

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 |
| | ИТОГО | 359 | 5,15 | 4,88 | 39,00 | 316,20 | 0,12 | |
| 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 |
| | ИТОГО | 110 | 1,50 | 0,20 | 21,80 | 93,40 | 0,64 | |
| | | | | | | | | |
| 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 |
| | ИТОГО | 583 | 22,23 | 20,72 | 110,21 | 709,68 | 10,79 | |
| 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 |
| | ИТОГО | 320 | 26,66 | 18,48 | 71,72 | 359,75 | 0,30 | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1372 | 55,54 | 44,28 | 242,73 | 1479,03 | 11,86 | |

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 жидккая 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 |
| | ИТОГО | 358 | 9,71 | 11,35 | 48,16 | 330,60 | 1,65 | |
| | | | | | | | | |
| 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 баклажанная | 30 | 0,54 | 2,12 | 3,47 | 35,1 | 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 |
| | 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 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 | 591 | 34,35 | 17,48 | 116,55 | 758,54 | 33,84 | |
| | | | | | | | | |
| 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 |
| | ИТОГО | 309 | 17,79 | 25,86 | 18,64 | 321,30 | 0,25 | |
| | | | | | | | | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1358 | 61,88 | 54,69 | 188,80 | 1444,44 | 35,89 | |

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 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 |
| | ИТОГО | 358 | 10,76 | 13,56 | 55,43 | 376,20 | 1,30 | |
| | | | | | | | | |
| 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 и сметаной | 150/6/5 | 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 |
| | Соус сметанный | 30 | 0,36 | 2,19 | 1,29 | 26,40 | 0,00 | 6/11 |
| | 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 | 584 | 18,53 | 37,56 | 99,78 | 813,31 | 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: | 1326 | 44,30 | 67,40 | 235,31 | 1710,31 | 17,71 | |

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 молочная из пшеничной 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 |
| | ИТОГО | 358 | 8,53 | 7,08 | 48,23 | 289,20 | 1,14 | |
| | | | | | | | | |
| 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 |
| | ИТОГО | 110 | 1,50 | 0,20 | 21,80 | 93,40 | 0,64 | |
| | | | | | | | | |
| 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 | 545 | 21,39 | 22,72 | 94,40 | 668,68 | 36,22 | |
| | | | | | | | | |
| 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 |
| | ИТОГО | 305 | 17,15 | 11,41 | 61,27 | 416,00 | 3,44 | |
| | | | | | | | | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1318 | 48,57 | 41,41 | 225,70 | 1467,28 | 41,44 | |

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 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 |
| | ИТОГО | 356 | 6,54 | 6,54 | 50,45 | 281,40 | 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 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 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 |
| Полдник | ИТОГО | 581 | 26,08 | 22,02 | 104,22 | 701,55 | 11,21 | |
| | | | | | | | | |
| | 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 |
| | ИТОГО | 300 | 5,58 | 8,07 | 46,99 | 279,82 | 0,59 | |
| | | | | | | | | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1337 | 38,23 | 36,62 | 207,11 | 1296,77 | 12,41 | |

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 жидккая 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 |
| | ИТОГО | 358 | 7,06 | 11,02 | 47,83 | 310,20 | 0,26 | |
| | | | | | | | | |
| 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 |
| | ИТОГО | 110 | 1,50 | 0,20 | 21,80 | 93,40 | 0,64 | |
| | | | | | | | | |
| 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 |
| | ИТОГО | 576 | 23,85 | 17,13 | 118,09 | 725,40 | 10,19 | |
| | | | | | | | | |
| 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 |
| | ИТОГО | 334 | 22,15 | 16,11 | 44,54 | 411,13 | 3,64 | |
| | | | | | | | | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1378 | 54,56 | 44,46 | 232,26 | 1540,13 | 14,73 | |

