



Меню ежедневного горячего питания

для детей в возрасте от 1,5 до 3 лет,

посещающих дошкольные образовательные учреждения с 10- часовым пребыванием

Сезон осенне-зимний							
Номер рецептуры	Наименование блюд, продуктов	Выход блюд	Химический состав				
			белки,г	жиры,г	углеводы г	Энергетическая ценность ККАЛ	Витамин С, мг
1 ДЕНЬ							
	Завтрак						
2\2	Суп молочный с лапшой	150	2,6	2,8	9,0	71,2	0,0
11\10	Чай	150	0,1	0,0	4,8	19,6	0,1
1\13	Хлеб пшеничный с маслом	25\5	1,7	3,2	9,8	75,4	0,0
	Итого	330	4,6	6,7	27,9	172,9	0,0
10-00 час	Сок	75	0,0	0,0	8,4	33,9	0,0
	Обед						
20\1	Салат из отварной свеклы р\м	40	0,5	3,3	2,7	42,7	0,0
19\2	Суп картофельный с рыбой	150,0	5,4	3,1	9,8	106,0	0,0
13\8	Бифштекс рубленый паровой	60	13,4	13,1	0,2	172,0	0,0
8\3	Капуста тушеная	100	2,3	1,9	9,1	62,7	20,9
6\10	Компот из сухофруктов	150	0,4	0,0	13,8	54,1	37,7
р\х	Хлеб пшеничный витамин.	20	1,3	0,1	9,9	46,9	0,0
р\х	Хлеб ржаной	30	1,3	0,2	6,7	67,2	0,0
	Итого	550	24,6	21,8	55,9	551,6	58,6
	Полдник						
ип	Кисломолочные продукты	150	4,3	4,8	6,0	124,5	0,0
	в ассортименте						
38\3	Запеканка морковная	60,0	3,9	4,8	10,1	60,7	1,3
	Итого	210	5,8	6,3	16,1	185,2	1,3
	Итого за день	1165	35,0	34,8	108,3	943,6	59,9
2 день							
	Завтрак						
19\4	Каша пшеничная +кукурузная со сливочным маслом	150	4,5	4,5	21,3	140,0	0,0
13\10	Кофейный напиток с молоком.	150	2,3	1,9	8,2	58,9	0,4
1\13	Батон с сыром	25\5	3,8	2,4	12,6	88,4	0,0
	Итого	350	10,6	8,8	42,1	287,3	0,4
10-00 час	Сок	75	0,0	0,0	8,4	33,9	10,0
	Обед						
10\1	Салат из моркови с р\м	40,0	0,5	2,6	5,2	43,0	1,8
6\2	Щи из свежей капусты со сметаной с мясом	150/7	3,1	3,3	5,0	61,8	8,1
9\7	Котлета рыбная	60,0	8,2	1,2	4,8	90,0	0,4
№36	Рис припущенный с овощами	100,0	2,5	3,9	25,4	147,0	
6\10	Компот из сухофруктов	150	0,4	0,0	13,7	54,0	37,7
р\х	Хлеб пшеничный витамин.	20	1,5	0,2	9,6	47,2	0,0
р\х	Хлеб ржаной	30	2,1	0,3	13,9	67,2	0,0
	Итого	557,0	16,3	5,6	54,7	510,2	48,0
	Полдник						
9\5	Сдоба обыкновенная	60,0	5,3	3,9	56,4	188,0	0,2
ип	Молоко кипяченое	150,0	4,5	4,8	7,1	90,0	0,0

	Итого	210,0	9,8	8,7	63,5	278,0	0,2
	Итого за день	1192,0	36,7	23,1	168,7	1109,4	58,6

