

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка - детский сад №58»



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ «ЦРР-детский сад № 58»
С.В. Андрунь
« 01 » // 2025г.

Основное 10-дневное меню
Для детей с 12 часовым пребыванием в МБДОУ «ЦРР-детский сад № 58»
Сезон: зима-весна
(с изменениями с 10.11.2025)

Ознакомлены:
Мед.сестра  Золотухина Е.А.
Кладовщик  Морозова М.В.
Повара:  Горбунова А.В.
 Сафонова Е.С.
 Ионова В.А.

НЕДЕЛЯ: **ПЕРВАЯ**

ДЕНЬ: **ПОНЕДЕЛЬНИК**

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: **1-3 ГОДА** (12 ч пребывание детей)

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | пищевые вещества,г | | | Энергетическая ценность, ккал | вит С | № Рецептуры |
|------------|------------------------------|-------------|--------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Завтрак | Каша ячневая на воде | 150 | 1,80 | 1,23 | 13,77 | 73,37 | 0,00 | РТ990 |
| | Бутерброд с повидлом | 40/10 | 1,99 | 1,27 | 16,32 | 81,20 | 0,01 | 2 |
| | Чай без сахара | 150 | 0,04 | 0,00 | 6,99 | 28,00 | 0,02 | 392 |
| | ИТОГО | 350 | 3,83 | 2,50 | 37,08 | 182,57 | 0,03 | |
| 2 завтрак | Пюре фруктовое | 60 | 0,50 | 0,20 | 16,60 | 71,60 | 0,60 | 3/У |
| | Сок фруктовый | 50 | 1,00 | 0,00 | 5,20 | 21,80 | 0,64 | 3/У |
| | ИТОГО | 110 | 1,50 | 0,20 | 21,80 | 93,40 | 1,24 | |
| | | | | | | | | |
| Обед | Икра кабачковая | 40 | 0,44 | 2,80 | 2,80 | 38,00 | 0,07 | 217 |
| | Суп харчо | 150/8 | 3,93 | 4,90 | 16,84 | 120,88 | 7,12 | 101 |
| | Биточки из птицы | 50 | 7,41 | 7,72 | 4,96 | 119,00 | 0,25 | 306 |
| | Макаронные изделия отварные | 120 | 4,42 | 3,61 | 21,16 | 134,40 | 0,00 | 317/11 |
| | Компот из изюма | 150 | 0,22 | 0,00 | 25,89 | 104,00 | 3,30 | 376/11 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50,00 | 0,00 | 701 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 3,90 | 0,80 | 26,90 | 130,40 | 0,00 | 702 |
| | ИТОГО | 568 | 21,92 | 19,93 | 109,15 | 696,68 | 10,74 | |
| Полдник | Котлета "Сытная" из говядины | 60 | 8,98 | 8,63 | 0,74 | 116,57 | 0,00 | P282 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 120 | 6,29 | 4,20 | 36,02 | 210,00 | 0,00 | 171/07 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50,00 | 0,00 | 701 |
| | Компот из сухофруктов | 150 | 0,15 | 0,00 | 20,85 | 84,00 | 0,08 | 6/10 |
| | ИТОГО | 350 | 17,02 | 12,93 | 68,21 | 460,57 | 0,08 | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1378 | 44,27 | 35,56 | 236,24 | 1433,22 | 12,09 | |

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

ДЕНЬ: ВТОРНИК

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 1-3 ГОДА (12 ч пребывание детей)

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | пищевые вещества,г | | | Энергетическая ценность, ккал | вит С | № Рецептуры |
|------------|--|-------------|--------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Завтрак | Каша манная жидккая на воде | 150 | 6,21 | 7,47 | 25,09 | 72,44 | 1,45 | 4а |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50,00 | 0,00 | 701 |
| | Чай с сахаром | 150 | 0,04 | 0,02 | 6,99 | 28,00 | 0,02 | 392 |
| | ИТОГО | 328 | 7,81 | 7,57 | 35,69 | 122,44 | 1,45 | |
| | | | | | | | | |
| 2 завтрак | Напиток из изюма | 100 | 0,03 | 0,00 | 5,45 | 34,00 | 0,15 | 388/07 |
| | ИТОГО | 100 | 0,03 | 0,00 | 5,45 | 34,00 | 0,15 | |
| | | | | | | | | |
| Обед | Икра баклажанная | 30 | 0,54 | 2,12 | 3,47 | 35,10 | 4,32 | 126 |
| | Суп картофельный с горохом (лущеным) и мясом | 150/6 | 4,99 | 3,21 | 11,30 | 87,00 | 3,49 | 81 |
| | Суфле из печени | 70 | 16,39 | 6,24 | 6,38 | 148,04 | 25,68 | 35/8 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 120 | 6,29 | 4,20 | 36,02 | 210,00 | 0,00 | 171/07 |
| | Компот из сушенных яблок | 150 | 0,33 | 0,02 | 20,82 | 85,00 | 0,30 | 376/11 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50,00 | 0,00 | 701 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 3,90 | 0,80 | 26,90 | 130,40 | 0,00 | 702 |
| | ИТОГО | 576 | 34,04 | 16,69 | 115,49 | 745,54 | 33,79 | |
| | | | | | | | | |
| Полдник | Котлета "Сытная" из говядины | 60 | 8,98 | 8,63 | 0,74 | 116,57 | 0,00 | P282 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50,00 | 0,00 | 701 |
| | Чай с сахаром | 150 | 0,04 | 0,02 | 6,99 | 28,00 | 0,02 | 392 |
| | ИТОГО | 230 | 10,62 | 8,75 | 18,33 | 194,57 | 0,02 | |
| | | | | | | | | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1234 | 52,50 | 33,01 | 174,96 | 1096,55 | 35,41 | |

НЕДЕЛЯ: **ПЕРВАЯ**ДЕНЬ: **СРЕДА**ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: **1-3 ГОДА** (12 ч пребывание детей)

