хлеб пшеничный	50					Стр.104
	6. Хлеб ржаной	50					Стр.104
	Свекла	80/64	0,84	-	1,08	23,04	
	Мясо (говядина)		1,41	0,49	-	10,08	
	Картофель		1,12	-	11,04	46,48	
	Лук репчатый		0,24	-	1,27	6,0	
	Морковь		0,16	-	0,89	4,2	
	Огурец солёный		0,09	-	0,16	1,05	
	Крупа перловая		0,9	0,11	7,37	30,40	
	Соль йодированная		-	-	-	-	
	Масло растительное		-	4,89	-	44,89	
	Сметана		0,29	1,5	0,3	16,0	
	Мясо (говядина)		8,46	2,94	-	60,48	
	Капуста свежая		2,2	-	6,88	35,84	
	Молоко		1,3	1,6	2,38	29,0	
	Орий Р		2,54	2,3	0,14	31,4	
	Манная крупа		0,9	0,07	7,33	33,60	

Итого за 5 день			59,98	62,61	262,34	1869,24	
уплотненный полдник			,	·	Ź		
Итого за	Кисломолочный продукт	180	4,9 25,97	5,7 29,76	8,46 89,15	121,2 735,18	
	Caxap		-	-	11,97	44,80	
	Чай		-	-	-	-	
	Масло растительное		-	2,99	-	26,97	
	Сахар		-	- 1,13	7,98	29,92	
	Творог Яйцо		8,35 1,27	4,5 1,15	1,0 0,07	79,0 15,7	
	Дрожжи		0,12	0,004	0,08	0,85	
	Соль йодированная		-	-	-	-	
	мицо Масло сливочное		0,05	7,42	0,02	67,32	
	Сахар Яйцо		0,5	0,46	2,99 0,02	11,22 6,28	
	Мука пшеничная		5,42	0,91	51,24	230,3	
	Яйцо вареное		5,08	4,6	0,28	62,8	
	Масло растительное		-	1,99	-	17,98	
	Морковь		0,12	-	0,89	4,2	
	5.Кисломолочный продукт Яблоко свежее	180	0,12	_	4,08	16,56	420
	4. Чай с сахаром	180 180					410,411
	З.Багрушка с гворогом						Павлова Т.Н., Беленова Г.И.
полдник	2. Яйцо вареное 3.Ватрушка с творогом	195					227 146
Уплотненный	1.Салат из свежих яблок и моркови	55 50					50
Итого за обед	•		21,57	18,22	105,78	660,89	
	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	50	0,4	0,65 0,28	24,9 24,9	98 92	
	Caxap	10	- 0.4	- 0.65	9,98	37,40	
	Сухофрукты	11	0,17	-	7,0	30,0	
	Масло растительное	1	-	0,73	-	8,99	
	Соль йодированная Сметана	5	0,19	0,75	0,15	8,0	
	Масло сливочное		0,01	1,65	0,01	14,96	

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пище	евые вещес	тва (г)	Энергетич	N₂
		блюда	Б	Ж	У	еская	рецепту
						ценность	ры
						(ккал)	
2 неделя	1. Морковь резаная	46					Стр.107
6 день	2.Каша на сгущенном молоке	200					182
	пшенная вязкая						стр.198
1 завтрак	3. Чай с сахаром	180					410,411
	4. Булка с маслом	30/7					1
	Морковь	60/48	0,48	-	2,64	12,66	
	Молоко сгущёное	40	2,8	3,2	22,0	129,6	
	Пшено	25	1,0	0,72	15,82	70,5	
	Caxap	3	-	-	2,99	11,22	
	Масло сливочное	2	0,01	1,65	0,01	14,96	