3 ДЕНЬ

	Завтрак						
9\5	Запеканка из творога	120	20,3	11,5	16,1	251,0	0,4
10\10	Какао с молоком	150	2,5	2,0	8,3	60,8	0,2
1\13	Хлеб пшеничный с маслом	25\5	2,0	3,9	12,1	92,1	92,1
	Итого	300,0	24,8	17,4	36,5	403,9	92,7
10-00 час	Сок	75	0,0	0,0	8,4	33,9	10,0
	Обед						
5\1	Салат из белокачанной капусты с морковью и р/м	40	0,7	2,6	4,8	42,0	3,7
5\2	Свекольник со сметаной	150\7	3,6	4,6	8,8	89,6	4,1
9\8	Печень по-строгановски	80,0	10,1	10,5	2,1	144,0	7,3
3\3	Картофельное пюре	100	2,1	2,8	14,9	90,0	7,2
6\10	Компот из сухофруктов	150	0,4	0,0	13,7	54,0	37,7
р\х	Хлеб пшеничный витамин.	20	1,5	0,2	9,6	47,2	0,0
р\х	Хлеб ржаной	30	2,1	0,3	13,9	67,2	0,0
	Итого	577	20,5	21,1	67,8	534,0	59,9
	Полдник						
ип	Молоко кипяченое	150,0	4,5	4,8	7,1	90,0	0,0
17-2\12	Пирожок с повидлом	70	4,2	3,4	42,7	214,0	0,1
	Итого	220,0	8,7	8,2	49,8	304,0	0,1
	Итого за день	1172	54,0	46,6	162,4	1275,8	162,7

4 ДЕНЬ

	Завтрак						
2\6	Омлет, запеченный или паровой	80	7,8	10,5	1,4	131,0	0,3
11\10	Чай	150	0,0	0,0	6,9	26,3	0,2
1\13	Батон с сыром	25\7	3,8	2,4	12,7	87,4	0,0
	Итого	262,0	11,6	12,9	21,0	244,6	0,6
10-00 час	Сок	75	0,0	0,0	8,4	33,9	10,0
	Обед						
1\1	Помидор свежий порционно	40,0	0,2	0,1	1,4	8,5	3,9
18\2	Суп картофельный с мак. издел.	150\7	13,8	2,1	9,2	67,9	5,2
3\8	Мясо тушеное с овощами	150,0	11,8	11,7	16,4	214,0	8,0
6\10	Компот из сухофруктов	150	0,4	0,0	13,8	54,1	37,7
р\х	Хлеб пшеничный витамин.	20	1,5	0,2	9,6	47,2	0,0
р\х	Хлеб ржаной	30	2,1	0,3	13,9	67,2	0,0
	Итого	547,0	30,5	15,8	65,5	458,9	54,8
	Полдник						
ип	Молоко кипяченое	150	4,5	4,8	7,1	90,0	0,0
№ 268	Пирожок с капустой	60,0	3,9	4,3	24,4	162,0	0,3
	Итого	210,0	8,4	9,1	31,5	252,0	0,3
	Итого за день	1094,0	50,4	37,8	126,4	989,4	65,7

5 день

	Завтрак						
18\4	Каша молочная ассорти (рис + гречневая крупа со сл.маслом)	150	3,8	4,4	19,7	129,0	2,9
13\10	Кофейный напиток с молок.	150	2,3	2,2	10,1	66,8	0,5
1\13	Хлеб пшеничный с маслом	25\5	2,0	3,9	12,1	92,1	0,0
	Итого	330	8,0	10,5	41,8	287,9	3,4
10-00 час	фрукты	75	0,4	0,4	9,8	42,7	10,0
	Обед						
54\2з	Огурец свежий порционно	40,0	0,3	0,0	0,8	4,5	9,0
14\2	Суп овощной со сметаной с гренками	150\7	3,1	5,9	7,4	84,9	4,1
		20	1,7	0,2	11,3	53,0	
№64	Колбаски "Витаминные"	60,0	9,4	11,7	1,9	150,6	0,2
№116	Горошница	100	4,2	2,3	12,5	113,0	0,0
6\10	Компот из сухофруктов	150	0,4	0,0	13,8	54,0	37,6