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | пищевые вещества,г | | | Энергетическая ценность, ккал | вит С | № Рецептуры |
|------------|---|-------------|--------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Завтрак | Каша пшеничная на воде | 150 | 6,37 | 4,89 | 38,05 | 226,22 | 0,00 | 181 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50,00 | 0,00 | 701 |
| | Чай с сахаром | 150 | 0,04 | 0,02 | 6,99 | 28,00 | 0,02 | 392 |
| | ИТОГО | 350 | 7,97 | 4,99 | 48,65 | 276,22 | 0,00 | |
| | | | | | | | | |
| 2 завтрак | Напиток из сушенных яблок | 100 | 0,03 | 0,00 | 5,45 | 34,00 | 0,15 | 388 |
| | Банан свежий | 50 | 0,75 | 0,25 | 10,50 | 48,00 | 2,01 | 020 |
| | ИТОГО | 100 | 0,78 | 0,25 | 15,95 | 82,00 | 2,16 | |
| | | | | | | | | |
| Обед | Кукуруза отварная | 30 | 0,60 | 14,50 | 2,50 | 144,00 | 2,00 | 181 |
| | Борщ из свежей капусты с картофелем,мясом птицы | 150/6 | 2,79 | 3,64 | 7,67 | 75,00 | 6,17 | 57/11 |
| | Котлета рубленная из птицы | 50 | 8,03 | 7,23 | 8,32 | 131,00 | 0,40 | 305 |
| | Рис припущеный с маслом | 120/3 | 2,98 | 9,50 | 30,06 | 217,71 | 0,00 | 316/11 |
| | Кисель из сока | 150 | 0,22 | 0,00 | 25,89 | 104,00 | 3,30 | 359/07 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50,00 | 0,00 | 701 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,95 | 0,40 | 13,45 | 65,20 | 0,00 | 702 |
| | ИТОГО | 549 | 18,17 | 35,37 | 98,49 | 786,91 | 11,87 | |
| | | | | | | | | |
| Полдник | Оладьи с повидлом | 120 | 14,10 | 16,03 | 52,15 | 390,80 | 0,73 | 47 |
| | Чай с сахаром и лимоном | 150/11/3 | 0,13 | 0,00 | 12,00 | 48,00 | 1,65 | 377.07 |
| | ИТОГО | 284 | 14,23 | 16,03 | 64,15 | 438,80 | 2,38 | |
| | | | | | | | | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1283 | 41,15 | 56,64 | 227,24 | 1583,93 | 16,41 | |

НЕДЕЛЯ: **ПЕРВАЯ**

ДЕНЬ: **ЧЕТВЕРГ**

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: **1-3 ГОДА** (12 ч пребывание детей)

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | пищевые вещества,г | | | Энергетическая ценность, ккал | вит С | № Рецептуры |
|------------|---|-------------|--------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|--------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Завтрак | Каша жидккая из пшеничной крупы на воде | 150/3 | 5,55 | 5,86 | 28,80 | 190,00 | 0,98 | 182 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50,00 | 0,00 | 701 |
| | Чай с сахаром | 150 | 0,04 | 0,02 | 6,99 | 28,00 | 0,02 | 392 |
| | ИТОГО | 350 | 7,15 | 5,96 | 39,40 | 240,00 | 0,98 | |
| | | | | | | | | |
| 2 завтрак | Пюре фруктовое | 60 | 0,50 | 0,20 | 16,60 | 71,60 | 0,60 | 3/У |
| | Сок фруктовый | 50 | 1,00 | 0,00 | 5,20 | 21,80 | 0,64 | 3/У |
| | ИТОГО | 110 | 1,50 | 0,20 | 21,80 | 93,40 | 1,24 | |
| | | | | | | | | |
| Обед | Свекла отварная | 40 | 0,80 | 0,10 | 4,30 | 21,00 | 1,22 | 21 |
| | Суп лапша с курицей | 150 | 2,98 | 3,53 | 8,74 | 81,00 | 5,00 | 83/11,121/11 |
| | Котлета "Сытная" из говядины | 60 | 8,98 | 8,63 | 0,74 | 116,57 | 0,00 | P282 |
| | Пюре картофельное с маслом | 100 | 2,98 | 9,50 | 30,06 | 217,71 | 0,00 | 321 |
| | Компот из свежемороженных ягод | 150 | 0,15 | 0,06 | 13,06 | 52,00 | 30,00 | 127 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50,00 | 0,00 | 701 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 3,90 | 0,80 | 26,90 | 130,40 | 0,00 | 702 |
| | ИТОГО | 530 | 21,39 | 22,72 | 94,40 | 668,68 | 36,22 | |
| | | | | | | | | |
| Полдник | Котлета "Сытная" из говядины | 60 | 8,98 | 8,63 | 0,74 | 116,57 | 0,00 | P282 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 120 | 6,29 | 4,20 | 36,02 | 210,00 | 0,00 | 171/07 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50,00 | 0,00 | 701 |
| | Компот из изюма | 150 | 0,22 | 0,00 | 25,89 | 104,00 | 3,30 | 376/11 |
| | ИТОГО | 350 | 17,09 | 12,93 | 73,25 | 480,57 | 3,30 | |
| | | | | | | | | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1340 | 47,13 | 41,81 | 228,85 | 1482,65 | 41,74 | |

НЕДЕЛЯ: **ПЕРВАЯ**ДЕНЬ: **ПЯТНИЦА**ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: **1-3 ГОДА** (12 ч пребывание детей)

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | пищевые вещества,г | | | Энергетическая ценность, ккал | вит С | № Рецептуры |
|------------|----------------------------------|-------------|--------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Завтрак | Каша "Дружба" на воде | 150 | 4,50 | 5,25 | 25,13 | 166,00 | 0,43 | 181 |
| | Бутерброд с повидлом | 40/10 | 1,99 | 1,27 | 16,32 | 81,20 | 0,01 | 2 |
| | Чай с сахаром | 150 | 0,04 | 0,02 | 6,99 | 28,00 | 0,02 | 392 |
| | ИТОГО | 350 | 6,53 | 6,54 | 48,44 | 275,20 | 0,46 | |
| | | | | | | | | |
| 2 завтрак | Напиток из кураги | 100 | 0,03 | 0,00 | 5,45 | 34,00 | 0,15 | 388/07 |
| | ИТОГО | 100 | 0,03 | 0,00 | 5,45 | 34,00 | 0,15 | |
| | | | | | | | | |
| Обед | Горошек зеленый консервированный | 40 | 1,12 | 0,92 | 1,84 | 20,12 | 0,00 | 244 |
| | Рассольник | 150 | 1,70 | 3,60 | 11,20 | 86,00 | 10,08 | 15 |
| | Плов из курицы | 165 | 16,75 | 16,41 | 29,45 | 311,03 | 0,83 | 304/11 |
| | Компот из сушенных яблок | 150 | 0,33 | 0,02 | 20,82 | 85,00 | 0,30 | 376/11 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,27 | 14,01 | 69,00 | 0,00 | 701 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 3,90 | 0,80 | 26,90 | 130,40 | 0,00 | 702 |
| | ИТОГО | 575 | 26,08 | 22,02 | 104,22 | 701,55 | 11,21 | |
| | | | | | | | | |
| Полдник | крендель сахарный | 50 | 3,54 | 6,57 | 27,87 | 185,00 | 0,00 | 460 |
| | Чай с сахаром | 150 | 0,04 | 0,02 | 6,99 | 28,00 | 0,02 | 392 |
| | Макаронные изделия отварные | 120 | 4,42 | 3,61 | 21,16 | 134,40 | 0,00 | 317/11 |
| | ИТОГО | 320 | 8,00 | 10,20 | 56,02 | 347,40 | 0,02 | |
| | | | | | | | | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1345 | 40,64 | 38,76 | 214,13 | 1358,15 | 11,84 | |