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 жидккая 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 |
| | ИТОГО | 359 | 10,89 | 9,05 | 58,42 | 356,80 | 1,49 | |
| | | | | | | | | |
| 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: | 1322 | 52,32 | 52,24 | 217,90 | 1603,93 | 71,23 | |

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 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 |
| | ИТОГО | 357 | 11,63 | 13,56 | 56,63 | 388,20 | 0,42 | |
| 2 завтрак | Пюре фруктовое | 60 | 0,50 | 0,20 | 16,60 | 71,60 | 0,60 | 3/Y |
| | Сок фруктовый | 50 | 1,00 | 0,00 | 5,20 | 21,80 | 0,04 | 3/Y |
| | ИТОГО | 110 | 1,50 | 0,20 | 21,80 | 93,40 | 0,64 | |
| | | | | | | | | |
| 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 |
| | ИТОГО | 526 | 19,09 | 17,99 | 83,13 | 583,48 | 12,47 | |
| 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 |
| | ИТОГО | 353 | 8,02 | 6,86 | 64,37 | 354,32 | 5,66 | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1346 | 40,24 | 38,61 | 225,93 | 1419,40 | 19,19 | |

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 жидккая молочная из пшеничной 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 |
| | ИТОГО | 358 | 6,04 | 9,99 | 41,10 | 271,20 | 0,56 | |
| | | | | | | | | |
| 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 | 578 | 19,92 | 23,93 | 107,82 | 726,22 | 11,99 | |
| | | | | | | | | |
| 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 |
| | ИТОГО | 325 | 14,95 | 22,87 | 22,03 | 335,75 | 2,27 | |
| | | | | | | | | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1361 | 40,94 | 56,78 | 176,40 | 1367,17 | 14,97 | |

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 |
| | ИТОГО | 362 | 7,77 | 8,44 | 58,73 | 347,60 | 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 |
| | Азы | 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 | 531 | 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 |
| | Суп молочный рисовый | 100 | 2,69 | 4,72 | 8,41 | 85,00 | 0,67 | 84 |
| | ИТОГО | 160 | 8,02 | 7,31 | 55,65 | 330,38 | 2,52 | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1153 | 36,25 | 51,95 | 192,93 | 1413,43 | 23,95 | |

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

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 жидккая 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 |
| | ИТОГО | 425 | 8,94 | 10,99 | 73,79 | 429,70 | 0,55 | |
| | | | | | | | | |
| 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 |
| | 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 |
| | ИТОГО | 770 | 29,19 | 28,51 | 131,73 | 892,67 | 12,27 | |
| | | | | | | | | |
| 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 |
| | ИТОГО | 380 | 30,66 | 21,64 | 87,62 | 439,00 | 0,77 | |
| | | | | | | | | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1675 | 68,81 | 61,14 | 304,79 | 1808,12 | 23,84 | |

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 |
| | ИТОГО | 420 | 11,43 | 13,63 | 62,96 | 420,00 | 1,91 | |
| | | | | | | | | |
| 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 |
| | 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 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 | 776 | 39,91 | 22,05 | 141,44 | 923,92 | 36,40 | |
| | | | | | | | | |
| 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 |
| | ИТОГО | 371 | 20,64 | 30,03 | 21,62 | 397,41 | 0,30 | |
| | | | | | | | | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1667 | 71,98 | 65,71 | 245,02 | 1861,33 | 58,61 | |

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 жидккая 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 |
| | ИТОГО | 420 | 13,65 | 14,87 | 69,62 | 467,00 | 1,66 | |
| 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 и сметаной | 200/6/5 | 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 |
| | Соус сметанный | 30 | 0,36 | 2,19 | 1,29 | 26,40 | 0,00 | 6/11 |
| | 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 | 754 | 24,95 | 58,46 | 126,41 | 1132,20 | 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 | 314 | 22,83 | 24,60 | 77,48 | 599,50 | 2,55 | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1588,00 | 62,71 | 98,43 | 299,96 | 2328,70 | 25,14 | |