р\х	Хлеб пшеничный витамин.	20	1,5	0,2	9,6	47,2	0,0
р\х	Хлеб ржаной	30	2,1	0,3	13,9	67,2	0,0
	Итого	557,0	22,7	0,3	13,9	574,0	50,9
	Полдник						
ип	Кисломолочные продукты	150	4,5	3,8	16,5	118,5	0,0
р\х	Печенье	30,0	2,4	6,0	21,6	141,0	0,0
	Итого	190,0	6,9	9,8	38,1	259,5	0,0
	Итого за день	1152,0	38,0	20,9	103,6	1164,1	64,3
6 ДЕНЬ							
	Завтрак						
14\4	Каша ячневая молочная	150	4,5	3,9	25,3	146,0	0,3
	с маслом						
11\10	Чай	150	0,0	0,0	6,9	26,3	0,2
1\13	Хлеб пшеничный с маслом	25\5	2,0	3,9	12,1	92,1	0,0
	Итого	330,0	6,5	7,8	44,3	264,4	0,5
10-00 час	сок	75	0,0	0,0	8,4	33,9	10,0
	Обед						
20\1	Салат из отварной свеклы	40,0	0,5	3,3	2,7	42,7	11,5
27\2	Суп-пюре из разных овощей с	150\7	3,9	4,0	8,5	80,8	0,0
	гречками	20,0	1,7	0,2	10,8	48,0	0,0
35\2	Фрикадельки из мяса	60	9,1	9,6	4,5	141,0	0,3
43\3	Макароны отварные	100	3,5	2,5	22,7	125,0	0,0
№ 104	Кисель плодово-ягодный	150	1,0	0,0	21,8	91,1	37,7
р\х	Хлеб пшеничный витамин.	20	1,5	0,2	9,6	47,2	0,0
	Итого	570,0	21,2	19,8	80,5	575,8	60,3
	Полдник						
37\3	Запеканка капустная	80,0	2,8	3,7	11,4	90,7	0,0
ип	Кисломолочные продукты	150,0	3,9	4,8	7,1	124,5	0,1
	Итого	230,0	6,7	8,5	18,4	215,2	0,1
	Итого за день	1205,0	34,4	36,1	151,6	1088,7	70,9
7 день							
	Завтрак						
19\5	Суп молочный с лапшой	150,0	2,6	2,8	9,0	71,3	0,2
13\10	Кофейный напиток с молоком.	150	2,6	2,2	10,1	66,9	0,4
1\13	Батон с сыром	25\7	3,8	4,3	12,7	87,4	0,0
	Итого	332	8,9	9,2	31,8	225,6	0,6
10-00 час	сок	75	0,0	0,0	8,4	33,9	10,0
	Обед						
10\1	Салат из моркови с р/м	40,0	0,5	2,7	4,4	43,0	0,6
6\2	Щи из св капусты со сметаной	150\7	3,0	3,2	5,6	61,8	8,3
11\7	Тефтели рыбные в соусе	100	8,5	4,6	8,7	137,0	0,5
№36	Рис припущенный с овощами	100,0	2,5	3,9	25,4	147,0	0,4
6\10	Компот из сухофруктов	150	0,4	0,0	13,8	54,1	37,7
р\х	Хлеб пшеничный витамин.	20	1,3	0,1	9,9	46,9	0,0
р\х	Хлеб ржаной	30	2,1	0,3	13,9	67,2	0,0
	Итого	557,0	18,3	14,8	81,6	557,0	47,5
	Полдник						
38\3	Сдоба обыкновенная	60,0	5,3	3,9	32,4	188,0	3,1
ип	Молоко кипяченое	150	4,5	4,8	7,1	90,0	0,2
	Итого	210,0	9,8	8,7	39,5	278,0	3,3
	Итого за день	1174,0	37,0	32,7	161,3	1094,5	61,5
8 день							
	Завтрак						
9\5	Запеканка из творога	120,0	20,3	11,5	16,1	251,0	0,4
14\10	Какао с молоком	150	2,5	2,0	8,3	60,8	0,4
1\13	Хлеб пшеничный с маслом	25\5	1,9	3,9	12,1	92,1	0,1
	Итого	300,0	24,7	17,4	36,5	403,9	0,9
10-00 час	сок	75	0,0	0,0	84,0	33,9	10,0
	Обед						