НЕДЕЛЯ: **ВТОРАЯ**ДЕНЬ: **ПОНЕДЕЛЬНИК**ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: **1-3 ГОДА** (12 ч пребывание детей)

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | пищевые вещества,г | | | Энергетическая ценность, ккал | вит С | № Рецептуры |
|------------|-------------------------------|-------------|--------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|---------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Завтрак | Каша "Геркулес" на воде | 150 | 2,46 | 1,24 | 12,86 | 84,45 | 0,00 | РТ930 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50,00 | 0,00 | 701 |
| | Чай с сахаром | 150 | 0,04 | 0,02 | 6,99 | 28,00 | 0,02 | 392 |
| | ИТОГО | 350 | 4,10 | 1,36 | 30,45 | 162,45 | 0,02 | |
| | | | | | | | | |
| 2 завтрак | Пюре фруктовое | 60 | 0,50 | 0,20 | 16,60 | 71,60 | 0,60 | 3/У |
| | Сок фруктовый | 50 | 1,00 | 0,00 | 5,20 | 21,80 | 0,64 | 3/У |
| | ИТОГО | 110 | 1,50 | 0,20 | 21,80 | 93,40 | 1,24 | |
| | | | | | | | | |
| Обед | Огурцы соленые порционно | 40 | 0,50 | 0,10 | 1,90 | 12,00 | 1,22 | 22 |
| | Борщ с картофелем, птицей | 150/6 | 3,31 | 4,70 | 8,46 | 88,00 | 5,27 | 58 |
| | Котлеты из птицы (запеченные) | 50 | 8,03 | 7,23 | 8,32 | 131,00 | 0,40 | 305/11,350/11 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 120 | 6,29 | 4,20 | 36,02 | 210,00 | 0,00 | 171/07 |
| | Компот из изюма | 150 | 0,22 | 0,00 | 25,89 | 104,00 | 3,30 | 376/11 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50,00 | 0,00 | 701 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 3,90 | 0,80 | 26,90 | 130,40 | 0,00 | 702 |
| | ИТОГО | 556 | 23,85 | 17,13 | 118,09 | 725,40 | 10,19 | |
| | | | | | | | | |
| Полдник | Котлета "Сытная" из говядины | 60 | 8,98 | 8,63 | 0,74 | 116,57 | 0,00 | Р282 |
| | Чай с сахаром и лимоном | 150/11/3 | 0,13 | 0,00 | 12,00 | 48,00 | 1,65 | 377,07 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50,00 | 0,00 | 701 |
| | ИТОГО | 334 | 10,71 | 8,73 | 23,34 | 214,57 | 1,65 | |
| | | | | | | | | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1350 | 40,16 | 27,42 | 193,68 | 1195,82 | 13,10 | |

НЕДЕЛЯ: **ВТОРАЯ**

ДЕНЬ: **ВТОРНИК**

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: **1-3 ГОДА** (12 ч пребывание детей)

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | пищевые вещества,г | | | Энергетическая ценность, ккал | вит С | № Рецептуры |
|------------|---|-------------|--------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Завтрак | Каша кукурузная на воде | 150 | 2,08 | 1,30 | 19,75 | 98,98 | 0,00 | РТ 91 |
| | Бутерброд с повидлом | 40/10 | 1,99 | 1,27 | 16,32 | 81,20 | 0,01 | 2 |
| | Чай с сахаром | 150 | 0,04 | 0,02 | 6,99 | 28,00 | 0,02 | 392 |
| | ИТОГО | 350 | 4,11 | 2,59 | 43,06 | 208,18 | 0,03 | |
| | | | | | | | | |
| 2 завтрак | Напиток из шиповника | 100 | 0,34 | 0,14 | 0,62 | 41,00 | 50,00 | 398/11 |
| | ИТОГО | 100 | 0,34 | 0,14 | 0,62 | 41,00 | 50,00 | |
| | | | | | | | | |
| Обед | Икра кабачковая | 40 | 0,44 | 2,80 | 2,80 | 38,00 | 0,07 | 217 |
| | Суп картофельный с горохом (лущенным) и мясом | 150/6 | 4,99 | 3,21 | 11,30 | 87,00 | 3,49 | 81 |
| | Печень по-строгановски | 70 | 19,89 | 16,85 | 5,28 | 277,50 | 12,68 | 255 |
| | Пюре картофельное с маслом | 100 | 2,98 | 9,50 | 30,06 | 217,71 | 0,00 | 321 |
| | Компот из сушеных яблок | 150 | 0,06 | 0,00 | 16,53 | 66,00 | 0,00 | 376/11 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,27 | 14,01 | 69,00 | 0,00 | 701 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 3,90 | 0,80 | 26,90 | 130,40 | 0,00 | 702 |
| | ИТОГО | 566 | 34,54 | 33,43 | 106,88 | 885,61 | 16,24 | |
| | | | | | | | | |
| Полдник | Макаронные изделия отварные с сыром | 120/7 | 4,73 | 9,52 | 15,49 | 166,52 | 0,20 | 43-2/3 |
| | Компот из изюма | 150 | 0,22 | 0,00 | 25,89 | 104,00 | 3,30 | 376/11 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50,00 | 0,00 | 701 |
| | ИТОГО | 297 | 6,55 | 9,62 | 51,98 | 320,52 | 3,50 | |
| | | | | | | | | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1313 | 45,54 | 45,78 | 202,54 | 1455,31 | 69,77 | |

НЕДЕЛЯ: **ВТОРАЯ**ДЕНЬ: **СРЕДА**ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: **1-3 ГОДА** (12 ч пребывание детей)

