

НЕДЕЛЯ: **ПЕРВАЯ**

ДЕНЬ: **ПОНЕДЕЛЬНИК**

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: **+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 повидлом	40/15	4,00	2,80	28,84	166,00	0,01	2
	Чай с сахаром	200	0,05	0,02	8,39	34,00	0,02	392
	ИТОГО	460	10,88	10,59	77,43	458,00	0,16	
2 завтрак	Кисель с витаминами "Витошка"	100	0,00	0,00	12,00	103,50	10,50	17840891-2016
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,00	11,30	46,00	10,00	368
	ИТОГО	200	0,40	0,00	23,30	149,50	20,50	
Обед	Икра кабачковая	60	1,14	5,34	4,62	91,40	4,20	217
	Суп харчо	230/10	4,60	5,35	20,70	140,30	9,20	101
	Биточки из птицы	90	13,50	13,50	8,92	213,30	0,64	306
	Соус молочный	20	0,62	1,58	2,13	49,00	0,01	350
	Макаронные изделия отварные	180	7,20	5,40	32,40	201,60	0,00	317/11
	Компот из изюма	200	0,43	0,00	34,00	158,00	4,00	376/11
	Хлеб пшеничный	50	3,60	0,45	21,30	98,00	0,00	701
	Хлеб ржаной	80	6,23	3,00	48,60	219,00	0,00	702
	ИТОГО	920	37,32	34,62	172,67	1170,60	18,05	
Полдник	Запеканка из творога с молоком сгущенным	150/20	27,86	21,47	46,74	323,00	0,41	237/11
	Хлеб пшеничный	50	3,60	0,45	21,30	98,00	0,00	701
	Компот из сухофруктов	200	0,44	0,04	28,00	166,00	0,40	376
	ИТОГО	420	31,90	21,96	96,04	587,00	0,81	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	2000	80,50	67,17	369,44	2365,10	39,51	

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

ДЕНЬ: ВТОРНИК

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: +7 ЛЕТ (12 ч пребывания 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	40/10	4,58	6,18	19,40	143,00	0,22	1
	Кофейный напиток с молоком	200	4,00	4,12	19,00	122,00	2,20	395
	ИТОГО	455	14,58	17,34	71,60	484,00	2,98	
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	25,00	3,50	71/05
	Суп картофельный с горохом (лученым) и мясом	230/6	6,90	4,60	16,10	142,60	4,89	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	180	9,00	3,60	7,20	293,40	0,00	171/07
	Компот из сушеных яблок	200	0,88	0,04	37,00	145,56	0,60	376/11
	Хлеб пшеничный	50	3,60	0,45	21,30	98,00	0,00	701
	Хлеб ржаной	80	6,23	3,00	48,60	219,00	0,00	702
		ИТОГО	886	43,96	19,51	139,61	1096,60	34,68
Полдник	Омлет натуральный с маслом	150/5	18,23	32,30	6,52	355,69	0,50	215\11
	Бутерброд с сыром	40/10	6,98	4,88	25,80	146,00	0,18	3
	Чай с сахаром	200	0,05	0,02	8,39	66,00	0,02	392
	ИТОГО	405	25,26	37,20	40,71	567,69	0,70	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1846	83,80	74,05	270,92	2268,29	58,36	

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

ДЕНЬ: СРЕДА

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: +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	18
	Бутерброд с маслом сливочным	30/5	2,99	1,96	21,60	124,40	0,01	2
	Какао с молоком	200	4,00	4,00	18,00	119,00	0,20	416
	ИТОГО	440	14,39	13,46	78,00	493,40	1,51	
2 завтрак	Напиток из сушеных яблок	100	0,03	0,00	5,45	34,00	0,15	388/07
	Бананы свежие	100	1,80	1,30	14,80	73,00	7,85	368/1
	ИТОГО	200	1,83	1,30	20,25	107,00	8,00	
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	230/6/5	4,60	5,77	11,50	117,30	9,20	57/11
	Котлета рубленая из птицы	90	13,50	12,60	14,40	227,70	0,90	305
	Соус сметанный	30	0,36	2,19	1,29	26,40	0,00	11
	Рис припущенный с маслом	180/3	3,60	14,40	36,00	287,00	0,00	316/11
	Кисель из сока	200	0,42	0,00	36,00	148,00	5,26	359/07
	Хлеб пшеничный	50	3,60	0,45	21,30	98,00	0,00	701
	Хлеб ржаной	80	6,23	3,00	48,60	219,00	0,00	702
		ИТОГО	924	33,51	67,41	174,09	1411,40	19,36
Полдник	Крендель сахарный	80	5,66	10,50	44,60	198,00	0,00	460/11
	Чай с сахаром	200	0,05	0,02	8,39	46,00	0,02	392
	Суп молочный с вермишелью, маслом сливочным	150	3,00	3,00	8,00	72,00	0,68	120/07
	ИТОГО	430	8,71	13,52	60,99	316,00	0,70	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1994,00	58,44	95,69	333,33	2327,80	29,57	

