

НЕДЕЛЯ: первая

ДЕНЬ: понедельник

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 1-3 (12ч 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	153	5,1	5,47	30	189	0	182
	Бутерброд с маслом сливочным	20/5	1,58	4,3	9,66	73	0	1
	Чай с сахаром	180/11	0,06	0	9,99	40	0,03	392
	итого	365	6,74	9,77	49,65	302	0,03	
2 завтрак	Снежок	100	3,35	3,8	4	66,5	1,05	251
	итого	465	10,09	13,57	53,65	368,5	1,08	
Обед	Икра кабачковая	30	0,36	1,41	2,31	23	2,88	93
	Суп-харчо	150/8	3,93	4,9	16,84	120,88	7,12	101
	Биточки из птицы	50	7,41	7,72	4,96	119	0,25	306
	Соус молочный	15	0,31	0,79	1,06	13	0,05	350
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	100	5,76	3,85	30,36	179	0	171
	Компот из изюма	150	0,33	0,015	20,82	85	0,3	376
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,1	10,6	50	0	б/н
	Хлеб ржаной	40	1,64	48	13,36	84,32	0	20
	итого	565	21,34	66,785	100,31	674,2	10,55	
Полдник	Пудинг творожный с изюмом	120	18,17	12,9	29,2	306	0,23	66
	Молоко сгущенное	10	0,5	0,6	4	30	0,01	490
	Чай с молоком	150	2,65	2,33	11,31	77	1,19	394
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,1	10,6	50	0	б/н
	итого	300	22,92	15,93	55,11	463	1,43	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1330	54,35	96,285	209,07	1505,7	13,06	

НЕДЕЛЯ: первая

ДЕНЬ: вторник

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 1-3 (12ч 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 овсянных хлопьев"Геркулес" с мас.	153	5,4	6,37	28,35	192	0	182
	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	20/5/4	2,93	5,48	9,66	106	0	3
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	1,43	397
	итого	362	12	15,04	53,83	405	1,43	
2 завтрак	Сок фруктовый	100	0,5	0	11,7	47,33	2	з/у
	Фрукты свежие (банан)	50	0,75	0,25	10,5	48	2,01	020
	итого	512	12,5	15,04	65,53	500,33	3,43	
Обед	Икра баклажанная	30	0,54	2,12	3,47	35,1	4,32	126
	Свекольник на курином бульоне	150	1,31	2,67	7,21	58,2	5,51	91
	Суфле из отварного мяса	55	9,88	10,4	1,84	140	0,12	72
	Пюре картофельное	120	2,45	4,2	16,35	113	14,4	321
	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,02	20,82	85	0,3	376
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,1	10,6	50	0	б/н
	Хлеб ржаной	40	1,64	48	13,36	84,32	0	123
	итого	690	20,35	75,45	89,77	712,62	38,01	
Полдник	Омлет натуральный с маслом	130/5	12,69	22,71	3,14	249,75	0,25	215/11
	Горошек зеленый консервированный(отварной)	30	0,93	0,06	1,95	12	3	4
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,1	10,6	50	0	б/н
	Напиток из чернослива	150	0,8	0,4	8,9	45,32	5,6	6
	итого	335	16,02	23,27	24,59	357,07	8,85	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		1537	48,87	113,76	179,89	1570,02	50,29	