54\2з	Огурец свежий порционно	40,0	0,3	0,0	0,8	4,5	2,8
5\2	Свекольник со сметаной	150	3,1	4,6	8,8	89,6	3,9
31\8	Голубцы с мясом и рисом (ленив	100	6,3	6,5	6,4	106,0	10,8
3\3	Картофельное пюре	100,0	2,6	2,8	13,7	90,0	0,0
6\10	Компот из сухофруктов	150	0,4	0,0	13,7	54,0	37,7
р\х	Хлеб пшеничный витамин.	20	1,5	0,2	9,6	47,2	0,0
р\х	Хлеб ржаной	30	2,1	0,3	13,9	67,2	0,0
	Итого	590,0	16,3	14,5	66,9	458,5	55,2
	Полдник						
ип	Молоко кипяченое	150,0	4,5	4,8	7,1	90,0	0,0
9\12	Пирожок с морковью	70,0	4,5	3,2	25,5	143,0	0,2
	Итого	220,0	9,0	8,0	32,6	233,0	0,2
	Итого за день	1185,0	50,0	39,9	219,9	1129,3	66,3
9 ДЕНЬ							
	Завтрак						
17\4	Каша молочная ассорти (рис + кукурузная со сл\маслом	150	3,4	4,2	20,3	131,0	0,4
13\10	Кофейный напиток с молоком	150	2,3	1,9	8,2	58,9	0,2
1\13	Батон с сыром	25\7	3,8	2,4	12,7	87,4	0,0
	Итого	332	9,5	8,5	41,2	277,3	0,7
10-00 час	Сок	75	0,0	0,0	8,4	33,9	10,0
	Обед						
23\1	Салат из отварного картофеля с солеными огурцами и р\м	40,0	0,6	2,7	4,4	43,0	6,8
18\2	Суп картофельный с мак.издел с мясом	150\7	3,2	2,1	9,2	67,9	9,2
26\8	Суфле из мяса свинины	60,0	13,5	10,2	1,7	152,0	0,0
8,3	Капуста тушеная	100,0	2,3	1,9	9,1	62,7	4,5
6\10	Компот из сухофруктов	150	0,0	0,0	13,8	54,0	37,6
р\х	Хлеб пшеничный витамин.	20	1,9	0,2	12,0	59,0	0,0
р\х	Хлеб ржаной	30	2,1	0,3	13,9	67,2	0,0
	Итого	557,0	23,7	17,5	64,0	505,7	58,1
	Полдник						
23\1	Биточки картофельные запеченн	60,0	1,8	2,2	12,0	73,0	0,2
ип	Молоко кипяченое	150	4,5	4,8	7,1	90,0	0,0
	Итого	210,0	6,3	7,0	19,1	163,0	0,2
	Итого за день	1174,0	39,4	33,0	132,7	979,9	68,9
10 ДЕНЬ							
	Завтрак						
7\4	Каша рисовая молочная со сл\м	150	4,5	4,4	32,8	186,0	0,4
14\10	Какао с молоком	150	2,5	2,0	8,3	60,8	0,4
1\13	Хлеб пшеничный с маслом	25\5	2,0	3,9	15,9	92,1	0,0
	Итого	332,0	9,0	10,3	57,0	338,9	0,7
10-00 час	фрукты	75	0,0	0,0	8,4	33,9	10,0
	Обед						
1\1	Помидор свежий порционно	40,0	0,2	0,1	1,4	8,5	0,8
9\2	Рассольник со сметаной с мясом	150\7	3,0	3,3	10,5	70,9	1,8
№64	Колбаски "Витаминные"	60,0	9,5	11,7	1,9	150,6	0,3
44\3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	100,0	5,7	4,6	30,4	167,0	7,0
6\10	Компот из сухофруктов	150	0,0	0,0	13,8	54,1	37,7
р\х	Хлеб пшеничный витамин.	20	1,9	0,2	12,0	59,0	0,0
р\х	Хлеб ржаной	30	2,1	0,3	13,9	67,2	0,0
	Итого	557,0	22,4	20,3	83,8	577,3	47,6
	Полдник						
ип	Кисломолочные продукты	150	4,5	3,8	16,5	118,5	0,0
р\х	Кондитерка	30,0	2,4	6,0	21,6	141,0	0,0
	Итого	190,0	6,9	9,8	38,1	259,5	0,0
	Итого за день	1147,0	38,3	40,3	187,3	1209,6	58,3