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | пищевые вещества,г | | | Энергетическая ценность, ккал | вит С | № Рецептуры |
|------------|--|-------------|--------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Завтрак | Каша ячневая на воде | 150 | 1,80 | 1,23 | 13,77 | 230,00 | 0,00 | РТ990 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50,00 | 0,00 | 701 |
| | Чай с сахаром | 150 | 0,04 | 0,02 | 6,99 | 28,00 | 0,02 | 392 |
| | ИТОГО | 350 | 3,44 | 1,35 | 31,36 | 308,00 | 0,02 | |
| | | | | | | | | |
| 2 завтрак | Пюре фруктовое | 60 | 0,50 | 0,20 | 16,60 | 71,60 | 0,60 | 3/У |
| | Сок фруктовый | 50 | 1,00 | 0,00 | 5,20 | 21,80 | 0,64 | 3/У |
| | ИТОГО | 110 | 1,50 | 0,20 | 21,80 | 93,40 | 1,24 | |
| | | | | | | | | |
| Обед | Горошек зеленый консервированный | 20 | 0,62 | 0,04 | 1,30 | 8,00 | 2,00 | 4 |
| | Рассольник со сметаной | 150 | 1,70 | 3,60 | 11,20 | 86,00 | 10,08 | 15 |
| | Макаронные изделия отварные | 120 | 4,42 | 3,61 | 21,16 | 134,40 | 0,00 | 317/11 |
| | Котлеты, рубленные из кур (запеченные) | 50 | 6,36 | 9,11 | 5,19 | 128,00 | 0,24 | 307/11 |
| | Соус томатный | 20 | 0,19 | 0,73 | 1,33 | 12,68 | 0,00 | 1/11 |
| | Напиток из кураги | 100 | 0,30 | 0,00 | 5,45 | 34,00 | 0,15 | 388/07 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50,00 | 0,00 | 701 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 3,90 | 0,80 | 26,90 | 130,40 | 0,00 | 702 |
| | ИТОГО | 520 | 19,09 | 17,99 | 83,13 | 583,48 | 12,47 | |
| | | | | | | | | |
| Полдник | Каша из рисовой крупы на воде | 150/3 | 4,38 | 5,87 | 21,67 | 157,00 | 0,40 | 182 |
| | Ватрушка с повидлом | 60 | 3,82 | 2,55 | 37,80 | 190,00 | 0,06 | 10.7 |
| | Напиток из чернослива | 150 | 0,80 | 0,40 | 8,90 | 45,32 | 5,60 | 6 |
| | ИТОГО | 353 | 9,00 | 8,82 | 68,37 | 392,32 | 6,06 | |
| | | | | | | | | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1333 | 33,03 | 28,36 | 204,66 | 1377,20 | 19,79 | |

НЕДЕЛЯ: **ВТОРАЯ**ДЕНЬ: **ЧЕТВЕРГ**ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: **1-3 ГОДА** (12 ч пребывание детей)

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | пищевые вещества,г | | | Энергетическая ценность, ккал | вит С | № Рецептуры |
|------------|---|-------------|--------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Завтрак | Каша рисовая на воде | 150 | 1,89 | 4,18 | 17,32 | 172,00 | 0,00 | РТ981 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50,00 | 0,00 | 701 |
| | Чай с сахаром | 150 | 0,04 | 0,02 | 6,99 | 28,00 | 0,02 | 392 |
| | ИТОГО | 350 | 3,53 | 4,30 | 34,91 | 250,00 | 0,02 | |
| | | | | | | | | |
| 2 завтрак | Напиток из изюма | 100 | 0,033 | 0 | 5,45 | 34 | 0,15 | 388/07 |
| | ИТОГО | 100 | 0,03 | 0,00 | 5,45 | 34,00 | 0,15 | |
| | | | | | | | | |
| Обед | Икра морковная | 40 | 0,94 | 1,84 | 4,93 | 40,04 | 2,69 | 14 |
| | Суп картофельный с крупой | 150 | 1,30 | 3,06 | 8,70 | 67,50 | 6,00 | 154/2/18 |
| | Котлета "Сытная" из говядины | 60 | 8,98 | 8,63 | 0,74 | 116,57 | 0,00 | P282 |
| | Рис припущенный с маслом | 120/3 | 2,98 | 9,50 | 30,06 | 217,71 | 0,00 | 316/11 |
| | Кисель из сока | 150 | 0,22 | 0,00 | 25,89 | 104,00 | 3,30 | 359/07 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50,00 | 0,00 | 701 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 3,90 | 0,80 | 26,90 | 130,40 | 0,00 | 702 |
| | ИТОГО | 563 | 19,92 | 23,93 | 107,82 | 726,22 | 11,99 | |
| | | | | | | | | |
| Полдник | Котлета "Сытная" из говядины | 60 | 8,98 | 8,63 | 0,74 | 116,57 | 0,00 | P282 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 120 | 6,29 | 4,20 | 36,02 | 210,00 | 0,00 | 171/07 |
| | Горошек зеленый консервированный (отварной) | 20 | 0,62 | 0,04 | 1,30 | 8,00 | 2,00 | 4 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50,00 | 0,00 | 701 |
| | Чай с сахаром | 150 | 0,04 | 0,02 | 6,99 | 28,00 | 0,02 | 392 |
| | ИТОГО | 370 | 11,24 | 8,79 | 19,63 | 202,57 | 2,02 | |
| | | | | | | | | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1383 | 34,72 | 37,02 | 167,81 | 1212,79 | 14,18 | |

НЕДЕЛЯ: **ВТОРАЯ**ДЕНЬ: **ПЯТНИЦА**ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: **1-3 ГОДА** (12 ч пребывание детей)

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | пищевые вещества,г | | | Энергетическая ценность, ккал | вит С | № Рецептуры |
|------------|--|-------------|--------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Завтрак | Каша гречневая на воде | 150 | 4,73 | 6,46 | 28,13 | 102,40 | 1,30 | 183/07 |
| | Бутерброд с повидлом | 30/10 | 2,99 | 1,96 | 21,60 | 124,40 | 0,01 | 2 |
| | Чай с сахаром | 150 | 0,04 | 0,02 | 6,99 | 28,00 | 0,02 | 392 |
| | ИТОГО | 350 | 7,76 | 8,44 | 56,72 | 254,80 | 1,33 | |
| 2 завтрак | | | | | | | | |
| | Напиток из кураги | 100 | 0,03 | 0,00 | 5,45 | 34,00 | 0,15 | 388/07 |
| | ИТОГО | 100 | 0,03 | 0,00 | 5,45 | 34,00 | 0,15 | |
| | | | | | | | | |
| Обед | Кукуруза отварная | 30 | 0,60 | 14,50 | 2,50 | 144,00 | 2,00 | 181 |
| | Щи из св.капусты с картофелем ,птицей и сметан | 150/6/5 | 2,9 | 3,93 | 5,78 | 70 | 11 | 67/11 |
| | Азу | 150 | 13,05 | 17,25 | 19,95 | 287,25 | 6,65 | 370 |
| | Компот из сушенных яблок | 150 | 0,33 | 0,02 | 20,82 | 85,00 | 0,30 | 376/11 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,60 | 0,10 | 10,60 | 50,00 | 0,00 | 701 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,95 | 0,40 | 13,45 | 65,20 | 0,00 | 702 |
| | ИТОГО | 526 | 20,43 | 36,20 | 73,10 | 701,45 | 19,95 | |
| Полдник | Булочка нежная | 60 | 5,20 | 2,59 | 35,24 | 197,38 | 0,20 | 270 |
| | Чай с сахаром и лимоном | 150/11/3 | 0,13 | 0,00 | 12,00 | 48,00 | 1,65 | 377,07 |
| | ИТОГО | 224 | 5,33 | 2,59 | 47,24 | 245,38 | 1,85 | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1200 | 33,55 | 47,23 | 182,51 | 1235,63 | 23,28 | |

| | | | | | | | |
|------------------|--------|--------|--------|---------|----------|--------|--|
| Всего за 10 дней | 13159 | 412,70 | 391,58 | 2032,62 | 13431,25 | 257,61 | |
| Средняя | 1315,9 | 41,27 | 39,16 | 203,26 | 1343,13 | 25,76 | |

