
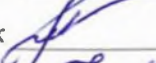





Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Центр развития ребенка - детский сад №58»

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 жидкая молочная из ячневой крупы с маслом	150/3	5,10	4,86	30,00	184,00	0,10	181
	Бутерброд с сыром и маслом сливочным	20/5/4	2,93	5,1	10,43	98,00	0,14	3
	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	9,00	34,20	0,02	392
	<b>ИТОГО</b>	<b>359</b>	<b>5,15</b>	<b>4,88</b>	<b>39,00</b>	<b>316,20</b>	<b>0,12</b>	
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	0,04	3/У
	<b>ИТОГО</b>	<b>110</b>	<b>1,50</b>	<b>0,20</b>	<b>21,80</b>	<b>93,40</b>	<b>0,64</b>	
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
	Соус молочный	15	0,31	0,79	1,06	13,00	0,05	350
	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
	<b>ИТОГО</b>	<b>583</b>	<b>22,23</b>	<b>20,72</b>	<b>110,21</b>	<b>709,68</b>	<b>10,79</b>	
Полдник	Запеканка из творога с молоком сгущенным	130/20	24,91	18,38	40,27	225,75	0,23	237/11
	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
	<b>ИТОГО</b>	<b>320</b>	<b>26,66</b>	<b>18,48</b>	<b>71,72</b>	<b>359,75</b>	<b>0,30</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1372</b>	<b>55,54</b>	<b>44,28</b>	<b>242,73</b>	<b>1479,03</b>	<b>11,86</b>	

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

ДЕНЬ: ВТОРНИК

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества,г			Энергетическая ценность, ккал	вит С	№ Рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом	150/3	4,50	5,25	25,13	166,00	0,43	181
	Бутерброд с маслом сливочным	20/5	1,61	4,10	10,43	80,00	0,14	1
	Кофейный напиток с молоком	180	3,60	2,00	12,60	84,60	1,08	395
	<b>ИТОГО</b>	<b>358</b>	<b>9,71</b>	<b>11,35</b>	<b>48,16</b>	<b>330,60</b>	<b>1,65</b>	
2 завтрак	Напиток из изюма	100	0,033	0	5,45	34	0,15	388/07
	<b>ИТОГО</b>	<b>100</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>5,45</b>	<b>34,00</b>	<b>0,15</b>	
Обед	Икра баклажанная	30	0,54	2,12	3,47	35,1	4,32	126
	Суп картофельный с горохом (лученым) 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
	Соус молочный	15	0,31	0,79	1,06	13,00	0,05	350
	Каша гречневая рассыпчатая	120	6,29	4,20	36,02	210,00	0,00	171/07
	Компот из сушеных 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
	<b>ИТОГО</b>	<b>591</b>	<b>34,35</b>	<b>17,48</b>	<b>116,55</b>	<b>758,54</b>	<b>33,84</b>	
Полдник	Омлет натуральный с маслом	130/5	12,69	22,71	3,14	199,75	0,25	215/11
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,10	10,60	50,00	0,00	701
	Снежок	150	3,50	3,05	4,90	71,55	0,00	386
	<b>ИТОГО</b>	<b>309</b>	<b>17,79</b>	<b>25,86</b>	<b>18,64</b>	<b>321,30</b>	<b>0,25</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1358</b>	<b>61,88</b>	<b>54,69</b>	<b>188,80</b>	<b>1444,44</b>	<b>35,89</b>	