11 ДЕНЬ							
	Завтрак						
19\4	Каша манная молочная со сл/м	150	4,0	3,8	21,4	133,0	0,4
11\10	Чай	150	0,1	0,0	4,8	19,6	0,2
1\13	Хлеб пшеничный с маслом	25\5	2,0	3,9	15,9	92,1	0,0
	итого	330	6,1	7,7	42,1	244,7	0,7
10-00 час	Сок	75	0,0	0,0	8,4	33,9	10,0
	Обед						
14\1	салат из отвар.свеклы с р/м	40	0,5	3,3	2,7	42,7	42,7
29\2	Суп- пюре гороховый с мясом	150\7	5,8	2,6	24,5	91,8	0,0
	с гренками	20	1,7	0,2	11,3	48,0	0,0
31\8	Биточек из мяса	60,0	8,6	8,3	3,9	124,5	0,0
43\3	Макароны отварные	100,0	3,5	2,5	22,7	125,0	7,2
6\10	Компот из сухофруктов	150	0,4	0,0	13,7	54,0	37,6
р\х	Хлеб пшеничный витамин.	20	1,9	0,2	12,0	59,0	0,0
	Итого	545,0	22,3	17,2	90,8	545,0	87,4
	Полдник						
38\3	Запеканка морковная	60	1,5	1,5	10,1	60,7	0,0
ип	Кисломолочные продукты	150	4,5	3,8	16,5	118,5	0,0
	Итого	210,0	6,0	5,3	26,6	179,2	0,0
	Итого за день	1160,0	34,5	30,2	167,9	1002,8	98,1
12 ДЕНЬ							
	Завтрак						
11\4	Каша пшенная молочная со сл\м	150,0	4,9	4,5	24,4	154,0	0,4
13\10	Кофейный напиток с	150	2,3	1,9	8,2	58,9	0,4
	молоком						
1\13	Батон с сыром	25\7	3,8	2,4	12,7	87,4	0,1
	Итого	332	11,0	8,8	45,3	300,3	0,9
10-00 час	Сок	75	0,0	0,0	8,4	33,9	10,0
	Обед						
10\10	Салат из моркови с р/м	40	0,5	2,7	4,4	42,7	1,5
6\2	Щи из свежей капусты со смет	150\7	3,1	3,3	5,0	61,9	0,0
9\7	Котлета из рыбы	60	8,3	1,2	4,8	90,0	0,4
3\3	Картофельное пюре	100,0	2,6	2,8	13,4	90,0	0,0
6\10	Компот из сухофруктов	150	0,4	0,0	13,8	54,0	37,6
р\х	Хлеб пшеничный витамин.	20	1,5	0,2	9,6	47,2	0,0
р\х	Хлеб ржаной	30	2,1	0,3	13,9	67,2	0,0
	Итого	557	18,4	10,5	64,9	453,0	39,4
	Полдник						
8\12	Сдоба обыкновенная	60,0	5,3	3,9	32,4	188,0	2,7
1\3	Молоко кипяченое	150,0	4,5	4,8	7,1	90,0	4,0
	Итого	210	9,8	8,7	39,5	278,0	6,7
	Итого за день	1174	39,2	28,0	158,0	1065,2	56,9
13 ДЕНЬ							
	Завтрак						
9\5	Запеканка из творога	120	20,3	11,5	16,3	251,0	0,3
14\10	Какао с молоком	150	2,5	2,0	8,3	60,8	0,2
1\13	Хлеб пшеничный с маслом	25\5	2,0	3,9	12,1	92,1	0,0
	Итого	330,0	24,8	17,4	36,7	403,9	0,6
10-00 час	Сок	75	0,0	0,0	8,4	33,9	10,0
	Обед						
54\2з	Огурец порционно	40	0,3	0,0	0,8	4,5	11,3
5\2	Свекольник со сметаной,с мясом	150\7	3,1	3,2	5,6	59,8	12,6
11\8	Гуляш из мяса	80	11,9	12,6	4,3	176,0	0,4
44\3	Греча рассыпчатая с овощами	100,0	5,7	4,6	30,4	167,0	7,2
	с овощами						
6\10	Компот из сухофруктов	150,0	0,4	0,0	13,7	54,0	0,0
1\13	Хлеб пшеничный витамин.	20	1,5	0,2	9,6	47,2	0,0
р\х	Хлеб ржаной	30	2,1	0,3	13,9	67,2	0,0