НЕДЕЛЯ: **ПЕРВАЯ**ДЕНЬ: **ПОНЕДЕЛЬНИК**ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: **3-7 ЛЕТ** (12 ч пребывание детей)

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | пищевые вещества,г | | | Энергетическая ценность, ккал | вит С | № Рецептуры |
|------------|-------------------------------|-------------|--------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|---------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Завтрак | Каша ячневая на воде | 200 | 2,00 | 1,26 | 15,08 | 79,64 | 0,00 | PT990 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,40 | 0,30 | 15,90 | 75,00 | 0,00 | 701 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,06 | 0,00 | 9,99 | 40,00 | 0,03 | 392 |
| | ИТОГО | 420 | 4,46 | 1,56 | 40,97 | 194,64 | 0,03 | |
| | | | | | | | | |
| 2 завтрак | Кисель с витаминами "Витошка" | 50 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | 23,75 | 5,25 | 17840891-2016 |
| | Яблоко | 50 | 0,02 | 0,00 | 5,65 | 23,00 | 5,00 | 368 |
| | ИТОГО | 100 | 0,02 | 0,00 | 11,65 | 46,75 | 10,25 | |
| | | | | | | | | |
| Обед | Икра кабачковая | 60 | 1,14 | 5,34 | 4,62 | 71,40 | 4,20 | 217 |
| | Суп харчо | 200/10 | 3,98 | 4,95 | 17,04 | 122,27 | 7,20 | 101 |
| | Биточки из птицы | 70 | 10,30 | 10,80 | 6,94 | 166,00 | 0,50 | 306 |
| | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,52 | 4,52 | 26,45 | 168,00 | 0,00 | 317/11 |
| | Компот из изюма | 180 | 0,40 | 0,02 | 24,98 | 102,00 | 0,36 | 376/11 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,40 | 0,30 | 15,90 | 75,00 | 0,00 | 701 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 4,83 | 1,00 | 33,67 | 163,00 | 0,00 | 702 |
| | ИТОГО | 750 | 28,57 | 26,93 | 129,60 | 867,67 | 12,26 | |
| | | | | | | | | |
| Полдник | Котлета "Сытная" из говядины | 80 | 11,55 | 10,82 | 0,98 | 147,48 | 0,00 | P282 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,55 | 7,58 | 38,18 | 255,08 | 0,00 | 67 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,40 | 0,15 | 15,90 | 75,00 | 0,00 | 701 |
| | Компот из сухофруктов | 180 | 0,40 | 0,02 | 24,98 | 102,00 | 0,36 | 376 |
| | ИТОГО | 380 | 22,90 | 18,57 | 80,04 | 579,56 | 0,36 | |
| | | | | | | | | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1650 | 55,95 | 47,06 | 262,26 | 1688,62 | 22,90 | |

НЕДЕЛЯ: **ПЕРВАЯ**ДЕНЬ: **ВТОРНИК**ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: **3-7 ЛЕТ** (12 ч пребывание детей)

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | пищевые вещества,г | | | Энергетическая ценность, ккал | вит С | № |
|------------|--|-------------|--------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|---------------|
| | | | Б | Ж | У | | | Рецептуры |
| Завтрак | Каша манная на воде | 200 | 4,66 | 5,60 | 18,82 | 90,05 | 1,26 | 4а |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,40 | 0,30 | 15,90 | 75,00 | 0,00 | 701 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,06 | 0,00 | 9,99 | 40,00 | 0,03 | 392 |
| | ИТОГО | 415 | 7,12 | 5,90 | 44,71 | 205,05 | 1,29 | |
| | | | | | | | | |
| 2 завтрак | Напиток с витаминами | 100 | 0,00 | 0,00 | 19,00 | 120,00 | 20,00 | 17840891-2016 |
| | ИТОГО | 100 | 0,00 | 0,00 | 19,00 | 120,00 | 20,00 | |
| | | | | | | | | |
| Обед | Икра баклажанная | 50 | 0,72 | 2,83 | 4,63 | 46,80 | 5,76 | 93 |
| | Суп картофельный с горохом (лущеным) и мясом | 200/6 | 6,58 | 4,23 | 14,92 | 123,00 | 4,56 | 81 |
| | Суфле из печени | 70 | 16,39 | 6,24 | 6,38 | 148,04 | 25,68 | 35/8 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,55 | 7,58 | 38,18 | 255,08 | 0,00 | 67 |
| | Компот из сушенных яблок | 200 | 0,44 | 0,02 | 27,76 | 113,00 | 0,40 | 376/11 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,40 | 0,15 | 15,90 | 75,00 | 0,00 | 701 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 4,83 | 1,00 | 33,67 | 163,00 | 0,00 | 702 |
| | ИТОГО | 756 | 39,91 | 22,05 | 141,44 | 923,92 | 36,40 | |
| | | | | | | | | |
| Полдник | Котлета "Сытная" из говядины | 80 | 11,55 | 10,82 | 0,98 | 147,48 | 0,00 | P282 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,40 | 0,15 | 15,90 | 75,00 | 0,00 | 701 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,06 | 0,00 | 9,99 | 40,00 | 0,03 | 392 |
| | ИТОГО | 371 | 14,01 | 10,97 | 26,87 | 262,48 | 0,03 | |
| | | | | | | | | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1642 | 61,04 | 38,92 | 232,02 | 1511,45 | 57,72 | |

НЕДЕЛЯ: **ПЕРВАЯ**ДЕНЬ: **СРЕДА**ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: **3-7 ЛЕТ** (12 ч пребывание детей)