Неделя: Первая

ДЕНЬ: СРЕДА

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 1-3 (12ч 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	153	5,55	5,47	28,8	186	0	182
	Бутерброд с повидлом	20/5	1,54	0,16	13,16	16	0,01	86
	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	1,17	395
	итого	358	9,94	8,04	56,32	293	1,18	
2 завтрак	Напиток из шиповника	100	0,34	0,14	9,48	20	25	398
	Пюре фруктовое	50	0,2	0	5,65	23	2	з/у
	итого	508	10,48	8,18	71,45	336	28,18	
Обед	Горошек зеленый консервированный	40	0,62	0,04	1,3	8	2	4
	Рассольник со сметаной	150	1,05	1,95	7,8	51	2,7	9/2
	Макаронные изделия отварные с маслом	110/5	4,14	6,94	19,46	156	0	317
	Котлета рубленая из птицы	50	11,22	2,36	9,33	103	0	305
	Соус молочный	15	0,31	0,79	1,06	13	0,05	350
	Кисель из сока	150	0,22	0	25,89	104	3,3	359/07
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,1	10,6	50	0	б/н
	Хлеб ржаной	40	1,64	48	13,36	84,32	0	123
	итого	580	20,49	59,39	87,74	569,32	8	
Полдник	Плов с фруктами	150	3,5	11,25	38,3	284	1,25	221
	Чай с сахаром	150/7	0,04	0	6,99	28	0,02	392
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,1	10,6	50	0	б/н
Итого	327	5,14	11,35	55,89	362	1,27		
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		1415	36,11	78,92	215,08	1267,32	37,45	

Неделя: Первая

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 1-3 (12ч 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	153	5,3	5,78	29,5	191	0,4	182
	Бутерброды с маслом сливочным	20/5	2,38	4,1	14,49	105	0	1
	Чай с сахаром и лимоном	180/5	0,16	0	14,4	57	1,98	393
	итого	365	7,84	9,88	58,39	353	2,38	
2 завтрак	Сок фруктовый	100	0,5	0	11,7	47,33	2	з/у
	итого	465	8,34	9,88	70,09	400,33	4,38	
Обед	Икра морковная	45	0,69	3,66	4,15	52,5	1,65	75
	Щи на мясокостном бульоне со сметаной	150/9	1,32	1,155	5,535	67,47	14,67	8
	Котлеты рыбные запеченные	50/15	6,68	2,35	4,99	68	0,22	255
	Соус молочный	15	0,31	0,79	1,06	13	0,05	350
	Рис припущенный	110	2,6	3,15	26,9	146,77	0	305
	Напиток из сушеных яблок	150	0,03	0	5,45	34	0,15	388
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,1	10,6	50	0	б/н
	Хлеб ржаной	40	3,9	0,8	26,9	130,4	0	20
	итого	594	17,13	12,005	85,585	562,14	16,74	
Полдник	Вареники ленивые с маслом	150/5	25,11	12,33	24,55	309	0,49	244
	Чай с сахаром	150/7	0,04	0	6,99	28	0,02	392
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,1	10,6	50	0	б/н
	итого	295	26,75	12,43	42,14	387	0,51	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1354	52,22	34,315	197,815	1349,47	21,63	

Неделя: Первая

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА

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

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества,г			Энергетическая ценность, ккал	вит С	№ Рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша молочная из манной крупы с маслом	153	4,58	4,73	25,13	161	0	181
	Бутерброды с маслом сливочным	20/5	2,38	4,1	14,49	105	0	1
	Чай с сахаром	180/11	0,06	0	9,99	40	0,03	392
	итого	368	7,02	8,83	49,61	306	0,03	
2 завтрак	Напиток из кураги	100	0,1	0	4,41	29,3	0,2	704
	итого	518	7,12	8,83	54,02	358,3	0,23	
Обед	Кукуруза отварная	30	0,6	14,5	2,5	144	2	11
	Солянка из птицы	150	8,8	7,2	1,9	119,4	6,4	158
	Азу	150	13,05	17,25	19,95	287,25	6,645	370
	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,02	20,82	85	0,3	376
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,1	10,6	50	0	б/н
	Хлеб ржаной	40	1,64	48	13,36	84,32	0	123
	итого	571	26,02	87,07	69,13	769,97	15,345	
Полдник	Крендель сахарный	75	5,31	9,85	41,8	277,5	0,18	415
	Йогурт 2,5%	150	4,2	3,75	16,2	119	1,35	б/н
	итого	225	9,51	13,6	58	396,5	1,53	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1314	42,65	109,5	181,15	1524,77	17,105	