	Итого	577,0	25,0	21,0	78,3	575,7	31,5
	Полдник						
№268	Пирожок с капустой	60	3,9	4,3	24,4	162,0	0,2
ип	Молоко кипяченое	150	4,5	4,8	7,1	90,0	0,2
	итого	210,0	8,4	9,1	31,5	252,0	0,4
	Итого за день	1192,0	58,2	47,5	154,8	1265,5	42,5
14 день							
	Завтрак						
2\6	Омлет, запеченный или паровой	80	7,8	10,5	1,4	131,0	0,0
10\10	Чай	150	0,1	0,0	4,8	19,6	0,1
3\13	Батон с сыром	25\7	3,8	2,4	12,7	87,4	0,0
	Итого	262	11,7	12,9	18,9	238,0	0,1
10-00 час	Сок	75	0,0	0,0	84,0	33,9	10,0
	Обед						
19\1	Салат из свежей капусты с мор- ковью и р\м	40,0	0,7	2,6	4,8	42,0	6,3
31\2	Суп крестьянский с крупой со см	150\7	1,4	3,3	8,9	85,8	9,9
38\8	Зжapeкaнкa фapшiroвaннaя oтв рным мясом с овощами	150,0	10,5	8,0	23,6	202,0	0,0
6\10	Компот из сухофруктов	150	0,4	0,0	13,7	54,0	37,7
1\13	Хлеб пшеничный витамин.	20	1,5	0,2	9,6	47,2	0,0
р\х	Хлеб ржаной	30	2,1	0,3	13,9	67,2	0,0
	итого	547,0	16,6	14,4	74,5	498,2	54,0
	Полдник						
17\12	Пирожок с повидлом	60,0	3,5	3,0	37,4	184,2	0,2
ип	Молоко кипяченое	150	4,5	4,8	7,1	90,0	0,0
	Итого	210,0	8,0	7,8	44,5	274,2	0,2
	Итого за день	1087,0	36,3	35,1	221,8	1044,3	64,3
15 ДЕНЬ							
	Завтрак						
7\4	Каша рисовая молочная со сл/м	150	4,5	4,4	32,8	186,0	0,0
12\10	Кофейный напиток с молоком	150	2,3	1,9	8,2	58,9	0,4
1\13	Хлеб пшеничный с маслом	25\5	2,0	3,9	12,1	92,1	0,0
	итого	330,0	8,7	10,2	53,1	337,0	0,4
10-00 час	фрукты	75	0,0	0,0	8,4	33,9	10,0
	Обед						
14\1	Помидор порционно	40,0	0,4	0,1	1,4	8,5	6,3
18\2	Суп картофельный с мак издели	150\7	3,2	2,1	9,2	67,9	3,9
3\9	Биточек из мяса кур	60	10,8	8,8	9,1	158,0	6,8
3\3	Картофельное пюре	100	3,1	4,2	22,3	135,0	
6\10	Компот из сухофруктов	150,0	0,2	0,0	13,8	54,0	37,6
р\х	Хлеб пшеничный витамин.	20	1,5	0,2	9,6	47,2	0,0
р\х	Хлеб ржаной	30	2,1	0,3	13,9	67,2	0,0
	Итого	400,0	21,4	15,8	79,3	537,8	54,7
	Полдник						
р\х	Печенье	30,0	2,4	6,0	21,6	141,0	0,0
ип	Кисломолочный продукт	150	4,5	3,8	16,5	118,5	0,0
	Итого	180,0	6,9	9,8	38,1	259,5	0,0
	Итого за день	1145,0	37,0	35,7	178,8	1168,2	65,1
16 ДЕНЬ							
	Завтрак						
11\4	Каша пшенная молочная сл/м	150	4,9	4,5	24,4	154,0	0,0
10\10	Чай	150	0,1	0,0	4,8	19,6	0,3
10\13	Хлеб с маслом	25\5	2,0	3,9	12,1	92,1	0,0
	Итого	330	7,0	8,4	41,3	265,7	0,3
10-00 час	Сок	75	0,0	0,0	8,4	33,9	10,0
	Обед						