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

ДЕНЬ: СРЕДА

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества,г			Энергетическая ценность, ккал	вит С	№ Рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы с маслом	150/3	5,55	5,86	28,80	190,00	0,98	182
	Бутерброд с маслом сливочным	20/5	1,61	4,10	10,43	80,00	0,14	1
	Какао с молоком	180	3,60	3,60	16,20	106,20	0,18	416
	<b>ИТОГО</b>	<b>358</b>	<b>10,76</b>	<b>13,56</b>	<b>55,43</b>	<b>376,20</b>	<b>1,30</b>	
2 завтрак	Напиток из сушеных 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
	<b>ИТОГО</b>	<b>100</b>	<b>0,78</b>	<b>0,25</b>	<b>15,95</b>	<b>82,00</b>	<b>2,16</b>	
Обед	Кукуруза отварная	30	0,60	14,50	2,50	144,00	2,00	181
	Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом птицы и сметаной	150/6/5	2,79	3,64	7,67	75,00	6,17	57/11
	Котлета рубленая из птицы	50	8,03	7,23	8,32	131,00	0,40	305
	Соус сметанный	30	0,36	2,19	1,29	26,40	0,00	6/11
	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	20	1,95	0,40	13,45	65,20	0,00	702
	<b>ИТОГО</b>	<b>584</b>	<b>18,53</b>	<b>37,56</b>	<b>99,78</b>	<b>813,31</b>	<b>11,87</b>	
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
	<b>ИТОГО</b>	<b>284</b>	<b>14,23</b>	<b>16,03</b>	<b>64,15</b>	<b>438,80</b>	<b>2,38</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1326</b>	<b>44,30</b>	<b>67,40</b>	<b>235,31</b>	<b>1710,31</b>	<b>17,71</b>	

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 жидкая молочная из пшенной крупы с маслом	150/3	5,55	5,86	28,80	190,00	0,98	182
	Бутерброд с сыром	20/4	2,93	1,20	10,43	65,00	0,14	3
	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	9,00	34,20	0,02	392
	<b>ИТОГО</b>	<b>358</b>	<b>8,53</b>	<b>7,08</b>	<b>48,23</b>	<b>289,20</b>	<b>1,14</b>	
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	0,04	3/У
	<b>ИТОГО</b>	<b>110</b>	<b>1,50</b>	<b>0,20</b>	<b>21,80</b>	<b>93,40</b>	<b>0,64</b>	
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
	<b>ИТОГО</b>	<b>545</b>	<b>21,39</b>	<b>22,72</b>	<b>94,40</b>	<b>668,68</b>	<b>36,22</b>	
Полдник	Ленивые вареники с маслом	130/5	15,33	11,31	24,78	262,00	0,14	230
	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
	<b>ИТОГО</b>	<b>305</b>	<b>17,15</b>	<b>11,41</b>	<b>61,27</b>	<b>416,00</b>	<b>3,44</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1318</b>	<b>48,57</b>	<b>41,41</b>	<b>225,70</b>	<b>1467,28</b>	<b>41,44</b>	

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества,г			Энергетическая ценность, ккал	вит С	№ Рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша вязкая молочная "Дружба"	150	4,50	5,25	25,13	166,00	0,43	181
	Бутерброд с повидлом	20/6	1,99	1,27	16,32	81,20	0,01	2
	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	9,00	34,20	0,02	392
	<b>ИТОГО</b>	<b>356</b>	<b>6,54</b>	<b>6,54</b>	<b>50,45</b>	<b>281,40</b>	<b>0,46</b>	
2 завтрак	Напиток из кураги	100	0,03	0,00	5,45	34,00	0,15	388/07
	<b>ИТОГО</b>	<b>100</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>5,45</b>	<b>34,00</b>	<b>0,15</b>	
Обед	Горошек зеленый консервированный	40	1,12	0,92	1,84	20,12	0,00	244
	Рассольник со сметаной	150/6	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 сушеных 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
	<b>ИТОГО</b>	<b>581</b>	<b>26,08</b>	<b>22,02</b>	<b>104,22</b>	<b>701,55</b>	<b>11,21</b>	
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
	Суп молочный с вермишелью, маслом сливочным	100	2,00	1,48	12,13	66,82	0,57	120
	<b>ИТОГО</b>	<b>300</b>	<b>5,58</b>	<b>8,07</b>	<b>46,99</b>	<b>279,82</b>	<b>0,59</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1337</b>	<b>38,23</b>	<b>36,62</b>	<b>207,11</b>	<b>1296,77</b>	<b>12,41</b>	