	Чай	0,7	_	_	_	_	
	Caxap	7	-	-	6,98	26,18	
		,			3,23	20,10	
	Булка	30	0,2	0,3	14,5	60	
	Масло сливочное	7	0,04	5,77	0,06	52,36	
Итого	Mache Compe mee	,	4,53	11,64	65,0	377,48	
за 1 завтрак			.,	11,01	32,0	677,10	
2 завтрак	Фрукт	150	0,45	-	15,30	91	86
ОБЕД	1.Соленый огурец	48					Стр.107
	2. Борщ вегетарианский со сметаной	200					65
	3.Мясные зразы с гречкой	80/106					312, 330
	4. Компот из сухофруктов	200					394
	5.Хлеб пшеничный	40					Стр.104
	Orymou goväyyy		0,30		0,55	3,50	
	Огурец солёный		0,30	-	0,33	3,30	
	Картофель		1,12	-	11,04	46,48	
	Капуста свежая		0,66	-	2,15	11,20	
	Лук репчатый		0,24	-	1,27	6,0	
	Морковь		0,16	-	0,89	4,2	
	Свекла		0,28	-	0,36	7,68	
	Сметана		0,48	2,25	0,45	24,6	
	Масло растительное		-	4,89	-	44,89	
	Соль йодированная		-	-	-	-	
	Мясо (говядина)		8,87	3,43	-	70,50	
	Хлеб пшеничный		0,01	0,06	2,4	9,8	
	Молоко		0,26	0,32	0,47	11,6	
	Лук репчатый		0,12	-	0,68	3,0	
	Яйцо		1,5	1,38	0,08	18,84	
	Масло сливочное		0,01	1,65	0,01	14,96	
	Соль иодированная		-	-	-	-	
	Сухари		0,01	0,06	2,4	9,8	
	Крупа гречневая		5,30	1,30	34	164,50	
	Масло сливочное		0,03	4,95	0,05	44,88	
	Соль иодированная		-	-	-	-	
	Сухофрукты		0,17	-	7,0	30	
	Сахар		-	-	10,97	41,14	
	Хлеб пшеничный		0,3	0,5	19,5	79	
Итого за обед	Алео ишеничный		19,82	20,79	94,27	646,59	
				Í	ŕ	,	
Уплотненный	1.Салат из свежей капусты	55					21
полдник	2. Картофельная запеканка с печенью	220					164
	3.Хлеб ржаной	50					Стр.104
	4.Сок фруктовый	630					418
	5.Кисломолочный продукт	180					420
	6.Кондитерское изделие	40	0.55		0.1-	44.60	-
	Капуста свежая		0,66	- 4.00	2,15	11,20	
	Масло растительное		-	4,89	-	44,89	
		 	1,82	-	17,94	72,53	
	Картофель						
	Печень говяжья		12,9	2,32	-	109,3	
	Печень говяжья Лук репчатый		0,12	-	0,68	3,0	
	Печень говяжья Лук репчатый Молоко		0,12 1,3	- 1,6	0,68 2,38	3,0 29,0	
	Печень говяжья Лук репчатый Молоко Масло сливочное		0,12 1,3 0,03	- 1,6 4,1	0,68 2,38 0,04	3,0 29,0 37,40	
	Печень говяжья Лук репчатый Молоко Масло сливочное Яйцо		0,12 1,3 0,03 2,28	- 1,6	0,68 2,38	3,0 29,0 37,40 28,26	
	Печень говяжья Лук репчатый Молоко Масло сливочное Яйцо Соль йодированная		0,12 1,3 0,03 2,28	1,6 4,1 2,07	0,68 2,38 0,04 0,12	3,0 29,0 37,40 28,26	
	Печень говяжья Лук репчатый Молоко Масло сливочное Яйцо		0,12 1,3 0,03 2,28	1,6 4,1 2,07	0,68 2,38 0,04 0,12	3,0 29,0 37,40 28,26	

	Хлеб ржаной	0,35	0,28	24,9	92	
	Сок фруктовый	0,64	_	18,72	80	
	Кисломолочный продукт	4,9	5,7	8,46	121,2	
	Кондитерское изделие	0,96	4,0	30,4	162,4	
Итого за		25,97	27,01	108,19	718,96	
уплотненный						
полдник						
ИТОГО		50,77	59,44	182,76	1836,03	
за 6 день						