20\1	Салат из отварной свеклы	40,0	0,5	3,3	2,7	42,7	1,2
19\2	Суп картофельный с рыбой	150	5,4	3,1	9,8	106,0	2,2
4\8	Плов из мяса	150,0	15,8	11,9	1,9	178,1	0,0
6\10	Компот из сухофруктов	150	0,4	0,0	13,8	54,1	37,7
р\х	Хлеб пшеничный витамин.	20	1,5	0,2	9,6	47,2	0,0
р\х	Хлеб ржаной	30	2,1	0,3	13,9	67,2	0,0
	Итого	540,0	25,7	18,8	51,6	495,3	41,1
	Полдник						
37\3	Запеканка капустная	80,0	2,8	3,7	11,4	91,2	0,3
ип	Кисломолочные продукты	150	3,9	4,8	27,1	90,7	0,0
	Итого	230,0	6,7	8,5	38,4	181,9	0,3
	Итого за день	1175,0	39,4	35,7	139,7	976,8	51,7
17 ДЕНЬ							
	Завтрак						
14\4	Каша ячневая молочная со сл/м	150,0	4,5	3,9	25,3	186,0	0,2
12\10	Кофейный напиток с молоком	150	2,5	1,9	8,2	58,9	0,4
3\13	Батон с сыром	25\7	3,8	2,4	0,0	87,4	0,0
	Итого	332,0	10,7	8,2	33,5	332,3	0,7
10-00 час	Сок	75	0,0	0,0	8,4	33,9	10,0
	Обед						
28\1	Салат из отв. картофеля ,морков репчатого лука с р/м	40,0	0,6	2,7	4,9	44,0	9,0
6\2	Щи из св. капусты со сметаной	150\7	3,1	3,3	5,0	61,9	6,5
43	Суфле "рыбка"	150	20,5	17,6	14,4	297,0	0,7
№104	Кисель плодово-ягодный	150	1,2	0,0	21,8	91,1	37,7
р\х	Хлеб пшеничный витамин.	20	1,5	0,2	9,6	47,2	0,0
р\х	Хлеб ржаной	30	2,1	33,0	13,9	67,2	0,0
	Итого	547,0	29,1	56,7	69,5	608,4	53,9
	Полдник						
ип	Молоко кипяченое	150	4,5	4,8	7,1	90,0	0,0
р\х	Кондитерка	30,0	2,4	6,0	21,6	141,0	0,0
	Итого	190,0	6,9	10,8	28,7	231,0	0,0
	Итого за день	1144,0	46,7	75,7	140,0	1205,6	64,6
18 ДЕНЬ							
	Завтрак						
9\5	Запеканка из творога	120	20,3	11,5	16,1	251,0	0,3
14\10	Какао с молоком	150	2,5	2,0	8,3	60,8	0,4
1\13	Хлеб пшеничный с маслом	25\5	2,0	3,9	12,1	92,1	0,0
	Итого	300	24,8	17,4	36,5	403,9	0,7
10-00 час	Сок	75	0,0	0,0	8,6	33,9	10,0
	Обед						
10\1	Салат из моркови с р/м	40	0,5	2,7	4,4	42,6	0,0
5\2	Свекольник со сметаной	150\7	3,1	4,6	8,8	89,6	5,6
35\8	Суфле из печени	60,0	12,0	4,1	1,7	92,0	0,1
3\3	Картофельное пюре	100,0	2,1	2,8	14,9	90,0	4,3
6\10	Компот из сухофруктов	150	0,4	0,0	13,8	54,1	37,7
р\х	Хлеб пшеничный витамин.	20	1,5	0,2	9,6	47,2	0,0
р\х	Хлеб ржаной	30	2,1	0,3	13,9	67,2	0,0
	Итого	557,0	21,7	14,7	67,0	564,1	47,6
	Полдник						
8\12	Сдоба обыкновенная	60	5,3	3,9	33,8	188,0	0,0
ип	Молоко кипяченое	150,0	45,0	4,8	7,1	90,0	0,1
	Итого	220,0	50,3	8,7	40,9	278,0	0,1
	Итого за день	1165,0	96,8	40,8	152,9	1279,9	58,4
19 ДЕНЬ							
	Завтрак						
2\4	Каша гречневая молочная со слив. маслом	150	5,4	5,0	25,2	155,0	0,3
10\10	Кофейный напиток с молоком	150	2,3	1,9	8,2	58,9	0,4