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: +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 пшениной крупы с маслом	200/5	7,40	7,50	38,40	250,00	1,30	182
	Бутерброд с сыром	40/10	6,98	4,88	25,80	146,00	0,18	3
	Чай с сахаром	200	0,05	0,02	8,39	46,00	0,02	392
	ИТОГО	455	14,43	12,40	72,59	442,00	1,50	
2 завтрак	Напиток с витаминами	100	0,00	0,00	19,00	120,00	20,00	17840891-2016
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,04	0,00	11,30	96,00	10,00	4
	ИТОГО	200	0,04	0,00	30,30	216,00	30,00	
Обед	Овощи свежие (помидор)	50	0,60	14,50	2,50	144,00	2,00	71/05
	Суп лапша с курицей	230	4,60	6,60	15,80	131,90	8,90	83/11,121/11
	Котлета "Сытная" из говядины (аллергики)	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 свежемороженых ягод	200	0,04	0,14	23,67	143,00	50,00	127
	Хлеб пшеничный	50	3,60	0,45	21,30	98,00	0,00	701
	Хлеб ржаной	80	6,23	3,00	48,60	219,00	0,00	702
		ИТОГО	795	29,74	47,26	143,55	1122,38	60,90
Полдник	Ленивые вареники с маслом	150/5	18,57	14,31	31,16	308,00	0,27	230
	Хлеб пшеничный	50	3,60	0,45	21,30	98,00	0,00	701
	Чай с молоком	200	4,67	4,34	18,31	149,00	2,04	394
		ИТОГО	405	26,84	19,10	70,77	555,00	2,31
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1855	71,05	78,76	317,21	2335,38	94,71	

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: +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	40/15	4,00	2,80	28,84	166,00	0,01	2
	Чай с сахаром	200	0,05	0,02	8,39	66,00	0,02	392
	ИТОГО	455	10,05	9,86	70,43	451,00	0,59	
2 завтрак	Напиток из кураги	150	0,05	0,00	8,18	122,00	0,23	388/07
	ИТОГО	150	0,05	0,00	8,18	122,00	0,23	
Обед	Горошек зеленый консервированный	40	1,12	0,92	1,84	60,12	0,00	4
	Рассольник со сметаной	230/6	2,53	4,65	19,20	145,26	15,80	15
	Плов из курицы	250	40,30	39,89	55,69	377,00	1,01	304/11
	Компот из сушеных яблок	200	0,88	0,04	37,00	145,56	0,60	376/11
	Хлеб пшеничный	50	3,60	0,45	21,30	98,00	0,00	701
	Хлеб ржаной	80	6,23	3,00	48,60	219,00	0,00	702
	ИТОГО	856	54,66	48,95	183,63	1044,94	17,41	
Полдник	Булочка домашняя	100	7,50	13,00	55,00	383,00	0,00	469/11
	Бананы свежие	100	1,80	1,30	14,80	103,00	7,85	368/1
	Сок фруктовый	100	0,50	0,00	11,70	47,33	2,00	3/У
	Хлеб пшеничный	50	3,60	0,45	21,30	98,00	0,00	701
	ИТОГО	350	13,40	14,75	102,80	631,33	9,85	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1811	78,16	73,56	365,04	2249,27	28,08	