Прием пищи	растная категория: с 3 до 7 лет Наименование блюд	Выход	Пише	вые вещес	гва (г)	Энергетич	№
присм пищи	Time sold	блюда	Б	Ж	У	еская ценность	рецепт уры
_		4.5				(ккал)	50
2 неделя	1. Салат из свежих яблок и моркови	45					50
7 день	2. Каша молочная ячневая вязкая	200					182, стр.197
1 завтрак	3. Какао	180					416
1 завтрак	4. Булка с сыром	30/12					3
	Яблоко свежее	30/12	0,12	-	4,08	16,56	3
	Морковь		0,08	_	0,44	2,42	
	Масло растительное		-	0,99	-	8,99	
	Молоко		2,6	3,2	4,7	58,0	
	Крупа ячневая		1,8	0,17	18,32	62,50	
	Caxap		-	-	1,99	7,48	
	Масло сливочное		0,01	1,65	0,01	14,96	
	Какао		0,32	0.25	0,03	0,36	
	Молоко		2,6	0,25 3,2	4,7	58	
	Сахар		-	-	4,7	18,7	
	-						
	Булка		0,2	0,3	14,5	60	
	Сыр		3,1	3,2	-	43,9	
Итого за 1 завтрак			10,83	12,96	53,76	351,87	
2 завтрак	Сок фруктовый	130	0,52	-	15,21	90	418
ОБЕД	1. Свекла отварная	45					Стр.107
- 7	2.Бульон куриный с гренками	200					116,117 123
	3.Плов с курами	190					321
	4. Компот из сухофруктов	180					394
	5.Хлеб ржаной	50					Стр.104
	Свекла отварная		0,98	-	1,26	26,88	
	Бульон из кур		-	-	-	-	
	Яйца		2,28	2,07	0,12	28,26	
	Морковь		0,16	-	0,89	4,2	
	Масло сливочное		0,04	5,77	0,06	52,36	
	Гренки пшеничные		0,13	0,13	4,8	22,7	
	Соль иодированная		-	-	-	-	
	Куры		8,0	2,97	-	60,3	
	Лук репчатый		0,24	-	1,27	6,0	
	Морковь		0,16	-	0,89	4,2	
	Крупа рисовая		2,5	0,30	38,65	161,50	
	Масло сливочное		0,06	8,25	0,09	74,80	
	Соль йодированная		-	-	-	-	

	Сухофрукты		0,17	-	7,0	30	
	Caxap		-	-	10,97	41,14	
	Хлеб ржаной		0,35	0,28	24,9	92	
Итого за обед			15,05	19,77	90,9	604,34	
Уплотненный	1.Рыба запеченная с овощами	220					283
полдник	2.Хлеб пшеничный	50					Стр.104
	3. Чай с сахаром	180					410,411
	4.Кисломолочный продукт	200					420
	5. Кондитерские изделия	20					-
	Рыба свежая		11,6	0,3	_	50,0	
	Картофель		2,1	-	20,7	87,1	
	Лук репчатый		0,12	_	0,68	3,0	
	Морковь		0,08	_	0,44	2,4	
	Coyc №370		0,00		0,11	2,1	
	Молоко		1,3	1,6	2,38	29,0	1
	Масло сливочное		0,03	4,1	0,04	37,4	
	Яйца		2,28	2,07	0,12	28,26	
	Масло растительное		-	5,99	-	53,94	
	Соль иодированная		-	-	-	-	
	Хлеб пшеничный		0,4	0,65	24,9	98	
	Чай		_	_	_		
	Caxap		-	-	16,96	63,58	
	Кисломолочный продукт		5,2	6,2	9,4	134,2	
			·	ŕ	·	,	
	Кондитерское изделие		0,48	2,0	15,24	81,2	
Итого за уплотненный			23,23	22,91	91,86	669,88	
полдник ИТОГО			49,63	55,64	251,73	1716,09	
за 7 день							

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пище	вые вещес	гва (г)	Энергетич еская ценность	№
		блюда	Б	Ж	y		рецепт уры
	1.70	200				(ккал)	102
2 неделя	1.Каша молочная пшеничная вязкая	200					182,
	0.10 1 9 9	100					стр.198
8 день	2. Кофейный напиток с молоком	180					415
1 завтрак	3.Булка с повидлом	30/10					2
	Крупа пшеничная		1,4	0,58	12,66	66,40	
	Молоко		3,1	3,84	5,64	69,6	
	Caxap		-	-	1,99	7,48	
	Масло сливочное		0,04	5,77	0,06	52,36	
	Кофейный напиток		0,45	-	0,09	0,21	
	Молоко		3,1	3,84	5,64	69,6	
	Caxap		-	-	5,98	22,44	
	Булка		0,2	0,3	14,5	60	
	Повидло		0,04	-	6,61	23,10	
Итого за 1 завтрак			8,33	14,33	53,17	371,19	
2 завтрак	1.Чай с лимоном	200/10					412
•	2.Кондитерское изделие	10					-
	Чай		-	-	-	-	