НЕДЕЛЯ: **ВТОРАЯ**

ДЕНЬ: **ПОНЕДЕЛЬНИК**

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества,г			Энергетическая ценность, ккал	вит С	№ Рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша жидкая молочная из овсянных хлопьев "Геркулес"с маслом	150/3	5,40	6,90	28,40	196,00	0,10	182
	Бутерброд с маслом сливочным	20/5	1,61	4,10	10,43	80,00	0,14	1
	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	9,00	34,20	0,02	392
	<b>ИТОГО</b>	<b>358</b>	<b>7,06</b>	<b>11,02</b>	<b>47,83</b>	<b>310,20</b>	<b>0,26</b>	
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	0,04	3/У
	<b>ИТОГО</b>	<b>110</b>	<b>1,50</b>	<b>0,20</b>	<b>21,80</b>	<b>93,40</b>	<b>0,64</b>	
Обед	Огурцы соленые порционно	40	0,50	0,10	1,90	12,00	1,22	22
	Борщ с картофелем, птицей и сметаной	150/6/5	3,31	4,70	8,46	88,00	5,27	58
	Котлеты из птицы (запеченные) с соусом молочным	50/15	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
	<b>ИТОГО</b>	<b>576</b>	<b>23,85</b>	<b>17,13</b>	<b>118,09</b>	<b>725,40</b>	<b>10,19</b>	
Полдник	Пудинг из творога с яблоками со сгущенным молоком	130/20	20,42	16,01	21,94	313,13	1,99	240/11
	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
	<b>ИТОГО</b>	<b>334</b>	<b>22,15</b>	<b>16,11</b>	<b>44,54</b>	<b>411,13</b>	<b>3,64</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1378</b>	<b>54,56</b>	<b>44,46</b>	<b>232,26</b>	<b>1540,13</b>	<b>14,73</b>	

НЕДЕЛЯ: **ВТОРАЯ**

ДЕНЬ: **ВТОРНИК**

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества,г			Энергетическая ценность, ккал	вит С	№ Рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша жидкая молочная из кукурузной крупы с маслом	150/3	5,30	5,78	29,50	191,00	0,40	182
	Бутерброд с повидлом	20/6	1,99	1,27	16,32	81,20	0,01	2
	Кофейный напиток с молоком	180	3,60	2,00	12,60	84,60	1,08	395
	<b>ИТОГО</b>	<b>359</b>	<b>10,89</b>	<b>9,05</b>	<b>58,42</b>	<b>356,80</b>	<b>1,49</b>	
2 завтрак	Напиток из шиповника	100	0,34	0,14	0,62	41,00	50,00	398/11
	<b>ИТОГО</b>	<b>100</b>	<b>0,34</b>	<b>0,14</b>	<b>0,62</b>	<b>41,00</b>	<b>50,00</b>	
Обед	Икра кабачковая	40	0,44	2,80	2,80	38,00	0,07	217
	Суп картофельный с горохом (лущеным) 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
	<b>ИТОГО</b>	<b>566</b>	<b>34,54</b>	<b>33,43</b>	<b>106,88</b>	<b>885,61</b>	<b>16,24</b>	
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
	<b>ИТОГО</b>	<b>297</b>	<b>6,55</b>	<b>9,62</b>	<b>51,98</b>	<b>320,52</b>	<b>3,50</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1322</b>	<b>52,32</b>	<b>52,24</b>	<b>217,90</b>	<b>1603,93</b>	<b>71,23</b>	