Неделя: Вторая

День: Понедельник

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 1-3 (12ч 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	4,7	5,8	20,8	150,8	1,5	7
	Бутерброд с маслом сливочным	20/5	1,58	4,3	9,66	73	0	1
	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	1,17	395
	итого	355	9,13	12,51	44,82	314,8	2,67	
2 завтрак	Йогурт	100	3,35	3,8	4	66,5	1,05	251
	итого	455	12,48	16,31	48,82	381,3	3,72	
Обед	Икра кабачковая	30	0,36	1,41	2,31	23	2,88	93
	Свекольник на курином бульоне	150	1,31	2,67	7,21	58,2	5,51	91
	Биточки из птицы	50	7,41	7,72	4,96	119	0,25	306
	Соус молочный	15	0,31	0,79	1,06	13	0,05	350
	Макаронные изделия отварные	100	1,5	0,2	11,45	53,6	0	317/11
	Компот из изюма	150	0,33	0,015	20,82	85	0,3	376
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,1	10,6	50	0	б/н
	Хлеб ржаной	40	1,64	48	13,36	84,32	0	123
	итого	546	14,15	60,115	70,71	486,12	8,94	
Полдник	Пудинг из творога с яблоками	120	16,33	15,2	22,36	291,6	1,596	240
	Молоко сгущенное	10	0,5	0,6	4	30	0,01	490
	Чай с сахаром и лимоном	150/3	0,13	0	12	48	1,65	393
	итого	288	16,96	15,8	38,36	369,6	3,256	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		1289	43,59	92,225	157,89	1237,02	15,916	

Неделя: Вторая

День: Вторник

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 1-3 (12ч 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	153	5,3	5,78	29,5	191	0	182
	Батон с повидлом	20/5	1,8	0,1	16,7	68	0	3
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	1,43	397
	итого	363	10,77	9,07	62,02	366	1,43	
2 завтрак	Сок фруктовый	100	0,5	0	11,7	47,33	2	з/у
	Фрукты свежие (банан)	50	0,75	0,25	10,5	48	2,01	020
	итого	503	11,27	9,07	73,72	480,33	3,43	
Обед	Икра баклажанная	30	0,54	2,12	3,47	35,1	4,32	126
	Суп картофельный с горохом лущеным, с мясом	156	4,99	3,21	11,3	87	3,49	81
	Тефтели из говядины	50	6,41	6,78	5,22	155	0,56	174
	Соус молочный	15	0,31	0,79	1,06	13	0,05	350
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	110	6,61	4,1	28,68	180,99	0	171
	Напиток из кураги	150	0,33	0,015	20,82	84,75	0,3	704
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,1	10,6	50	0	б/н
	Хлеб ржаной	40	1,64	48	13,36	84,32	0	123
	итого	571	22,12	64,325	93,45	677,16	8,16	
	Полдник	Макароны отварные с сыром	100	6,19	6,67	15,14	146	0,09
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,1	10,6	50	0	б/н
Напиток из сушеных яблок		150	0,03	0	5,45	34	0,15	388
итого		270	7,82	6,77	31,19	230	0,24	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		1344	41,21	80,165	198,36	1387,49	11,83	

Неделя: Вторая

День: Среда

Возр ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 1-3 (12ч 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 манной крупы с маслом	150/3	4,5	5,25	25,13	166	0,43	4
	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	20/5/4	2,93	5,48	9,66	106	0	3
	Чай с сахаром	180/11	0,06	0	9,99	40	0,03	392
	итого	362	7,49	10,73	44,78	312	0,46	
2 завтрак	Напиток из шиповника	100	0,34	0,14	9,48	20	25	398
	итого	462	7,83	10,87	54,26	332	25,46	
Обед	Горошек зеленый консервированный	40	0,62	0,04	1,3	8	2	4
	Суп-лапша с курицей	150	5,01	5,5	16,39	134,25	0,88	86
	Котлета рубленая из птицы	50	11,22	2,36	9,33	103	0	305
	Сложный гарнир	110	2,3	4,2	23,3	96,1	11,2	440
	Кисель из сока	150	0,22	0	25,89	104	3,3	359/07
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,1	10,6	50	0	б/н
	Хлеб ржаной	40	1,64	48	13,36	84,32	0	123
		итого	560	22,61	60,2	100,17	579,67	17,38
Полдник	Оладьи с повидлом	120	14,1	16,03	52,15	390,8	0,73	47
	Чай с молоком	150	2,65	2,33	11,31	77	1,19	394
		итого	250	16,75	18,36	63,46	467,8	1,92
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1272	47,19	89,43	217,89	1379,47	44,76	