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 жидкая молочная из пшеничной 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 |
| | ИТОГО | 421 | 11,43 | 13,50 | 62,19 | 414,00 | 1,50 | |
| | | | | | | | | |
| 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 |
| | ИТОГО | 100 | 0,02 | 0,00 | 15,15 | 63,00 | 15,00 | |
| | | | | | | | | |
| 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 | 765 | 27,22 | 28,66 | 115,73 | 826,48 | 38,67 | |
| | | | | | | | | |
| 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 |
| | ИТОГО | 355 | 17,33 | 11,53 | 60,36 | 414,00 | 0,50 | |
| | | | | | | | | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1641 | 56,00 | 53,69 | 253,43 | 1717,48 | 55,67 | |

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 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 |
| | ИТОГО | 420 | 9,04 | 9,02 | 63,19 | 377,40 | 0,59 | |
| 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 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 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 | 706 | 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 |
| | Суп молочный с вермишелью, маслом сливочным | 100 | 2,00 | 1,48 | 12,13 | 66,82 | 0,57 | 120 |
| | ИТОГО | 330 | 5,59 | 8,07 | 48,39 | 285,82 | 0,59 | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1556 | 45,95 | 42,87 | 246,39 | 1547,34 | 16,24 | |

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 жидккая 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 |
| | ИТОГО | 420 | 9,87 | 13,44 | 61,79 | 407,00 | 1,94 | |
| 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 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 |
| | ИТОГО | 771 | 31,32 | 20,81 | 104,44 | 891,50 | 9,98 | |
| 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 |
| | ИТОГО | 369 | 24,90 | 18,34 | 49,87 | 462,30 | 4,24 | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1660 | 66,11 | 52,59 | 227,75 | 1807,55 | 26,41 | |

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 жидккая 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 |
| | ИТОГО | 425 | 11,26 | 12,57 | 78,26 | 471,70 | 2,09 | |
| 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 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 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 | 741 | 38,40 | 39,34 | 132,85 | 1061,90 | 21,84 | |
| 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 |
| | ИТОГО | 359 | 7,91 | 12,11 | 54,94 | 360,16 | 0,62 | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1525 | 57,57 | 64,02 | 285,05 | 2013,76 | 44,55 | |

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 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 |
| | ИТОГО | 421 | 14,48 | 16,94 | 71,42 | 495,00 | 0,49 | |
| | | | | | | | | |
| 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 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, 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 | 726 | 25,59 | 24,00 | 109,19 | 845,89 | 14,19 | |
| | | | | | | | | |
| 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 |
| | ИТОГО | 333 | 8,12 | 6,96 | 64,77 | 346,77 | 6,56 | |
| | | | | | | | | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1580 | 49,47 | 48,40 | 271,83 | 1817,66 | 25,39 | |

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 жидккая 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 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,05 | 0,02 | 8,39 | 34,00 | 0,02 | 392 |
| | ИТОГО | 420 | 10,03 | 11,70 | 62,19 | 394,00 | 1,50 | |
| | | | | | | | | |
| 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 | 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 |
| | ИТОГО | 395 | 17,76 | 26,01 | 30,78 | 432,55 | 3,32 | |
| | | | | | | | | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1688 | 53,09 | 68,27 | 229,74 | 1760,09 | 20,96 | |

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 |
| | ИТОГО | 426 | 9,37 | 10,63 | 67,59 | 411,40 | 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 | 100 | 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 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 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 | 701 | 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 |
| | Суп молочный рисовый | 150 | 4,92 | 8,10 | 14,98 | 159,60 | 1,00 | 84 |
| | ИТОГО | 220 | 11,00 | 10,92 | 67,55 | 420,58 | 2,98 | |
| | | | | | | | | |
| | ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 1447 | 48,59 | 79,71 | 249,96 | 1928,53 | 43,01 | |

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