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | вит С | № Рецептуры |
|------------|--|----------------|---------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|----------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Завтрак | Каша пшеничная на воде | 200 | 6,81 | 7,86 | 35,52 | 180,00 | 0,00 | 182а |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,40 | 0,30 | 15,90 | 75,00 | 0,00 | 701 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,06 | 0,00 | 9,99 | 40,00 | 0,03 | 392 |
| | ИТОГО | 415 | 9,27 | 8,16 | 61,41 | 295,00 | 0,03 | |
| | | | | | | | | |
| 2 завтрак | Напиток из сушенных яблок | 100 | 0,03 | 0,00 | 5,45 | 34,00 | 0,15 | 388 |
| | Банан | 100 | 1,25 | 0,50 | 21,00 | 96,00 | 4,00 | 020 |
| | ИТОГО | 100 | 1,28 | 0,50 | 26,45 | 130,00 | 4,15 | |
| | | | | | | | | |
| Обед | Кукуруза отварная | 50 | 1,20 | 29,00 | 5,00 | 288,00 | 4,00 | 181 |
| | Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом птицы | 200/6 | 3,91 | 4,85 | 11,22 | 104,00 | 8,23 | 57/11 |
| | Котлета рубленная из птицы | 70 | 10,80 | 9,92 | 11,03 | 177,00 | 0,59 | 305 |
| | Рис припущеный с маслом | 150/3 | 3,12 | 11,75 | 30,70 | 239,00 | 0,00 | 316/11 |
| | Кисель из сока | 180 | 0,26 | 0,00 | 31,07 | 125,00 | 3,96 | 359/07 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,40 | 0,15 | 15,90 | 75,00 | 0,00 | 701 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,90 | 0,60 | 20,20 | 97,80 | 0,00 | 702 |
| | ИТОГО | 719 | 24,59 | 56,27 | 125,12 | 1105,80 | 16,78 | |
| | | | | | | | | |
| Полдник | Оладьи с повидлом | 150 | 17,60 | 20,00 | 65,18 | 488,50 | 0,90 | 47 |
| | Чай с сахаром и лимоном | 150/11/3 | 0,13 | 0,00 | 12,00 | 48,00 | 1,65 | 377,07 |
| | Яйцо отварное | 40 | 5,10 | 4,60 | 0,30 | 63,00 | 0,00 | 3 |
| | ИТОГО | 415 | 22,83 | 24,60 | 77,48 | 599,50 | 2,55 | |
| | | | | | | | | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1649,00 | 57,97 | 89,53 | 290,46 | 2130,30 | 23,51 | |

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯДЕНЬ: ЧЕТВЕРГВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 3-7 ЛЕТ (12 ч пребывание детей)

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | пищевые вещества,г | | | Энергетическая ценность, ккал | вит С | № Рецептуры |
|------------|--------------------------------|-------------|--------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|---------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Завтрак | Каша пшенная на воде | 200 | 3,34 | 1,96 | 21,28 | 115,38 | 0,00 | 96 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,40 | 0,30 | 15,90 | 75,00 | 0,00 | 701 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,06 | 0,00 | 9,99 | 40,00 | 0,03 | 392 |
| | ИТОГО | 416 | 5,80 | 2,26 | 47,17 | 230,38 | 0,03 | |
| | | | | | | | | |
| 2 завтрак | Напиток с витаминами | 50 | 0,00 | 0,00 | 9,50 | 40,00 | 10,00 | 17840891-2016 |
| | Плоды свежие (яблоко) | 60 | 0,24 | 0,24 | 6,78 | 30,24 | 6,00 | 4 |
| | ИТОГО | 110 | 0,24 | 0,24 | 16,28 | 70,24 | 16,00 | |
| | | | | | | | | |
| Обед | Свекла отварная | 50 | 1,33 | 0,16 | 7,16 | 35,00 | 2,00 | 21 |
| | Суп лапша с курицей | 200 | 3,97 | 4,71 | 11,65 | 105,00 | 6,67 | 83/11,121/11 |
| | Котлета "Сытная" из говядины | 80 | 11,55 | 10,82 | 0,98 | 147,48 | 0,00 | P282 |
| | Пюре картофельное с маслом | 150/5 | 3,12 | 11,75 | 30,70 | 239,00 | 0,00 | 321 |
| | Компот из свежемороженных ягод | 180 | 0,02 | 0,07 | 15,67 | 62,00 | 30,00 | 127 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,40 | 0,15 | 15,90 | 75,00 | 0,00 | 701 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 4,83 | 1,00 | 33,67 | 163,00 | 0,00 | 702 |
| | ИТОГО | 735 | 27,22 | 28,66 | 115,73 | 826,48 | 38,67 | |
| | | | | | | | | |
| Полдник | Котлета "Сытная" из говядины | 80 | 11,55 | 10,82 | 0,98 | 147,48 | 0,00 | P282 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,55 | 7,58 | 38,18 | 255,08 | 0,00 | 67 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,60 | 0,20 | 10,60 | 50,00 | 0,00 | 701 |
| | Компот из изюма | 180 | 0,40 | 0,02 | 24,98 | 102,00 | 0,36 | 376/11 |
| | ИТОГО | 355 | 13,55 | 11,04 | 36,56 | 554,56 | 0,36 | |
| | | | | | | | | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1616 | 46,81 | 42,20 | 215,74 | 1681,66 | 55,06 | |

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 3-7 ЛЕТ (12 ч пребывание детей)

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | пищевые вещества,г | | | Энергетическая ценность, ккал | вит С | № Рецептуры |
|------------|----------------------------------|-------------|--------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Завтрак | Каша "Дружба" на воде | 200 | 1,99 | 1,45 | 17,53 | 281,00 | 0,00 | РТ840 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,40 | 0,30 | 15,90 | 75,00 | 0,00 | 701 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,06 | 0,00 | 9,99 | 40,00 | 0,03 | 392 |
| | ИТОГО | 420 | 4,45 | 1,75 | 43,42 | 396,00 | 0,03 | |
| | | | | | | | | |
| 2 завтрак | Напиток из кураги | 100 | 0,03 | 0,00 | 5,45 | 34,00 | 0,15 | 388/07 |
| | ИТОГО | 100 | 0,03 | 0,00 | 5,45 | 34,00 | 0,15 | |
| | | | | | | | | |
| Обед | Горошек зеленый консервированный | 40 | 1,12 | 0,92 | 1,84 | 20,12 | 0,00 | 4 |
| | Рассольник | 200 | 2,20 | 3,80 | 14,50 | 102,00 | 13,50 | 15 |
| | Плов из курицы | 200 | 20,30 | 19,89 | 35,69 | 377,00 | 1,01 | 304/11 |
| | Компот из сушенных яблок | 180 | 0,44 | 0,02 | 27,76 | 113,00 | 0,40 | 376/11 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,40 | 0,15 | 15,90 | 75,00 | 0,00 | 701 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 4,83 | 1,00 | 33,67 | 163,00 | 0,00 | 702 |
| | ИТОГО | 700 | 31,29 | 25,78 | 129,36 | 850,12 | 14,91 | |
| | | | | | | | | |
| Полдник | Крендель сахарный | 50 | 3,54 | 6,57 | 27,87 | 185,00 | 0,00 | 460 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,05 | 0,02 | 8,39 | 34,00 | 0,02 | 392 |
| | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,52 | 4,52 | 26,45 | 168,00 | 0,00 | 317/11 |
| | ИТОГО | 380 | 9,14 | 11,11 | 68,16 | 421,00 | 0,17 | |
| | | | | | | | | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1600 | 44,91 | 38,64 | 246,39 | 1701,12 | 15,26 | |