НЕДЕЛЯ: **ВТОРАЯ**

ДЕНЬ: **СРЕДА**

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества,г			Энергетическая ценность, ккал	вит С	№ Рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша жидкая молочная из ячневой крупы с маслом	150/3	5,10	4,86	30,00	184,00	0,10	182
	Бутерброд с сыром и маслом сливочным	20/5/4	2,93	5,1	10,43	98,00	0,14	3
	Какао с молоком	180	3,60	3,60	16,20	106,20	0,18	416
	<b>ИТОГО</b>	<b>357</b>	<b>11,63</b>	<b>13,56</b>	<b>56,63</b>	<b>388,20</b>	<b>0,42</b>	
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	0,04	3/У
	<b>ИТОГО</b>	<b>110</b>	<b>1,50</b>	<b>0,20</b>	<b>21,80</b>	<b>93,40</b>	<b>0,64</b>	
Обед	Горошек зеленый консервированный	20	0,62	0,04	1,30	8,00	2,00	4
	Рассольник со сметаной	150/6	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
	<b>ИТОГО</b>	<b>526</b>	<b>19,09</b>	<b>17,99</b>	<b>83,13</b>	<b>583,48</b>	<b>12,47</b>	
Полдник	Каша рисовая молочная	100/3	3,40	3,91	17,67	119,00	0,00	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
	<b>ИТОГО</b>	<b>353</b>	<b>8,02</b>	<b>6,86</b>	<b>64,37</b>	<b>354,32</b>	<b>5,66</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1346</b>	<b>40,24</b>	<b>38,61</b>	<b>225,93</b>	<b>1419,40</b>	<b>19,19</b>	

НЕДЕЛЯ: **ВТОРАЯ**

ДЕНЬ: **ЧЕТВЕРГ**

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества,г			Энергетическая ценность, ккал	вит С	№ Рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша жидкая молочная из пшенной крупы с маслом	150/3	4,38	5,87	21,67	157,00	0,40	182
	Бутерброд с маслом сливочным	20/5	1,61	4,10	10,43	80,00	0,14	1
	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	9,00	34,20	0,02	392
	<b>ИТОГО</b>	<b>358</b>	<b>6,04</b>	<b>9,99</b>	<b>41,10</b>	<b>271,20</b>	<b>0,56</b>	
2 завтрак	Напиток из изюма	100	0,033	0	5,45	34	0,15	388/07
	<b>ИТОГО</b>	<b>100</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>5,45</b>	<b>34,00</b>	<b>0,15</b>	
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
	<b>ИТОГО</b>	<b>578</b>	<b>19,92</b>	<b>23,93</b>	<b>107,82</b>	<b>726,22</b>	<b>11,99</b>	
Полдник	Омлет натуральный с маслом	130/5	12,69	22,71	3,14	249,75	0,25	215/11
	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
	<b>ИТОГО</b>	<b>325</b>	<b>14,95</b>	<b>22,87</b>	<b>22,03</b>	<b>335,75</b>	<b>2,27</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1361</b>	<b>40,94</b>	<b>56,78</b>	<b>176,40</b>	<b>1367,17</b>	<b>14,97</b>	

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 молочная из гречневой крупы с маслом	150/3	4,73	6,46	28,13	189,00	1,30	183/07
	Бутерброд с повидлом	30/10	2,99	1,96	21,60	124,40	0,01	2
	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	9,00	34,20	0,02	392
	<b>ИТОГО</b>	<b>362</b>	<b>7,77</b>	<b>8,44</b>	<b>58,73</b>	<b>347,60</b>	<b>1,33</b>	
2 завтрак	Напиток из кураги	100	0,03	0,00	5,45	34,00	0,15	388/07
	<b>ИТОГО</b>	<b>100</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>5,45</b>	<b>34,00</b>	<b>0,15</b>	
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 сушеных 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
	<b>ИТОГО</b>	<b>531</b>	<b>20,43</b>	<b>36,20</b>	<b>73,10</b>	<b>701,45</b>	<b>19,95</b>	
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
	Суп молочный рисовый	100	2,69	4,72	8,41	85,00	0,67	84
	<b>ИТОГО</b>	<b>160</b>	<b>8,02</b>	<b>7,31</b>	<b>55,65</b>	<b>330,38</b>	<b>2,52</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1153</b>	<b>36,25</b>	<b>51,95</b>	<b>192,93</b>	<b>1413,43</b>	<b>23,95</b>	