	Caxap		T -	-	10,97	44,88	
	Лимон		0,09	0,01	0,3	4,7	
	VIIIII		3,02	0,01	0,0	-,,	
	Кондитерское изделие		0,3	1,0	9,63	43,0	
Итого			0,12	1,01	20,9	82,58	
за 2 завтрак			0,12	1,01	20,5	02,00	
ОБЕД	1.Салат витаминный	60					Стр.119
							Белинова
							Павлова
	2.Щи на мясном бульоне со	200					73
	сметаной						
	3Макаронник с мясом	180					309
	4. Кисель из кураги	180					398
	5. Хлеб ржаной	50					Стр.104
	Капуста свежая		0,66	-	2,15	11,20	
	Лук репчатый		0,12	-	0,68	3,0	
	Масло растительное		-	1,99	=	17,98	
	Мясо (говядина)		1,41	0,49	-	10,08	
	Картофель		1,12	-	11,04	46,48	
	Капуста свежая		0,70	-	2,15	11,20	
	Лук репчатый		0,24	-	1,27	6,0	
	Морковь		0,16	-	0,89	4,2	
	Масло растительное		-	2,99	-	26,97	
	Сметана		0,48	2,25	0,45	24,6	
	Соль йодированная		-	-	-	-	
	Мясо (говядина)		7,7	2,67	-	55,40	
	Макароны		3,2	0,45	37,5	166	
	Яйца		1,9	1,72	0,1	23,55	
	Лук репчатый		0,12	-	0,68	3,0	
	Молоко		1,3	1,6	2,38	29	
	Масло сливочное		0,01	2,48	0,02	22,94	
	Сухари		0,01	0,06	2,4	9,8	
	Соль иодированная			-	_	-	
	Масло растительное		-	0,99	-	8,99	
	1			,		,	
	Курага		0,44	_	6,35	27,9	
	Caxap		-	_	4,99	18,7	
	Крахмал		0,001	_	9,5	29,85	
	Трилиш		0,001		7,5	25,65	
	Хлеб ржаной		0,35	0,28	24,9	92,0	
Итого за обед	Three phanen		19,95	17,96	107,55	648,34	
111010 34 000Д			15,50	27,50	107,00	0.10,6.1	
Уплотненнвй	1.Салат из моркови	60					42
полдник	2. Хлеб пшеничный	30					Стр.104
	3.Пудинг из творога с рисом	205					250
	4. Кисломолочный продукт	200					420
	5. Фрукт	100					86
	Морковь	100	0,55	_	3,08	14,52	00
	Масло растительное			4,89	-	44,89	
	TVIACSIO PACTITICIBILICE			1,00		11,00	
	Хлеб пшеничный		0,2	0,3	14,5	60	
	25000 IIIIOIRI TIIDIRI		0,2	0,5	17,5	00	
	Творог		20	13,8	2,4	190,4	
	Крупа рисовая		1,75	0,15	19,32	80,75	
	Сахар		1,/3	0,13	9,98	37,40	
	Сахар Яйцо		3,17	2,87	0,17	39,25	
	масло сливочное		0,06	8,25	0,17	74,80	
	Сметана		0,06	0,75	0,09	8,6	
	Сметана		0,19	0,75	0,13	8,0	
	I/		5.0	C 1	0.4	124	
	Кисломолочный продукт		5,2	6,4	9,4	134	
	Ф		0.20		10.20	41 40	
TT	Фрукт		0,30	- 25.41	10,20	41,40	
Итого за			31,42	37,41	69,29	726,01	

уплотненный						
полдник						
ИТОГО		59,82	70,71	250,91	1838,02	
за 8 день					•	