Неделя : Вторая

День: Четверг

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 1-3 (12ч 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 рисовой крупы с маслом	153	5,11	5,87	26,51	179	0	182
	Бутерброд с маслом сливочным	20/5	1,58	4,3	9,66	73	0	1
	Чай с сахаром и лимоном	180/5	0,16	0	14,4	57	1,98	393
	итого	358	6,85	10,17	50,57	309	1,98	
2 завтрак	Сок фруктовый	100	0,5	0	11,7	47,33	2	з/у
	итого	508	7,35	10,17	62,27	371,33	3,98	
Обед	Икра свекольная	40	0,77	2,43	3,34	46	3,8	17
	Рассольник со сметаной	150	1,05	1,95	7,8	51	2,7	9/2
	Биточки рыбные запеченные с соусом сметанным	50/15	10,74	5,5	6,78	180	1,425	255,354
	Пюре картофельное	120	2,45	4,2	16,35	113	14,4	321
	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,02	20,82	85	0,3	376
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,1	10,6	50	0	б/н
	Хлеб ржаной	40	3,9	0,8	26,9	130,4	0	20
	итого	590	20,84	15	92,59	655,4	22,625	
Полдник	Омлет натуральный с маслом	130/5	12,69	22,71	3,14	249,75	0,25	215/11
	Горошек зеленый консервированный	30	0,93	0,06	1,95	12	3	4
	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,2	40	0	б/н
	Чай с сахаром	150/7	0,04	0	6,99	28	0,02	392
	итого	292	14,96	22,97	20,28	329,75	3,27	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1390	43,15	48,14	175,14	1356,48	29,875	

Неделя: Вторая

День: Пятница

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 1-3 (12ч 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 пшениной крупы с маслом	153	5,1	5,5	28,6	184	0	182
	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	20/5/4	2,93	5,48	9,66	106	0	3
	Чай с молоком	180	3,19	2,79	16,57	92	1,4	394
	итого	362	11,22	13,77	54,83	382	1,4	
2 завтрак	Напиток из кураги	100	0,1	0	4,41	29,3	0,2	704
	Пюре фруктовое	50	0,2	0	5,65	23	2	з/у
	итого	512	11,52	13,77	64,89	434,3	3,6	
Обед	Кукуруза отварная	30	0,6	14,5	2,5	144	2	11
	Борщ	150/6/4	2,4	3,99	6,5	80,5	5,6	5
	Суфле куриное	60/5	9,88	10,4	1,84	140	0,12	77
	Соус молочный	15	0,31	0,79	1,06	13	0,05	350
	Рис припущенный	110	2,6	3,15	26,9	146,77	0	305
	Напиток из сушеных яблок	150	0,03	0	5,45	34	0,15	388
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,1	10,6	50	0	б/н
	Хлеб ржаной	40	1,64	48	13,36	84,32	0	123
	итого	580	19,06	80,93	68,21	692,59	7,92	
Полдник	Булочка домашняя	100	7,3	12,6	53	371	0	469/11
	Снежок	180	5,22	5,76	7,2	106,2	1,26	393
	итого	280	12,52	18,36	60,2	477,2	1,26	
	ВСЕГО	1372	43,1	113,06	193,3	1604,09	12,78	

Всего за 10 дней	13617	452,44	855,8	1925,585	14181,83	254,696	
Средняя	1361,7	45,244	85,58	192,5585	1418,18	25,4696	