НЕДЕЛЯ: **ВТОРАЯ**

ДЕНЬ: **ПОНЕДЕЛЬНИК**

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: **+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	183/07
	Бутерброд с маслом сливочным	40/10	4,58	6,18	19,40	143,00	0,22	1
	Чай с сахаром	200	0,05	0,02	8,39	106,00	0,02	392
	ИТОГО	455	11,87	15,44	65,79	512,00	1,98	
2 завтрак	Яблоко	100	0,04	0,00	11,30	96,00	10,00	368
	Кисель с витаминами "Витошка"	100	0,00	0,00	12,00	103,50	10,50	17840891-2016
	ИТОГО	200	0,04	0,00	23,30	199,50	20,50	
Обед	Икра баклажанная (промышленного производства)	50	0,72	2,83	4,63	46,80	5,76	93
	Борщ с картофелем, птицей и сметаной	230/6/5	4,60	8,12	14,28	143,00	9,03	58
	Котлеты из птицы (запеченные) с соусом молочным	90/30	12,80	10,92	11,03	213,00	0,59	305/11,350/11
	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,86	3,50	5,30	244,50	0,00	317/11
	Компот из изюма	200	0,43	0,00	34,00	158,00	4,00	376/11
	Хлеб пшеничный	50	3,60	0,45	21,30	98,00	0,00	701
	Хлеб ржаной	80	6,23	3,00	48,60	219,00	0,00	702
	ИТОГО	891	36,24	28,82	139,14	1122,30	19,38	
Полдник	Пудинг из творога с яблоками со сгущенным молоком	150/20	23,14	18,14	24,87	177,65	2,26	240/11
	Чай с сахаром и лимоном	200/14/5	0,32	0,00	28,80	137,00	3,25	377
	Хлеб пшеничный	50	3,60	0,45	21,30	98,00	0,00	701
	ИТОГО	439	27,06	18,59	74,97	412,65	5,51	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1985	75,21	62,85	303,20	2246,45	47,37	

НЕДЕЛЯ: **ВТОРАЯ**

ДЕНЬ: **ВТОРНИК**

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: **+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 кукурузной крупы с маслом	200/5	6,36	6,94	40,30	249,00	0,53	182
	Бутерброд с повидлом	40/15	4,00	2,80	28,84	166,00	0,01	2
	Кофейный напиток с молоком	200	4,00	4,12	19,00	122,00	2,20	395
	ИТОГО	460	14,36	13,86	88,14	537,00	2,74	
2 завтрак	Напиток с витаминами "Витошка"	100	0,00	0,00	19,00	80,00	20,00	17840891-2016
	ИТОГО	100	0,00	0,00	19,00	80,00	20,00	
Обед	Овощи свежие (огурец)	50	0,34	0,00	0,90	25,00	3,50	71/05
	Суп картофельный с горохом (луценный) и мясом	230/6	6,90	4,60	16,10	142,60	4,89	81
	Печень по-строгановски	70	19,89	16,85	5,28	277,50	12,68	255
	Пюре картофельное с маслом	170/5	4,12	14,75	52,20	312,00	0,00	321
	Компот из сушеных яблок	200	0,88	0,04	37,00	145,56	0,60	376/11
	Хлеб пшеничный	50	3,60	0,45	21,30	98,00	0,00	701
	Хлеб ржаной	80	6,23	3,00	48,60	219,00	0,00	702
	ИТОГО	861	41,96	39,69	181,38	1219,66	21,67	
Полдник	Макаронные изделия отварные с сыром	170/9	8,91	16,89	28,45	259,16	0,68	43-2/3
	Компот из изюма	200	0,43	0,00	34,00	158,00	4,00	376/11
	Хлеб пшеничный	50	3,60	0,45	21,30	98,00	0,00	701
	ИТОГО	429	12,94	17,34	83,75	515,16	4,68	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1850	69,26	70,89	372,27	2351,82	49,09	

НЕДЕЛЯ: **ВТОРАЯ**

ДЕНЬ: **СРЕДА**

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: **+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	40/10	6,98	4,88	25,80	146,00	0,18	3
	Какао с молоком	200	4,00	4,00	18,00	119,00	0,20	416
	ИТОГО	455	17,81	16,65	84,00	523,00	0,51	
2 завтрак	Напиток из сушеных яблок	150	0,07	0,10	9,20	83,00	0,33	388/07
	Яблоко	100	0,04	0,00	11,30	46,00	10,00	368
	ИТОГО	250	0,11	0,10	20,50	129,00	10,33	
Обед	Горошек зеленый консервированный	40	1,12	0,92	1,84	228,00	4,00	4
	Рассольник со сметаной	230/6	2,53	4,65	19,20	145,26	15,80	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	180	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	786	25,92	24,85	113,89	1097,03	20,49	
Полдник	Каша жидкая молочная из рисовой крупы с маслом	200/5	5,84	7,76	28,67	208,00	0,53	182
	Коржик молочный	50	3,20	5,66	32,27	230,00	0,03	496/11
	Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89,00	1,20	394/11
	ИТОГО	435	11,71	8,00	75,25	527,00	1,76	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		1926	55,55	49,60	293,64	2276,03	33,09	