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 3-7 ЛЕТ (12 ч пребывание детей)

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | пищевые вещества,г | | | Энергетическая ценность, ккал | вит С | № Рецептуры |
|------------|-------------------------------|-------------|--------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|---------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Завтрак | Каша "Геркулес" на воде | 200 | 3,08 | 1,55 | 15,95 | 91,11 | 0,00 | РГ930 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,40 | 0,30 | 15,90 | 75,00 | 0,00 | 701 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,06 | 0,00 | 9,99 | 40,00 | 0,03 | 392 |
| | ИТОГО | 415 | 5,54 | 1,85 | 41,84 | 206,11 | 0,03 | |
| | | | | | | | | |
| 2 завтрак | Яблоко | 50 | 0,02 | 0,00 | 5,65 | 23,00 | 5,00 | 368 |
| | Кисель с витаминами "Витошка" | 50 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | 23,75 | 5,25 | 17840891-2016 |
| | ИТОГО | 100 | 0,02 | 0,00 | 11,65 | 46,75 | 10,25 | |
| | | | | | | | | |
| Обед | Огурцы соленые порционно | 60 | 0,70 | 0,10 | 2,28 | 13,00 | 2,00 | 22 |
| | Борщ с картофелем, птицей | 200/6 | 4,33 | 6,12 | 11,28 | 117,00 | 7,03 | 58 |
| | Котлеты из птицы (запеченные) | 70 | 10,80 | 9,92 | 11,03 | 177,00 | 0,59 | 305/11,350/11 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 7,86 | 3,50 | 5,30 | 244,50 | 0,00 | 171/07 |
| | Компот из изюма | 180 | 0,40 | 0,02 | 24,98 | 102,00 | 0,36 | 376/11 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,40 | 0,15 | 15,90 | 75,00 | 0,00 | 701 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 4,83 | 1,00 | 33,67 | 163,00 | 0,00 | 20 |
| | ИТОГО | 736 | 31,32 | 20,81 | 104,44 | 891,50 | 9,98 | |
| | | | | | | | | |
| Полдник | Котлета "Сытная" из говядины | 80 | 11,55 | 10,82 | 0,98 | 147,48 | 0,00 | Р282 |
| | Чай с сахаром и лимоном | 180/14/5 | 0,16 | 0,00 | 14,40 | 57,00 | 1,98 | 377/07 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,60 | 0,20 | 10,60 | 50,00 | 0,00 | 701 |
| | ИТОГО | 369 | 13,31 | 11,02 | 25,98 | 254,48 | 1,98 | |
| | | | | | | | | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1620 | 50,19 | 33,68 | 183,91 | 1398,84 | 22,24 | |

НЕДЕЛЯ: **ВТОРАЯ**

ДЕНЬ: **ВТОРНИК**

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: **3-7 ЛЕТ** (12 ч пребывание детей)

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | пищевые вещества,г | | | Энергетическая ценность, ккал | вит С | № Рецептуры |
|------------|---|-------------|--------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|---------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Завтрак | Каша кукурузная на воде | 200 | 2,49 | 1,36 | 23,30 | 115,38 | 0,00 | PT91 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,40 | 0,30 | 15,90 | 75,00 | 0,00 | 701 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,06 | 0,00 | 9,99 | 40,00 | 0,03 | 392 |
| | ИТОГО | 420 | 4,95 | 1,66 | 49,19 | 230,38 | 0,03 | |
| | | | | | | | | |
| 2 завтрак | Напиток с витаминами | 100 | 0,00 | 0,00 | 19,00 | 120,00 | 20,00 | 17840891-2016 |
| | ИТОГО | 100 | 0,00 | 0,00 | 19,00 | 120,00 | 20,00 | |
| | | | | | | | | |
| Обед | Овощи свежие (огурец) | 50 | 0,34 | 0,00 | 0,90 | 5,00 | 3,50 | 71/05 |
| | Суп картофельный с горохом (лущенным) и мясом | 200/6 | 6,58 | 4,23 | 14,92 | 123,00 | 4,56 | 81 |
| | Печень по-строгановски | 70 | 19,89 | 16,85 | 5,28 | 277,50 | 12,68 | 255 |
| | Пюре картофельное с маслом | 150/5 | 3,12 | 11,75 | 30,70 | 239,00 | 0,00 | 321 |
| | Компот из сушених яблок | 180 | 0,44 | 0,02 | 27,76 | 113,00 | 0,40 | 376/11 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,40 | 0,15 | 15,90 | 75,00 | 0,00 | 701 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 4,83 | 1,00 | 33,67 | 163,00 | 0,00 | 702 |
| | ИТОГО | 741 | 37,60 | 34,00 | 129,13 | 995,50 | 21,14 | |
| | | | | | | | | |
| Полдник | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,52 | 4,52 | 26,45 | 168,00 | 0,00 | 317/11 |
| | Компот из изюма | 180 | 0,40 | 0,02 | 24,98 | 102,00 | 0,36 | 376/11 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,60 | 0,20 | 10,60 | 50,00 | 0,00 | 701 |
| | ИТОГО | 359 | 7,52 | 4,74 | 62,03 | 320,00 | 0,36 | |
| | | | | | | | | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1520 | 50,07 | 40,40 | 259,35 | 1665,88 | 41,53 | |

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

ДЕНЬ: СРЕДА

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 3-7 ЛЕТ (12 ч пребывание детей)

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | пищевые вещества,г | | | Энергетическая ценность, ккал | вит С | № Рецептуры |
|------------|--|-------------|--------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Завтрак | Каша ячневая на воде | 200 | 2,00 | 1,26 | 15,08 | 281,00 | 0,00 | РТ990 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,40 | 0,30 | 15,90 | 75,00 | 0,00 | 701 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,06 | 0,00 | 9,99 | 40,00 | 0,03 | 392 |
| | ИТОГО | 410 | 4,46 | 1,56 | 40,97 | 396,00 | 0,03 | |
| | | | | | | | | |
| 2 завтрак | Напиток из сушеных яблок | 100 | 0,03 | 0,00 | 5,45 | 34,00 | 0,15 | 388 |
| | Банан | 100 | 1,25 | 0,50 | 21,00 | 96,00 | 4,00 | 020 |
| | ИТОГО | 100 | 1,28 | 0,50 | 26,45 | 130,00 | 4,15 | |
| | | | | | | | | |
| Обед | Горошек зеленый консервированный | 40 | 1,12 | 0,92 | 1,84 | 20,12 | 0,00 | 4 |
| | Рассольник | 200 | 2,20 | 3,80 | 14,50 | 102,00 | 13,50 | 15 |
| | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,52 | 4,52 | 26,45 | 168,00 | 0,00 | 317/11 |
| | Котлеты, рубленные из кур (запеченные) | 70 | 8,49 | 12,18 | 6,90 | 172,00 | 0,26 | 307/11 |
| | Соус томатный | 30 | 0,98 | 1,43 | 1,75 | 23,77 | 0,20 | 1/11 |
| | Напиток из кураги | 150 | 0,05 | 0,00 | 8,18 | 122,00 | 0,23 | 388/07 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,40 | 0,15 | 15,90 | 75,00 | 0,00 | 701 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 4,83 | 1,00 | 33,67 | 163,00 | 0,00 | 702 |
| | ИТОГО | 720 | 25,59 | 24,00 | 109,19 | 845,89 | 14,19 | |
| | | | | | | | | |
| Полдник | Каша из рисовой крупы на воде | 200/5 | 5,84 | 7,76 | 28,67 | 208,00 | 0,53 | 182 |
| | Ватрушка с повидлом | 60 | 3,82 | 2,55 | 37,80 | 190,00 | 0,06 | 10.7 |
| | Напиток из чернослива | 180 | 0,90 | 0,50 | 9,30 | 37,77 | 6,50 | 6 |
| | ИТОГО | 435 | 10,56 | 10,81 | 75,77 | 435,77 | 7,09 | |
| | | | | | | | | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1665 | 41,89 | 36,87 | 252,38 | 1807,66 | 25,46 | |

