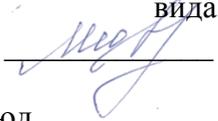


Заведующий МДОБУ
детского сада комбинированного
вида №20 г.Лабинска
 М.Ю.Медведева

Меню приготавливаемых блюд.
Возрастная категория: от 1года до 3 лет.

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			ЭЦ	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя I День 1							
завтрак	Яйцо варёное	80	10,16	9,2	0,56	126	№ 227
	Икра кабачковая	60	0,72	2,82	4,62	47	№ 57
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	№ 411
	Бутерброд с м.сл. и сыр	45	4,73	6,88	14,56	139	№ 3
Итого за завтрак		335	15,65	18,91	26,73	340	
Завтрак 2	Яблоко	70	0,28	0,28	6,86	35,2	386
	Печенье	20	1,08	4,2	13,7	97,2	Пром.
Итого за завтрак 2		90	1,36	4,48	20,56	132,4	
обед	Суп картофельный с пшеничной крупой	150	1,31	1,71	8,58	55	№86
	Котлеты рубленые	60	9,32	7,07	9,64	139	№299
	Макароны отварные с маслом	110	3,8	2,31	18,2	109	№219
	Салат витаминный	50	0,65	3,1	3,05	42,5	№2
	Сок яблочный	150	0,75	0	15,15	64	№418.
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,25	35	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52	
Итого за обед		565	19	14,7	71,89	496,5	
Полдник	Суп молочный с рисовой крупой	150	3,61	3,8	12,62	99,3	№ 101
	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89	№ 416
Итого за полдник		300	6,76	6,52	25,58	188,3	
Итого всего		1290	42,77	44,61	144,76	1105,54	

Меню приготавливаемых блюд.
Возрастная категория: с 3 до 7 лет.

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя I День 1							
завтрак	Яйцо варёное	80	10,16	9,2	0,56	126	№ 227
	Икра кабачковая	80	0,96	3,78	6,16	62	№ 57
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	№ 411
	Бутерброд с сыром	60	6,68	8,45	19,39	180	№ 3
Итого за завтрак		400	17,86	21,45	36,1	408	
Завтрак 2	Яблоко	70	0,28	0,28	6,86	35,2	386
	Печенье	30	1,6	6,4	20,6	145,8	Пром.
Итого за завтрак 2		100	1,88	6,68	27,46	181	
обед	Суп картофельный с пшенной крупой	200	1,74	2,27	11,43	73,2	№86
	Котлеты рубленые	80	12,44	9,24	12,56	183	№299
	Макароны отварные с маслом	150	5,68	4,36	27,25	171	№219
	Салат витаминный	50	0,65	3,1	3,05	42,5	№2
	Напиток	180	0	0	2,7	15	пром.
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,6	10	52,4	
	Хлеб ржаной	37,5	2,62	0,33	17,25	87	
Итого за обед		717,5	24,73	19,9	84,24	624,1	
	Суп молочный с рисовой крупой	200	4,82	5,08	16,83	132,4	№ 101
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	№ 416
Итого за полдник		380	8,49	8,27	32,65	239,4	
Итого всего		1597,5	52,96	56,3	180,45	1452.5	

Меню приготавливаемых блюд.
Возрастная категория: от 1 года до 3 лет.

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя I День 2							
завтрак	Суп молочный с геркулесовой крупой	150	4,44	4,45	13,45	112	№ 101
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	№ 411
	Бутерброд с м.сл.	40	2,45	7,55	14,62	136	№1
Итого за завтрак		340	6,93	12,01	35,06	276	
Завтрак 2	Яблоко	70	0,28	0,28	6,86	35,2	Пром.
	Печенье	20	1,08	4,2	13,7	97,2	Пром.
Итого за завтрак 2		90	1,36	4,48	20,56	132,4	
обед	Суп из овощей	150	1,04	2,72	5,37	50	№ 117
	Биточки рыбные запеченные	60	7,61	2,45	5,33	74	№ 271
	Каша ячневая	100	3,26	3,33	20,75	126	№208
	Салат из свеклы и моркови	60	0,78	3,66	4,38	53,4	№27
	Сок яблочный	150	0,75	0	15,15	64	№418.
	Хлеб пшеничный	5	0,4	0,15	2,5	13,1	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52	
Итого за обед		555	15,82	12,67	63,5	432,5	
Полдник	Булочка «Веснушка»	50	3,9	3,06	26,93	151	№456
	Кефир	150	4,35	3,75	6	75	№420
Итого за полдник		200	8,25	6,81	32,93	226	
Итого всего		1185	32,36	35,97	152,05	1066,9	

Меню приготавливаемых блюд.
Возрастная категория: от 3 до 7 ми лет.