3\13	Батон с сыром		25\7	3,7	2,4	12,7	87,4	0,0
	Итого		332	11,4	9,3	46,1	301,3	0,6
10-00 час	Сок	75		0,0	0,0	8,4	33,9	10,0
	Обед							
14\1	Помидор порционно	40,0		0,4	0,1	1,4	8,5	6,3
25\2	суп-пюре из картофеля с мясом	150\7		3,7	3,3	9,7	80,9	0,0
	с гренками	20		1,7	0,2	11,3	48,0	0,0
№49	Зразы "Верх-Исетская" из мяса	60,0		13,1	12,9	5,9	192,0	0,0
8\3	Капуста тушеная	100		2,3	1,9	9,1	62,7	0,0
6\10	Компот из сухофруктов	150		0,4	0,0	13,8	54,0	37,6
р\х	Хлеб пшеничный витамин.	20		1,5	0,2	9,6	47,2	0,0
р\х	Хлеб ржаной	30		2,1	0,3	13,9	67,2	0,0
	Итого	557,0		25,2	19,0	74,6	560,5	43,9
	Полдник							
	пеканка из творога с морковью	80,0		10,9	9,3	10,8	170,4	0,0
	молоко кипяченое	150,0		4,5	4,8	7,1	90,0	0,2
	Итого	230,0		15,4	14,1	17,9	260,4	0,2
	Итого за день	1194,0		52,0	42,4	146,9	1156,0	54,8
20 ДЕНЬ								
	Завтрак							
8\4	Каша геркулесовая молочная с/м	150		4,8	5,6	21,9	151,0	0,4
14\10	Какао с молоком	150		2,5	2,0	8,3	60,8	0,2
1\13	Хлеб пшеничный с маслом	25\5		2,0	3,9	12,1	92,1	0,0
	Итого	330,0		9,3	11,5	42,3	303,9	0,7
10-00 час	фрукты	75		0,4	0,4	9,8	42,7	10,0
	Обед							
5\1	Огурец порционно	40,0		0,3	0,0	1,0	5,0	1,8
31\2	Суп крестьянский с крупой со с/м	150\7		3,2	4,6	8,9	85,8	9,8
5\9	Биточки из мяса кур	60,0		10,8	8,8	9,1	158,0	0,3
8\3	Картофельное пюре	100		1,9	2,8	15,8	93,0	20,9
6\10	Компот из сухофруктов	150		0,4	0,0	13,7	54,0	66,9
р\х	Хлеб пшеничный витамин.	20		1,5	0,2	9,6	47,2	0,0
р\х	Хлеб ржаной	30		2,1	0,3	13,9	67,2	0,0
	Итого	557,0		20,2	16,8	71,9	510,2	99,7
	Полдник							
ип	Кисломолочные продукты	150,0		4,5	3,8	16,5	118,5	0,0
р\х	Кондитерские изделия	30,0		2,4	6,0	21,6	141,0	0,0
	Итого	190,0		6,9	9,8	38,1	259,5	0,0
	Итого за день	1145,0		36,8	38,4	162,1	1116,3	110,3
	среднее 1120 кл							

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
СВЕТЛАНЫ СЕРГЕЕВНЫ
ОГНЕВЫХ

Сертификат: 5472020287168079919196032775955090521524720972
Идентификатор документа: 5472020287168079919196032775955090521524720972
Дата подписания: 24.04.2024 № 24.04.2024