НЕДЕЛЯ: **ВТОРАЯ**

ДЕНЬ: **ЧЕТВЕРГ**

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: **+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 рисовой крупы с маслом	200/5	5,84	7,76	28,67	208,00	0,53	182
	Бутерброд с маслом сливочным	40/10	4,58	6,18	19,40	143,00	0,22	1
	Чай с сахаром	200	0,05	0,02	8,39	106,00	0,02	392
	ИТОГО	455	10,47	13,96	56,46	457,00	0,77	
2 завтрак	Напиток Витаминный "Витошка"	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 (помидор)	50	0,60	14,50	2,50	166,00	2,00	71/05
	Суп с картофелем и мясными фрикадельками	230/20	5,90	6,71	14,65	145,00	8,67	83/11,121/11
	Биточки, рыбные запеченные с соусом сметанным	70/30	9,61	6,00	26,09	126,15	0,37	255/11,354/11
	Рис припущенный с маслом	150/3	3,12	11,75	30,70	239,00	0,00	316/11
	Кисель из сока	200	0,42	0,00	36,00	148,00	5,26	359/07
	Хлеб пшеничный	50	3,60	0,45	21,30	98,00	0,00	701
	Хлеб ржаной	80	6,23	3,00	48,60	219,00	0,00	702
	Котлета "Сытная" из говядины (аллергики)	80	11,55	10,82	0,98	147,48	0,00	P282
		ИТОГО	810	29,48	42,41	179,84	1141,15	16,30
Полдник	Омлет натуральный с маслом	150/5	18,23	32,30	6,52	355,69	0,50	215/11
	Горошек зеленый консервированный (отварной)	40	1,12	0,92	1,84	80,12	0,00	4
	Хлеб пшеничный	50	3,60	0,45	21,30	98,00	0,00	701
	Чай с сахаром	200	0,05	0,02	8,39	106,00	0,02	392
	ИТОГО	445	23,00	33,69	38,05	639,81	0,52	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1810	62,95	90,06	293,35	2357,96	37,59	

НЕДЕЛЯ: **ВТОРАЯ**

ДЕНЬ: **ПЯТНИЦА**

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: **+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 молочная из гречневой крупы с маслом	200/5	6,33	8,65	37,60	253,00	1,74	183/07
	Бутерброд с сыром и маслом сливочным	30/5/6	3,98	5,98	15,40	130,00	0,18	3
	Чай с сахаром	200	0,05	0,02	8,39	106,00	0,02	392
	ИТОГО	446	10,36	14,65	61,39	489,00	1,94	
2 завтрак	Кисель с витаминами "Витошка"	100	0,00	0,00	12,00	103,50	10,50	17840891-2016
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,04	0,00	11,30	46,00	10,00	368
	ИТОГО	200	0,04	0,00	23,30	149,50	20,50	
Обед	Кукуруза отварная	50	1,20	29,00	5,00	288,00	4,00	181
	Суп из овощей и птиц, сметаной	230/6/10	4,60	8,83	18,20	145,00	8,90	99/07
	Азу	230	20,70	27,60	30,59	451,60	9,20	370
	Компот из сушеных яблок	200	0,88	0,04	37,00	145,56	0,60	376/11
	Хлеб пшеничный	50	3,60	0,45	21,30	98,00	0,00	701
	Хлеб ржаной	80	6,23	3,00	48,60	219,00	0,00	702
	ИТОГО	856	37,21	68,92	160,69	1347,16	22,70	
Полдник	Булочка российская	100	7,00	8,00	55,00	348,00	0,10	474/07
	Молоко 2,5%	180	5,04	5,76	8,52	104,00	2,34	з/у
	Бананы свежие	100	1,80	1,30	14,80	73,00	7,85	368/1
	ИТОГО	380	13,84	15,06	78,32	525,00	10,29	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		1882	61,45	98,63	323,70	2510,66	55,43	

ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ	18959	696,37	761,26	3242,10	23288,76	472,79	
СРЕДНЯЯ	1895,9	69,64	76,13	324,21	2328,88	47,28	