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 3-7 ЛЕТ (12 ч пребывание детей)

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | вит С | № Рецептуры |
|------------|---|-------------|---------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Завтрак | Каша пшеничная на воде | 200 | 3,34 | 1,96 | 21,28 | 115,38 | 0,00 | 96 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,40 | 0,30 | 15,90 | 75,00 | 0,00 | 701 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,06 | 0,00 | 9,99 | 40,00 | 0,03 | 392 |
| | ИТОГО | 415 | 5,80 | 2,26 | 47,17 | 230,38 | 0,03 | |
| | | | | | | | | |
| 2 завтрак | Напиток из изюма | 100 | 0,033 | 0 | 5,45 | 34 | 0,15 | 388/07 |
| | ИТОГО | 100 | 0,03 | 0,00 | 5,45 | 34,00 | 0,15 | |
| | | | | | | | | |
| Обед | Икра морковная | 60 | 1,41 | 2,76 | 7,40 | 60,06 | 4,03 | 14 |
| | Суп картофельный с крупой | 200 | 1,70 | 4,08 | 11,60 | 90,00 | 8,00 | 154/2/18 |
| | Котлета "Сытная" из говядины | 80 | 11,55 | 10,82 | 0,98 | 147,48 | 0,00 | P282 |
| | Рис припущеный с маслом | 150/3 | 3,12 | 11,75 | 30,70 | 239,00 | 0,00 | 316/11 |
| | Кисель из сока | 180 | 0,26 | 0,00 | 31,07 | 125,00 | 3,96 | 359/07 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,40 | 0,15 | 15,90 | 75,00 | 0,00 | 701 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 4,83 | 1,00 | 33,67 | 163,00 | 0,00 | 702 |
| | ИТОГО | 773 | 25,27 | 30,56 | 131,32 | 899,54 | 15,99 | |
| | | | | | | | | |
| Полдник | Котлета "Сытная" из говядины | 80 | 11,55 | 10,82 | 0,98 | 147,48 | 0,00 | P282 |
| | Горошек зеленый консервированный (отварной) | 30 | 0,93 | 0,06 | 1,95 | 12,00 | 3,00 | 4 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,55 | 7,58 | 38,18 | 255,08 | 0,00 | 67 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,40 | 0,15 | 15,90 | 75,00 | 0,00 | 701 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,05 | 0,02 | 8,39 | 34,00 | 0,02 | 392 |
| | ИТОГО | 395 | 23,48 | 18,63 | 65,40 | 523,56 | 3,02 | |
| | | | | | | | | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1683 | 54,58 | 51,45 | 249,34 | 1687,48 | 19,19 | |

НЕДЕЛЯ: **ВТОРАЯ**

ДЕНЬ: **ПЯТНИЦА**

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: **3-7 ЛЕТ** (12 ч пребывание детей)

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | пищевые вещества,г | | | Энергетическая ценность, ккал | вит С | № Рецептуры |
|-----------------------|---------------------------------------|-------------|--------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|---------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| Завтрак | Каша гречневая на воде | 200 | 6,33 | 8,65 | 37,60 | 116,07 | 1,74 | 183/07 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,40 | 0,30 | 15,90 | 75,00 | 0,00 | 701 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,06 | 0,00 | 9,99 | 40,00 | 0,03 | 392 |
| | ИТОГО | 416 | 8,79 | 8,95 | 63,49 | 231,07 | 1,77 | |
| | | | | | | | | |
| 2 завтрак | Кисель с витаминами "Витошка" | 50 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | 23,75 | 5,25 | 17840891-2016 |
| | Яблоко | 50 | 0,02 | 0,00 | 5,65 | 23,00 | 5,00 | 368 |
| | ИТОГО | 110 | 0,02 | 0,00 | 11,65 | 46,75 | 10,25 | |
| | | | | | | | | |
| Обед | Кукуруза отварная | 50 | 1,20 | 29,00 | 5,00 | 288,00 | 4,00 | 181 |
| | Щи из св.капусты с картофелем, птицей | 200/6/5 | 3,86 | 5,24 | 7,71 | 93 | 14,75 | 67/11 |
| | Азу | 200 | 17,40 | 23,00 | 26,60 | 383,00 | 8,86 | 370 |
| | Компот из сушенных яблок | 180 | 0,44 | 0,02 | 27,76 | 113,00 | 0,40 | 376/11 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,40 | 0,30 | 15,90 | 75,00 | 0,00 | 701 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,90 | 0,60 | 20,20 | 97,80 | 0,00 | 702 |
| | ИТОГО | 696 | 28,20 | 58,16 | 103,17 | 1049,80 | 28,01 | |
| | | | | | | | | |
| Полдник | Булочка нежная | 70 | 5,95 | 2,82 | 40,57 | 212,98 | 0,33 | 270 |
| | Чай с сахаром и лимоном | 150/11/3 | 0,13 | 0,00 | 12,00 | 48,00 | 1,65 | 377,07 |
| | ИТОГО | 234 | 6,08 | 2,82 | 52,57 | 260,98 | 1,98 | |
| | | | | | | | | |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | 1456 | 43,09 | 69,93 | 230,88 | 1588,60 | 42,01 | |

| | | | | | | | |
|-------------------------|---------------|---------------|---------------|----------------|-----------------|---------------|--|
| ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ | 16101 | 506,50 | 488,68 | 2422,73 | 16861,61 | 324,87 | |
| СРЕДНЯЯ | 1610,1 | 50,65 | 48,87 | 242,27 | 1686,16 | 32,49 | |