НЕДЕЛЯ: первая

ДЕНЬ: понедельник

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 3-7 (с 12ч пребыванием 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	205	6,8	7,17	40	252	0	182
	Бутерброд с маслом сливочным	30/5	3,33	5,74	20,28	147	0	1
	Чай с сахаром	180/11	0,06	0	9,99	40	0,03	0,28
	итого	431	10,19	12,91	70,27	439	0,03	
2 завтрак	Напиток с витаминами	50	0	0	4,75	20	5	17840891-2016
	Фрукты свежие (яблоко)	60	0,24	0,24	6,78	30,24	6	4
	итого	541	10,43	13,15	81,8	489,24	11,03	
Обед	Икра кабачковая	50	0,6	2,35	3,85	38	4,8	93
	Суп-харчо	200/10	3,98	4,95	17,04	122,27	7,2	101
	Биточки из птицы	70	10,3	10,8	6,94	166	0,5	306
	Соус молочный	20	0,62	1,58	2,13	25	0,01	350
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	130	6,86	8,18	35,95	245	0	171
	Компот из изюма	180	0,4	0,018	24,98	102	0,36	376
	Хлеб пшеничный	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0	19
	Хлеб ржаной	30	2,9	0,6	20,2	97,8	0	20
	итого	530	29,48	28,788	136,18	914,48	12,87	
Полдник	Пудинг творожный с изюмом	120	18,17	12,9	29,2	306	0,23	66
	Молоко сгущенное	20	1,44	1,7	11,1	66	0,2	490
	Чай с молоком	180	3,19	2,79	16,57	92	1,4	394
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,15	15,9	75	0	б/н
	итого	350	25,2	17,54	72,77	539	1,83	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1421	65,11	59,478	290,75	1942,72	25,73	

НЕДЕЛЯ: первая

ДЕНЬ: вторник

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 3-7 (с 12ч пребыванием 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	205	7,2	9,39	37,8	265	0	182
	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	30/5/6	3,73	6,17	14,49	130	0	3
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	1,43	397
	итого	426	14,6	18,75	68,11	502	1,43	
2 завтрак	Напиток с витаминами	50	0	0	4,75	20	5	17840891-2016
	Фрукты свежие(банан)	100	1,5	0,5	21	95	10	368
	итого	576	16,1	19,25	93,86	617	6,43	
Обед	Икра баклажанная	50	0,72	2,83	4,63	46,8	5,76	126
	Свекольник на курином бульоне	200	3,91	4,85	11,22	104	8,23	57/11
	Тефтели из говядины	70	8,98	9,49	7,31	217	0,79	174
	Пюре картофельное	150	3,51	25,06	5,6	261	1,5	12
	Соус молочный	20	0,62	1,58	2,13	25	0,01	350
	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,02	24,98	102	0,36	376
	Хлеб пшеничный	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0	19
	Хлеб ржаной	30	1,95	0,3	12,3	60	0	б/н
	итого	880	26,21	49,24	105,26	1035,41	20,35	
	Полдник	Омлет натуральный с маслом	150	17,5	13,3	45,1	419,2	0,2
Горошек зеленый консервированный(отварной)		50	1,55	0,1	3,25	20	5	4
Хлеб пшеничный		30	2,4	0,15	15,9	75	0	б/н
Напиток из чернослива		180	0,9	0,5	9,3	37,77	6,5	6
итого		415	22,35	14,05	73,55	551,97	11,7	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		1871	64,66	82,54	272,67	2204,38	38,48	

НЕДЕЛЯ: первая

ДЕНЬ: СРЕДА

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 3-7 (с 12ч пребыванием 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	205	7,33	7,17	38,4	248	0	182
	Бутерброд с повидлом	30/8	2,31	0,87	25,82	120,37	0	2
	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	1,17	395
	итого	423	10,18	9,58	52,76	431	1,17	
2 завтрак	Напиток с витаминами	50	0	0	4,75	20	5	17840891-2016
	Фрукты свежие(яблоко)	60	0,24	0,24	6,78	30,24	6	4
	итого	533	10,42	9,82	64,29	481,24	12,17	
Обед	Горошек зеленый консервированный	50	1,12	0,92	1,84	20,12	0	244
	Рассольник со сметаной	200	4,4	7,48	20,36	166,36	9,2	9/2
	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,57	8,15	26,52	201	0	317
	Котлета рубленая из птицы	70	15,7	3,3	13	144,2		305
	Соус молочный	20	0,62	1,58	2,13	25	0,01	350
	Кисель из сока	180	0,26	0	31,07	125	3,96	359/07
	Хлеб пшеничный	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0	19
	Хлеб ржаной	30	2,9	0,6	20,2	97,8	0	20
	итого	765	33,77	20,76	138,08	897,89	13,16	
	Полдник	Плов с фруктами	180	4,2	13,5	46	349	1,51
Чай с сахаром		150/7	0,04	0	6,99	28	0,02	392
Хлеб пшеничный		50	3,82	0,31	25,09	118,41	0	19
итого		387	8,06	13,81	78,08	495,41	1,53	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1685	52,25	44,39	280,45	1874,54	26,86	