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя I День 2							
завтрак	Суп молочный с геркулесовой крупой	200	5,92	5,93	17,93	149	№ 101
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	№ 411
	Бутерброд с м.сл.	40	2,45	7,55	14,62	136	№1
Итого за завтрак		420	8,43	13,5	42,54	325	
Завтрак 2	Яблоко	70	0,28	0,28	6,86	35,2	Пром.
	Печенье	30	1,6	6,4	20,6	145,8	Пром.
Итого за завтрак 2		100	1,88	6,68	27,46	181	
обед	Суп из овощей	200	1,38	3,62	7,16	66,5	№ 117
	Биточки рыбные запеченные	80	10,09	3,26	6,79	97	№ 271
	Каша ячневая	125	4,08	4,16	25,94	157,5	№208
	Сок яблочный	180	0,9		18,18	76	№418
	Салат из свеклы и моркови	60	0,78	3,66	4,38	53,4	№27
	Хлеб пшеничный	16	1,28	0,48	8	42	
	Хлеб ржаной	37,5	2,62	0,33	17,25	87	
Итого за обед		698,5	21,13	15,51	87,7	579,4	
Полдник	Булочка «Веснушка»	70	3,9	3,06	26,93	227	№456
	Кефир	180	5,22	4,5	7,2	90	№420
Итого за полдник		250	9,12	7,56	34,13	317	
Итого всего		1468,5	40,56	43,25	191,83	1402,4	

Меню приготавливаемых блюд.
Возрастная категория: от 1 года до 3 лет.

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя I День 3							
завтрак	Суп молочный гречневый	150	4,48	4,1	12,81	106,65	№ 101
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	№ 411
	Бутерброд с м.сл.	40	2,45	7,55	14,62	136	№ 1
Итого за завтрак		340	6,97	11,66	34,42	270,65	
Завтрак 2	Яблоко	70	0,28	0,28	6,86	29,4	Пром.
Итого за завтрак 2		70	0,28	0,28	6,86	29,4	
обед	Борщ вегетарианский	150	1,64	3,57	8,2	71,55	№ 65
	Печень говяжья по-строгановски Печень тушенная в соусе сметанном	120	16,2	14,1	5,9	215	№356 №359
	Пюре картофельное	120	2,45	3,84	16,35	109,8	№ 339
	Салат из горошка зеленого консер.	50	1,49	2,59	3,12	41,8	№10
	Кисель из с/ф	150	0,17	0,009	26,45	106,6	№ 397
	Хлеб пшеничный	5	0,4	0,15	2,5	13,1	Пром.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52	
Итого за обед		625	24,33	24,619	72,54	609,85	
Полдник	Пудинг из творога с рисом	100	18,69	12,67	11,4	234	№250
	Молоко	150	4,58	4,08	7,58	85	№ 419
Итого за полдник		250	23,27	16,75	18,98	319	
Итого всего		1285	54,85	53,309	132,8	1228,9	

Меню приготавливаемых блюд.
Возрастная категория: от 3 до 7 лет.

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя I День 3							
завтрак	Суп молочный гречневый	200	5,97	5,48	17,1	142,2	№ 101
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	№ 411
	Бутерброд с м.сл.	40	2,45	7,55	14,62	136	№ 1
Итого за завтрак		420	8,48	13,05	41,71	318,2	
Завтрак 2	Яблоко	70	0,28	0,28	6,86	29,4	Пром.
Итого за завтрак 2		70	0,28	0,28	6,86	29,4	
обед	Борщ вегетарианский	200	2,19	4,76	10,94	95,4	№ 65
	Печень говяжья по-строгановски Печень тушенная в соусе сметанном	120	16,2	14,1	5,9	215	№356 №359
	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,44	137,25	№ 339
	Салат из горошка зеленого консер.	50	1,49	2,59	3,12	41,8	№10
	Кисель из с/ф	180	0,23	0,012	35,27	142,2	№ 397
	Хлеб пшеничный	5	0,4	0,15	2,5	13,1	Пром.
	Хлеб ржаной	37,5	2,62	0,33	17,25	86,63	
Итого за обед		742,5	26,19	26,742	95,42	731,38	
Полдник	Пудинг из творога с рисом	100	18,69	12,67	11,4	234	№250
	Молоко	180	5,48	4,88	9,07	102	№ 419
Итого за полдник		280	24,17	17,55	20,47	336	
Итого всего		1512,5	59,12	57,622	164,46	1414,98	

Меню приготавливаемых блюд.
Возрастная категория: от 1 года до 3 лет.