<b>Всего за 10 дней</b>	<b>13271</b>	<b>472,84</b>	<b>488,44</b>	<b>2145,07</b>	<b>14741,89</b>	<b>263,40</b>	
<b>Средняя</b>	<b>1327,1</b>	<b>47,28</b>	<b>48,84</b>	<b>214,51</b>	<b>1474,19</b>	<b>26,34</b>	

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества,г			Энергетическая ценность, ккал	вит С	№ Рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша жидкая молочная из ячневой крупы с маслом	200/5	6,83	7,77	40,20	258,00	0,13	182
	Бутерброд с маслом сливочным и повидлом	45	2,05	3,22	23,60	131,70	0,39	111
	Чай с сахаром	180	0,06	0,00	9,99	40,00	0,03	392
	<b>ИТОГО</b>	<b>425</b>	<b>8,94</b>	<b>10,99</b>	<b>73,79</b>	<b>429,70</b>	<b>0,55</b>	
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
	<b>ИТОГО</b>	<b>100</b>	<b>0,02</b>	<b>0,00</b>	<b>11,65</b>	<b>46,75</b>	<b>10,25</b>	
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
	Соус молочный	20	0,62	1,58	2,13	25,00	0,01	350
	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
	<b>ИТОГО</b>	<b>770</b>	<b>29,19</b>	<b>28,51</b>	<b>131,73</b>	<b>892,67</b>	<b>12,27</b>	
Полдник	Запеканка из творога с молоком сгущенным	150/20	27,86	21,47	46,74	262,00	0,41	237/11
	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
	<b>ИТОГО</b>	<b>380</b>	<b>30,66</b>	<b>21,64</b>	<b>87,62</b>	<b>439,00</b>	<b>0,77</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1675</b>	<b>68,81</b>	<b>61,14</b>	<b>304,79</b>	<b>1808,12</b>	<b>23,84</b>	

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 жидкая молочная из манной крупы с маслом	200/5	6,00	7,04	33,20	219,00	0,56	181
	Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,58	4,18	15,40	110,00	0,18	1
	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00	1,17	395
	<b>ИТОГО</b>	<b>420</b>	<b>11,43</b>	<b>13,63</b>	<b>62,96</b>	<b>420,00</b>	<b>1,91</b>	
2 завтрак	Напиток с витаминами	100	0,00	0,00	19,00	120,00	20,00	17840891-2016
	<b>ИТОГО</b>	<b>100</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>19,00</b>	<b>120,00</b>	<b>20,00</b>	
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
	Соус молочный	20	0,62	1,58	2,13	25,00	0,01	350
	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,55	7,58	38,18	255,08	0,00	67
	Компот из сушеных 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
	<b>ИТОГО</b>	<b>776</b>	<b>39,91</b>	<b>22,05</b>	<b>141,44</b>	<b>923,92</b>	<b>36,40</b>	
Полдник	Омлет натуральный с маслом	150/5	14,38	25,78	4,54	261,55	0,30	215\11
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,60	50,00	0,00	701
	Снежок	180	4,66	4,05	6,48	85,86	0,00	386
	<b>ИТОГО</b>	<b>371</b>	<b>20,64</b>	<b>30,03</b>	<b>21,62</b>	<b>397,41</b>	<b>0,30</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1667</b>	<b>71,98</b>	<b>65,71</b>	<b>245,02</b>	<b>1861,33</b>	<b>58,61</b>	