НЕДЕЛЯ: первая

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 3-7 (с 12ч пребыванием 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	205	6,36	6,94	40,3	249	0,53	182
	Бутерброд с маслом сливочным	30/5	3,33	5,74	20,28	147	0	1
	Чай с сахаром и лимоном	180/5	0,16	0	14,4	57	1,98	393
	итого	431	9,85	12,68	74,98	453	2,51	
2 завтрак	Напиток с витаминами	50	0	0	4,75	20	5	17840891-2016
	Фрукты свежие(яблоко)	60	0,24	0,24	6,78	30,24	6	4
	итого	541	9,85	12,68	79,73	503,24	7,51	
Обед	Икра морковная	60	0,93	4,88	5,53	70	2,2	75
	Щи на мясокостном бульоне со сметаной	200	2,1	1,8	7,2	76,65	18,57	8
	Котлеты рыбные запеченные	70	9,36	3,29	6,99	95	0,31	255
	Соус молочный	20	0,62	1,58	2,13	25	0,01	350
	Рис припущенный	130	3,07	3,7	31,8	173,45	0	305
	Напиток из сушеных яблок	180	0,05	0	8,18	51	0,23	388/07
	Хлеб пшеничный	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0	19
	Хлеб ржаной	30	1,95	0,3	12,3	60	0	б/н
	итого	750	21,28	14,28	97,09	669,51	21,31	
Полдник	Вареники ленивые с маслом	150/5	25,11	12,33	24,55	309	0,49	244
	Чай с сахаром	180/11	0,06	0	9,99	40	0,03	0,28
	Хлеб пшеничный	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0	19
	итого	396	28,99	12,64	59,63	467,41	0,52	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1687	69,97	52,28	311,43	1640,16	31,85	

НЕДЕЛЯ: первая

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 3-7 (с 12ч пребыванием детей)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества,г			Энергетическая ценность, ккал	вит С	№ Рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша молочная из манной крупы с маслом	205	6	7,2	33,5	223	0	181
	Бутерброд с маслом сливочным	30/5	3,33	5,74	20,28	147	0	1
	Чай с сахаром	180	0,05	0,018	8,39	34	0,018	392
	итого	420	9,38	12,958	62,17	404	0,018	
2 завтрак	Напиток с витаминами	50	0	0	4,75	20	5	17840891-2016
	Фрукты свежие (банан)	100	1,5	0,5	21	95	10	368
	итого	530	9,38	12,958	66,92	519	11,018	
Обед	Кукуруза отварная	50	1,2	29	5	288	4	11
	Солянка из птицы	200	12,6	11,1	3,5	160	6,4	158
	Азу	200	17,4	23	26,6	383	8,86	370
	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,02	24,98	102	0,36	376
	Хлеб пшеничный	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0	19
	Хлеб ржаной	30	2,9	0,6	20,2	97,8	0	20
	итого	714	38,32	64,03	105,37	1149,21	19,62	
Полдник	Крендель сахарный	75	5,31	9,85	41,8	277,5	0,18	415
	Йогурт 2,5%	150	4,2	3,75	16,2	119	1,35	б/н
	Каша гречневая молочная	150/4	4,67	4,86	20,94	146	0	413
	итого	280	14,18	18,46	78,94	542,5	1,53	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1524	61,88	95,448	251,23	2210,71	32,168	