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Пише	вые вешес	ые вещества (г) Энергетиче		
F		блюда	Б	Б Ж У ска	ская ценность (ккал)	№ рецепт уры	
2 неделя	1.Каша сборная молочная вязкая	200					135
9 день	3.Какао	180					416
1 завтрак	4.Булка с маслом	25/6					1
	Крупа рисовая		1,0	0,09	11,59	48,4	
	Крупа пшенная		1,8	0,43	9,49	50,1	
	Молоко		2,6	3,2	4,7	58	
	Caxap		-	-	1,99	7,48	
	Масло сливочное		0,01	1,65	0,01	14,96	
	Какао		0,32	0,25	0,03	0,36	
	Молоко		2,3	2,8	4,2	52	
	Сахар		-	-	3,99	14,91	
	Булка		0,2	0,3	12,02	41,4	
	Масло сливочное		0,03	4,95	0,05	44,88	
Итого за 1 завтрак	масло сливочнос		8,26	13,67	48,07	332,54	
2 завтрак	Фрукт	150	0,25	-	13,30	86	86
ОБЕД	1.Салат овощной	60					56
- ODZA	2.Суп куриный с клецками	200					116,119, 128
	3.Тефтели мясные с картофельным пюре	70/150					303, 339
	4. Компот из сухофруктов	180					394
	5.Хлеб пшеничный	40					Стр.104
	Огурец соленый		0,28	-	0,52	3,36	
	Лук репчатый		0,12	-	0,68	3,0	
	Масло растительное		-	1,99	-	17,98	
	Куры		2,67	0,99	-	20,1	
	Картофель		1,12	-	11,04	46,48	
	Морковь		0,16	-	0,89	4,2	
	Лук репчатый		0,24	-	1,27	6,0	
	Масло растительное		-	3,99	-	35,96	
	Соль йодированная		-	-	-	-	
	Мука пшеничная		1,06	0,13	7,3	32,9	
	Яйцо		0,63	0,57	0,03	7,85	
	Масло сливочное		0,01	1,65	0,01	14,96	
	Вода		-	-	-	-	
	Мясо (говядина)		8,46	2,94	-	60,48	
	Хлеб пшеничный		0,07	0,08	2,11	11,3	
	Молоко		0,26	0,32	0,47	5,8	
	Лук репчатый		0,12	-	0,68	3,0	
	Мука пшеничная		0,52	0,06	5,66	16,43	
	Масло сливочное		0,006	0,82	0,009	7,48	
	Соль йодированная		-	-	-	-	
	Масло растительное		-	1,99	-	17,97	
	Картофель		1,82	_	17,94	72,63	
	Молоко		1,3	1,6	2,35	29,0	
	Масло сливочное	+	0,01	-,-	_,00	,-	1

	Соль иодированная		_	_	_	_	
	оны подпрозиния						
	Сухофрукты		0,16	-	6,45	27,36	
	Caxap		-	-	8,98	33,66	
	•						
	Хлеб пшеничный		0,3	0,5	19,5	79	
Итого за обед			19,21	20,1	85,99	579,35	
Уплотненный	1.Суфле из рыбы	150					284,371
o maior memilian	Капуста тушёная в молоке	150					355
полдник	2.Хлеб ржаной	50					Стр.104
	3. Чай с сахаром	180					410,411
	4.Кисломолочный продукт	180					420
	5. Кондитерское изделие	20	1				_
	Рыба свежая		16,24	0,42	-	70,0	
	Coyc №371					,	
	Яйцо		2,54	2,3	0,14	31,4	
	Молоко		1,3	1,6	2,35	29,0	
	Масло сливочное		0,01	1,65	0,01	14,96	
	Мука пшеничная		0,52	0,06	5,66	16,43	
	Масло растительное		-	3,99	-	35,96	
	Соль иодированная		-	-	-	-	
	Капуста свежая		2,52	-	7,73	40,32	
	Молоко		1,3	1,6	2,35	29	
	Масло сливочное		0,03	4,95	0,05	44,88	
	Сахар		-	-	1,99	7,48	
	Хлеб ржаной		0,35	0,28	24,9	92	
	Чай						
	Сахар		-	-	9,98	37,40	
	Кисломолочный продукт		4,9	5,7	8,46	121,2	
	Кондитерское изделие		0,6	2,0	17,24	80,20	
Итого за	71 -		30,31	24,55	80,85	650,23	
уплотненный				ĺ	ĺ		
полдник							
ИТОГО			58,03	58,32	228,22	1648,12	
за 9 день							