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

ДЕНЬ: СРЕДА

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества,г			Энергетическая ценность, ккал	вит С	№ Рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы с маслом	200/5	7,40	7,50	38,40	250,00	1,30	182
	Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,58	4,18	15,40	110,00	0,18	1
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	0,18	416
	<b>ИТОГО</b>	<b>420</b>	<b>13,65</b>	<b>14,87</b>	<b>69,62</b>	<b>467,00</b>	<b>1,66</b>	
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
	<b>ИТОГО</b>	<b>100</b>	<b>1,28</b>	<b>0,50</b>	<b>26,45</b>	<b>130,00</b>	<b>4,15</b>	
Обед	Кукуруза отварная	50	1,20	29,00	5,00	288,00	4,00	181
	Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом птицы и сметаной	200/6/5	3,91	4,85	11,22	104,00	8,23	57/11
	Котлета рубленая из птицы	70	10,80	9,92	11,03	177,00	0,59	305
	Соус сметанный	30	0,36	2,19	1,29	26,40	0,00	6/11
	Рис припущенный 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
	<b>ИТОГО</b>	<b>754</b>	<b>24,95</b>	<b>58,46</b>	<b>126,41</b>	<b>1132,20</b>	<b>16,78</b>	
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
	<b>ИТОГО</b>	<b>314</b>	<b>22,83</b>	<b>24,60</b>	<b>77,48</b>	<b>599,50</b>	<b>2,55</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1588,00</b>	<b>62,71</b>	<b>98,43</b>	<b>299,96</b>	<b>2328,70</b>	<b>25,14</b>	

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

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 жидкая молочная из пшенной крупы с маслом	200/5	7,40	7,50	38,40	250,00	1,30	182
	Бутерброд с сыром и маслом сливочным	30/5/6	3,98	5,98	15,4	130	0,18	3
	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	8,39	34,00	0,02	392
	<b>ИТОГО</b>	<b>421</b>	<b>11,43</b>	<b>13,50</b>	<b>62,19</b>	<b>414,00</b>	<b>1,50</b>	
2 завтрак	Напиток с витаминами	50	0,00	0,00	9,50	40,00	10,00	17840891-2016
	Яблоко	50	0,02	0,00	5,65	23,00	5,00	368
	<b>ИТОГО</b>	<b>100</b>	<b>0,02</b>	<b>0,00</b>	<b>15,15</b>	<b>63,00</b>	<b>15,00</b>	
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
	<b>ИТОГО</b>	<b>765</b>	<b>27,22</b>	<b>28,66</b>	<b>115,73</b>	<b>826,48</b>	<b>38,67</b>	
Полдник	Ленивые вареники с маслом	130/5	15,33	11,31	24,78	262,00	0,14	230
	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
	<b>ИТОГО</b>	<b>355</b>	<b>17,33</b>	<b>11,53</b>	<b>60,36</b>	<b>414,00</b>	<b>0,50</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1641</b>	<b>56,00</b>	<b>53,69</b>	<b>253,43</b>	<b>1717,48</b>	<b>55,67</b>	

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества,г			Энергетическая ценность, ккал	вит С	№ Рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша вязкая молочная "Дружба"	200	6,00	7,04	33,20	219,00	0,56	181
	Бутерброд с повидлом	30/10	2,99	1,96	21,60	124,40	0,01	2
	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	8,39	34,00	0,02	392
	<b>ИТОГО</b>	<b>420</b>	<b>9,04</b>	<b>9,02</b>	<b>63,19</b>	<b>377,40</b>	<b>0,59</b>	
2 завтрак	Напиток из кураги	100	0,03	0,00	5,45	34,00	0,15	388/07
	<b>ИТОГО</b>	<b>100</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>5,45</b>	<b>34,00</b>	<b>0,15</b>	
Обед	Горошек зеленый консервированный	40	1,12	0,92	1,84	20,12	0,00	4
	Рассольник со сметаной	200/6	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 сушеных 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
	<b>ИТОГО</b>	<b>706</b>	<b>31,29</b>	<b>25,78</b>	<b>129,36</b>	<b>850,12</b>	<b>14,91</b>	
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
	Суп молочный с вермишелью, маслом сливочным	100	2,00	1,48	12,13	66,82	0,57	120
	<b>ИТОГО</b>	<b>330</b>	<b>5,59</b>	<b>8,07</b>	<b>48,39</b>	<b>285,82</b>	<b>0,59</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1556</b>	<b>45,95</b>	<b>42,87</b>	<b>246,39</b>	<b>1547,34</b>	<b>16,24</b>	