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

ДЕНЬ: понедельник

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 3-7 (с 12ч пребыванием 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	6,2	7,7	27,7	201	1,9	7
	Бутерброд с маслом сливочным	30/5	3,33	5,74	20,28	147	0	1
	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	1,17	395
	итого	420	12,38	15,85	62,34	439	3,07	
2 завтрак	Напиток с витаминами	50	0	0	4,75	20	5	17840891-2016
	Фрукты свежие(яблоко)	60	0,24	0,24	6,78	30,24	6	4
	итого	530	12,62	16,09	73,87	489,24	14,07	
Обед	Икра кабачковая	50	0,6	2,35	3,85	38	4,8	93
	Свекольник на курином бульоне	200	3,91	4,85	11,22	104	8,23	57/11
	Биточки из птицы	70	10,3	10,8	6,94	166	0,5	306
	Соус молочный	20	0,62	1,58	2,13	25	0,01	350
	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,52	26,45	168	0	317/11
	Компот из изюма	180	0,4	0,018	24,98	102	0,36	376
	Хлеб пшеничный	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0	19
	Хлеб ржаной	30	1,95	0,3	12,3	60	0	б/н
	итого	741	26,5	23,148	110,83	781,41	13,89	
Полдник	Пудинг из творога с яблоками	150	19,05	17,74	26,08	340,2	1,862	240
	Молоко сгущенное	20	1,44	1,7	11,1	66	0,2	490
	Чай с сахаром и лимоном	180/5	0,16	0	14,4	57	1,98	393
	итого	355	20,65	19,44	51,58	463,2	4,042	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1626	59,77	58,678	236,28	1733,85	32,002	

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

ДЕНЬ: ВТОРНИК

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 3-7 (с 12ч пребыванием 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	205	7,07	8,6	39,33	256	0	182
	Бутерброд с повидлом	30/8	2,31	0,87	25,82	120,37	0	2
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	1,43	397
	итого	430	13,05	12,66	80,97	483,37	1,43	
2 завтрак	Кисель с витаминами "Витошка"	50	0	0	6	23,75	5,25	17840891-2016
	Фрукты свежие(банан)	100	1,5	0,5	21	95	10	368
	итого	580	13,05	12,66	86,97	584,75	6,68	
Обед	Икра баклажанная	50	0,72	2,83	4,63	46,8	5,76	126
	Суп картофельный с горохом лущеным, с мясом	206	6,58	4,23	14,92	123	4,56	81
	Тефтели из говядины	70	8,98	9,49	7,31	217	0,79	174
	Соус молочный	20	0,62	1,58	2,13	25	0,01	350
	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,69	7,55	49,8	294	0	165
	Напиток из кураги	180	0,38	0,018	23,9	102	0,35	704
	Хлеб пшеничный	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0	19
	Хлеб ржаной	30	1,95	0,3	12,3	60	0	б/н
	итого	756	29,74	26,308	140,08	986,21	11,47	
Полдник	Макароны отварные с сыром	150	9,39	17,26	22,85	289	0,14	206
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,15	15,9	75	0	б/н
	Напиток из сушеных яблок	180	0,05	0	8,18	51	0,23	388/07
	итого	360	11,84	17,41	46,93	415	0,37	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		1696	54,63	56,378	273,98	1985,96	18,52	

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

ДЕНЬ: СРЕДА

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 3-7 (с 12ч пребыванием 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	200/5	6	7,04	33,2	219	0,56	4
	Бутерброд с маслом сливочным с сыром	30/5/6	3,73	6,17	14,49	130	0	3
	Чай с сахаром	180	0,05	0,018	8,39	34	0,018	392
	итого	426	9,78	13,228	56,08	383	0,578	
2 завтрак	Напиток с витаминами	50	0	0	6	23,75	5,25	17840891-2016
	Фрукты свежие(яблоко)	60	0,24	0,24	6,78	30,24	6	4
	итого	536	10,02	13,468	68,86	436,99	11,828	
Обед	Горошек зеленый консервированный	50	1,12	0,92	1,84	20,12	0	244
	Суп-лапша с курицей	200	6,68	7,33	21,85	179	1,17	86
	Котлета рубленая из птицы	70	15,7	3,3	13	144,2	0	305
	Сложный гарнир	130	2,7	4,9	27,6	113,5	13,3	440
	Кисель из сока	180	0,26	0	31,07	125	3,96	359/07
	Хлеб пшеничный	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0	19
	Хлеб ржаной	30	1,95	0,3	12,3	60	0	б/н
	итого	710	32,23	17,06	132,75	760,23	18,43	
Полдник	Оладьи с повидлом	120	14,1	16,03	52,15	390,8	0,73	47
	Чай с молоком	180	3,19	2,79	16,57	92	1,4	394
	итого	300	17,29	18,82	68,72	482,8	2,13	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1546	59,54	49,348	270,33	1680,02	32,388	