Прием пищи		Выход	Пище	вые вещес	тва (г)	Энергетиче	No
		блюда	Б	Ж	У	ская ценность	рецепт а
						(ккал)	
2 неделя							
10 день	1.Салат из свежих яблок с	10					31
	черносливом						
1 завтрак	2.Суп молочный вермишелевый	200					100
-	3. Кофейный напиток с молоком	180					415
	4 .Булка с сыром	30/12					3
	Яблоко свежее		0,12	-	4,08	16,56	
	Чернослив		0,12	-	1,8	8,0	
	Caxap		-	-	0,99	3,74	
	Молоко		3,1	3,84	5,64	69,6	
	Вермишель		2,08	0,18	15,04	66,4	
	Caxap		-	-	2,99	11,22	
	Масло сливочное		0,03	4,1	0,04	37,4	
			-	-	-	-	
	Кофейный напиток		0,45	-	0,09	0,21	
	Молоко		2,8	3,8	5,2	63,8	

	Caxap		-	-	4,99	18,7	
			0.2	0.0	14.5	60	
	Булка		0,2	0,3	14,5	60	
**	Сыр		3,1	3,2	-	43,9	
Итого за 1 завтрак			12,0	15,32	55,36	399,53	
•		120	0.50		15.01	00	410
2 завтрак	Сок фруктовый	130	0,52	-	15,21	98	418
ОБЕД	1.Икра свекольная	60					55
	2.Рассольник домашний со сметаной	200					81
	3.Пирожки с мясом, рисом	180					437,495
	4. Компот из сухофруктов	180					394
	5.Хлеб ржаной	50					Стр.104
	Свекла		0,67	-	0,86	18,36	
	Лук репчатый		0,12	-	0,68	3,0	
	Caxap		-	-	0,99	3,74	
	Масло растительное		-	1,99	-	17,98	
	Мясо (говядина)		1,4	0,49	-	10,08	
	Капуста свежая		0,56	_	1,72	8,96	
	Картофель		1,12	-	11,04	46,48	
	Морковь		0,08	-	0,44	2,4	
	Лук репчатый		0,12	-	0,68	3,0	
	Солёный огурец		0,08	-	0,16	1,12	
	Масло растительное		-	3,99	-	35,96	
	Сметана		0,29	1,5	0,3	16,0	
	Соль йодированная		-	-	-	-	
	Мука пшеничная		5,42	0,91	51,24	230,3	
	Caxap		-	-	0,99	3,74	
	Соль иодированная		-	-	-	-	
	Яйцо		0,5	0,46	0,02	6,28	
	Дрожжи		0,25	0,008	0,16	1,7	
	Вода		-	-	-	-	
	Мясо (говядина)		8,46	2,94	-	60,48	
	Масло сливочное		0,01	2,47	0,02	22,44	
	Лук репчатый		0,12	-	0,68	3,0	
	Рис		0,70	0,06	7,73	37,75	
	Масло растительное		-	0,99	-	8,99	
	Соль иодированная		-	-	-	-	
	Сухофрукты		0,17	-	7,0	30,0	
	Caxap		-	-	5,98	22,44	
	Хлеб ржаной		0,35	0,28	24,9	92	
Итого за обед	Page Page 1		20,43	16,08	115,58	687,25	
Уплотненный	1.Салат из моркови	60	+				42
полдник	2.Хлеб пшеничный	50					Стр.104
	3.Ленивые вареники с маслом	155					245,244
	4. Вареное яйцо	50					227
	5. Чай с сахаром	180					410,411
	6.Кисломолочный продукт	180					420
	Морковь		0,55	-	3,08	14,52	
	Масло растительное		-	6,98	-	62,93	
	Хлеб пшеничный		0,40	0,65	24,9	98	
	Яйцо вареное		5,08	4,6	0,28	62,8	
	T		167	0.0	2.0	150	
	Творог		16,7	9,0	2,0	159	

	Яйца		1,0	0,92	0,05	12,56	
	Мука пшеничная		2,2	0,32	21,96	98,7	
	Caxap		-	-	4,99	18,70	
	Масло сливочное		0,07	10,72	0,1	97,24	
	Чай		-	-	-	-	
	Caxap		-	-	7,98	29,92	
	Кисломолочный продукт	180	4,9	5,7	8,46	121,2	
Итого за			30,90	38,89	73,80	775,57	
уплотненный							
полдник							
ИТОГО			63,85	70,29	259,95	1960,35	
за 10 день							
ИТОГО			56,0	64,0	260,0	1827,1	
За 10 дней							

Исполнитель: Медицинская сестра

/О.М. Овсиенко/

Заведующий СП

/И.В. Полуэктова/