НЕДЕЛЯ: **ВТОРАЯ**

ДЕНЬ: **ПОНЕДЕЛЬНИК**

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества,г			Энергетическая ценность, ккал	вит С	№ Рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша жидкая молочная из овсянных хлопьев "Геркулес" с маслом	200/5	7,24	9,24	38,00	263,00	1,74	182
	Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,58	4,18	15,40	110,00	0,18	1
	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	8,39	34,00	0,02	392
	<b>ИТОГО</b>	<b>420</b>	<b>9,87</b>	<b>13,44</b>	<b>61,79</b>	<b>407,00</b>	<b>1,94</b>	
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
	<b>ИТОГО</b>	<b>100</b>	<b>0,02</b>	<b>0,00</b>	<b>11,65</b>	<b>46,75</b>	<b>10,25</b>	
Обед	Огурцы соленые порционно	60	0,70	0,10	2,28	13,00	2,00	22
	Борщ с картофелем, птицей и сметаной	200/6/5	4,33	6,12	11,28	117,00	7,03	58
	Котлеты из птицы (запеченные) с соусом молочным	70/30	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
	<b>ИТОГО</b>	<b>771</b>	<b>31,32</b>	<b>20,81</b>	<b>104,44</b>	<b>891,50</b>	<b>9,98</b>	
Полдник	Пудинг из творога с яблоками со сгущенным молоком	150	23,14	18,14	24,87	355,30	2,26	240/11
	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
	<b>ИТОГО</b>	<b>369</b>	<b>24,90</b>	<b>18,34</b>	<b>49,87</b>	<b>462,30</b>	<b>4,24</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1660</b>	<b>66,11</b>	<b>52,59</b>	<b>227,75</b>	<b>1807,55</b>	<b>26,41</b>	

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 жидкая молочная из кукурузной крупы с маслом	200/5	6,36	6,94	40,30	249,00	0,53	182
	Бутерброд с маслом сливочным и повидлом	45	2,05	3,22	23,60	131,70	0,39	111
	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,00	1,17	395
	<b>ИТОГО</b>	<b>425</b>	<b>11,26</b>	<b>12,57</b>	<b>78,26</b>	<b>471,70</b>	<b>2,09</b>	
2 завтрак	Напиток с витаминами	100	0,00	0,00	19,00	120,00	20,00	17840891-2016
	<b>ИТОГО</b>	<b>100</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>19,00</b>	<b>120,00</b>	<b>20,00</b>	
Обед	Икра кабачковая	60	1,14	5,34	4,62	71,40	4,20	217
	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 сушеных 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
	<b>ИТОГО</b>	<b>741</b>	<b>38,40</b>	<b>39,34</b>	<b>132,85</b>	<b>1061,90</b>	<b>21,84</b>	
Полдник	Макаронные изделия отварные с сыром	150/9	5,91	11,89	19,36	208,16	0,26	43-2/3
	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
	<b>ИТОГО</b>	<b>359</b>	<b>7,91</b>	<b>12,11</b>	<b>54,94</b>	<b>360,16</b>	<b>0,62</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1525</b>	<b>57,57</b>	<b>64,02</b>	<b>285,05</b>	<b>2013,76</b>	<b>44,55</b>	

НЕДЕЛЯ: **ВТОРАЯ**

ДЕНЬ: **СРЕДА**

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества,г			Энергетическая ценность, ккал	вит С	№ Рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша жидкая молочная из ячневой крупы с маслом	200/5	6,83	7,77	40,20	258,00	0,13	182
	Бутерброд с сыром и маслом сливочным	30/5/6	3,98	5,98	15,4	130	0,18	3
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	0,18	416
	<b>ИТОГО</b>	<b>421</b>	<b>14,48</b>	<b>16,94</b>	<b>71,42</b>	<b>495,00</b>	<b>0,49</b>	
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
	<b>ИТОГО</b>	<b>100</b>	<b>1,28</b>	<b>0,50</b>	<b>26,45</b>	<b>130,00</b>	<b>4,15</b>	
Обед	Горошек зеленый консервированный	40	1,12	0,92	1,84	20,12	0,00	4
	Рассольник со сметаной	200/6	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, рубленые 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
	<b>ИТОГО</b>	<b>726</b>	<b>25,59</b>	<b>24,00</b>	<b>109,19</b>	<b>845,89</b>	<b>14,19</b>	
Полдник	Каша рисовая молочная	100/3	3,40	3,91	17,67	119,00	0,00	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
	<b>ИТОГО</b>	<b>333</b>	<b>8,12</b>	<b>6,96</b>	<b>64,77</b>	<b>346,77</b>	<b>6,56</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1580</b>	<b>49,47</b>	<b>48,40</b>	<b>271,83</b>	<b>1817,66</b>	<b>25,39</b>	