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 3-7 (с 12ч пребыванием 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	205	6,81	7,86	35,52	240	0	182
	Бутерброд с маслом сливочным	30/5	3,33	5,74	20,28	147	0	1
	Чай с лимоном	180	0,04	0	13,12	54	2	501,504
	итого	420	10,18	13,6	68,92	441	2	
2 завтрак	Кисель с витаминами "Витошка"	50	0	0	6	23,75	5,25	17840891-2016
	Фрукты свежие(яблоко)	60	0,24	0,24	6,78	30,24	6	4
	итого	530	10,18	13,6	74,92	452,99	7,25	
Обед	Икра свекольная	60	0,93	4,88	5,53	70	2,2	75
	Рассольник со сметаной	200	4,4	7,48	20,36	166,36	9,2	9/2
	Биточки рыбные запеченные с соусом сметанным	70/30	15,04	7,77	9,49	212	1,995	255,354
	Пюре картофельное	150	3,12	5,25	18,57	125	18	321
	Компот из сухофруктов	180	0,4	0,02	24,98	102	0,36	376
	Хлеб пшеничный	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0	19
	Хлеб ржаной	30	2,9	0,6	20,2	97,8	0	20
	итого	770	30,61	26,31	124,22	891,57	31,755	
Полдник	Омлет натуральный с маслом	150	17,5	13,3	45,1	419,2	0,2	210
	Горошек зеленый консервированный	50	1,12	0,92	1,84	20,12	0	244
	Хлеб ржаной	30	1,95	0,3	12,3	60	0	6/н
	Чай с сахаром	180	0,05	0,018	8,39	34	0,018	392
	итого	410	20,62	14,538	67,63	533,32	0,218	
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1710	61,41	54,448	266,77	1877,88	39,223	

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 3-7 (с 12ч пребыванием 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	205	6,74	7,27	38,13	245	0	182
	Бутерброды с маслом сливочным и сыром	30/5/6	3,73	6,17	14,49	130	0	3
	Чай с молоком	180	3,19	2,79	16,57	92	1,4	394
	итого	426	13,66	16,23	69,19	467	1,4	
2 завтрак	Напиток с витаминами	50	0	0	6	23,75	5,25	17840891-2016
	Фрукты свежие (банан)	100	1,5	0,5	21	95	10	368г
	итого	576	15,16	16,73	96,19	585,75	16,65	
Обед	Кукуруза отварная	50	1,2	29	5	288	4	11
	Борщ	200/8/5	2,82	4,79	7,83	93,69	7,8	5
	Плов из курицы	200	10,03	10,46	31,57	261	4,02	304
	Напиток из сушеных яблок	180	0,05	0	8,18	51	0,23	388/07
	Хлеб пшеничный	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0	19
	Хлеб ржаной	30	2,9	0,6	20,2	97,8	0	20
	итого	723	20,82	45,16	97,87	909,9	16,05	
Полдник	Булочка домашняя	100	7,5	13	55	383	0	469/11
	Снежок	180	5,22	5,76	7,2	106,2	1,26	393
	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63	0	3
	итого	320	17,82	23,36	62,5	552,2	1,26	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		1619	53,8	85,25	256,56	2047,85	33,96	

ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ		16385	603,02	638,238	2710,45	19198,07	311,181	
СРЕДНЯЯ		1638,5	60,302	63,8238	271,045	1919,807	31,1181	