НЕДЕЛЯ: **ВТОРАЯ**

ДЕНЬ: **ЧЕТВЕРГ**

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества,г			Энергетическая ценность, ккал	вит С	№ Рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша жидкая молочная из пшенной крупы с маслом	200/5	7,40	7,50	38,40	250,00	1,30	182
	Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,58	4,18	15,40	110,00	0,18	1
	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	8,39	34,00	0,02	392
	<b>ИТОГО</b>	<b>420</b>	<b>10,03</b>	<b>11,70</b>	<b>62,19</b>	<b>394,00</b>	<b>1,50</b>	
2 завтрак	Напиток из изюма	100	0,033	0	5,45	34	0,15	388/07
	<b>ИТОГО</b>	<b>100</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>5,45</b>	<b>34,00</b>	<b>0,15</b>	
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 припущенный 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
	<b>ИТОГО</b>	<b>773</b>	<b>25,27</b>	<b>30,56</b>	<b>131,32</b>	<b>899,54</b>	<b>15,99</b>	
Полдник	Омлет натуральный с маслом	150/5	14,38	25,78	4,54	311,55	0,30	215/11
	Горошек зеленый консервированный (отварной)	30	0,93	0,06	1,95	12,00	3,00	4
	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
	<b>ИТОГО</b>	<b>395</b>	<b>17,76</b>	<b>26,01</b>	<b>30,78</b>	<b>432,55</b>	<b>3,32</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1688</b>	<b>53,09</b>	<b>68,27</b>	<b>229,74</b>	<b>1760,09</b>	<b>20,96</b>	

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 молочная из гречневой крупы с маслом	200/5	6,33	8,65	37,60	253,00	1,74	183/07
	Бутерброд с повидлом	30/10	2,99	1,96	21,60	124,40	0,01	2
	Чай с сахаром	180	0,05	0,02	8,39	34,00	0,02	392
	<b>ИТОГО</b>	<b>426</b>	<b>9,37</b>	<b>10,63</b>	<b>67,59</b>	<b>411,40</b>	<b>1,77</b>	
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
	<b>ИТОГО</b>	<b>100</b>	<b>0,02</b>	<b>0,00</b>	<b>11,65</b>	<b>46,75</b>	<b>10,25</b>	
Обед	Кукуруза отварная	50	1,20	29,00	5,00	288,00	4,00	181
	Щи из св.капусты с картофелем, птицей и сметан	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 сушеных 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
	<b>ИТОГО</b>	<b>701</b>	<b>28,20</b>	<b>58,16</b>	<b>103,17</b>	<b>1049,80</b>	<b>28,01</b>	
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
	Суп молочный рисовый	150	4,92	8,10	14,98	159,60	1,00	84
	<b>ИТОГО</b>	<b>220</b>	<b>11,00</b>	<b>10,92</b>	<b>67,55</b>	<b>420,58</b>	<b>2,98</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1447</b>	<b>48,59</b>	<b>79,71</b>	<b>249,96</b>	<b>1928,53</b>	<b>43,01</b>	

<b>ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ</b>	<b>16027</b>	<b>580,28</b>	<b>634,83</b>	<b>2613,92</b>	<b>18590,56</b>	<b>339,80</b>	
<b>СРЕДНЯЯ</b>	<b>1602,7</b>	<b>58,03</b>	<b>63,48</b>	<b>261,39</b>	<b>1859,06</b>	<b>33,98</b>	