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя I День 4							
завтрак	Суп молочный манный	150	4,11	3,79	12,07	99	№ 99
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	№ 411
	Бутерброд с сыром	45	4,73	6,88	14,56	139	№3
Итого за завтрак		345	8,88	10,68	33,62	266	
Завтрак 2	Яблоко	70	0,28	0,28	6,86	29,4	Пром.
Итого за завтрак 2		70	0,28	0,28	6,86	29,4	
обед	Суп картофельный с бобовыми	150	3,29	3,16	9,79	81	№87
	Котлеты рубленые из птицы	60	9,63	8,68	9,98	157	№ 322
	Салат из свеклы отварной	100	1,4	6,12	7,6	91	№26
	Сок яблочный	150	0,75	0	15,15	64	№418.
	Хлеб пшеничный	5	0,4	0,15	2,5	13,1	Пром.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52	
Итого за обед		495	17,45	18,47	55,04	458,1	
Полдник	Омлет натуральный	85	7,52	13,46	1,51	157	№ 229
	Икра кабачковая	60	0,72	2,82	4,62	47	№57
	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2	10,63	70	№414
Итого за полдник		295	10,58	18,28	16,76	274	
Итого всего		1205	37,19	47,71	112,28	1027,5	

Меню приготавливаемых блюд.
Возрастная категория: от 3 до 7 лет.

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя I День 4							
завтрак	Суп молочный манный	200	5,49	5,05	16,1	139	№ 99
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	№ 411
	Бутерброд с сыром	60	6,68	8,45	19,39	180	№3
Итого за завтрак		440	12,23	13,52	45,48	359	
Завтрак 2	Яблоко	70	0,28	0,28	6,86	29,4	Пром.
Итого за завтрак 2		70	0,28	0,28	6,86	29,4	
обед	Суп картофельный с бобовыми	200	4,39	4,22	13,06	107,8	№87
	Котлеты рубленые из птицы	80	12,92	11,85	13,46	212	№ 322
	Салат из свеклы отварной	150	2,1	9,15	11,4	136,5	№26
	Сок яблочный	180	0,9		18,18	76	№418
	Хлеб пшеничный	5	0,4	0,15	2,5	13,1	
	Хлеб ржаной	37,5	2,62	0,33	17,25	86,63	
Итого за обед		652,5	23,33	25,7	75,85	632,03	
Полдник	Омлет натуральный	85	7,52	13,46	1,51	157	№ 229
	Икра кабачковая	80	0,96	3,78	6,16	62	№ 57
	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	№414
Итого за полдник		345	11,33	19,65	22,03	310	
Итого всего		1507,5	47,17	59,15	150,22	1330,43	

Меню приготавливаемых блюд.
Возрастная категория: от 1 года до 3 лет.

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя I День 5							
завтрак	Запеканка из творога	75	8,77	6,03	8,58	124	№251
	Чай с молоком	150	2,65	2,33	11,31	77	№ 413
	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,45	7,55	14,62	136	№1
Итого за завтрак		265	13,87	15,91	34,51	337	
Завтрак 2	Яблоко	70	0,28	0,28	6,86	29,4	Пром.
Итого за завтрак 2		70	0,28	0,28	6,86	29,4	
обед	Суп картофельный с рисовой крупой	150	1,18	1,64	8,75	54,45	№ 86
	Жаркое домашнему	150	20,8	5,33	18,5	205	№292
	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,02	21	85,6	№394
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,25	35	Пром.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52	
Итого за обед		495	25,48	7,5	65,52	432,05	
Полдник	Пирожки печеные из дрожжевого теста (Пирожок с повидлом)	60	3,5	3,75	34,77	187	№437
	Ряженка	150	4,35	3,75	6,3	76	№420
Итого за полдник		210	7,85	7,5	41,07	263	
Итого всего		1040	47,48	31,19	147,96	1061,45	

Меню приготавливаемых блюд.
Возрастная категория: от 3 до 7 лет.

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя I День 5							
завтрак	Запеканка из творога	130	17,54	12,05	17,15	247	№251
	Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89	№ 413
	Бутерброд с маслом сливочным	40	2,45	7,55	14,62	136	№1
Итого за завтрак		350	22,66	21,94	46,08	472	
Завтрак 2	Яблоко	75	0,3	0,3	7,35	31,5	Пром.
Итого за завтрак 2		75	0,3	0,3	7,35	31,5	
обед	Суп картофельный с рисовой крупой	200	1,58	2,19	11,66	72,6	№ 86
	Жаркое домашнему	180	27,53	7,47	21,95	265	№292
	Компот из сухофруктов	200	0,44	0,02	27,77	113	№394
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,9	15	78,6	Пром.
	Хлеб ржаной	37,5	2,62	0,33	17,25	86,63	
Итого за обед		647,5	34,57	10,91	93,63	615,83	
Полдник	Пирожки печеные из дрожжевого теста (Пирожок с повидлом)	60	3,5	3,75	34,77	187	№437
	Ряженка	180	5,22	4,5	7,56	92	№420
Итого за полдник		240	8,72	8,25	42,33	279	
Итого всего		1312,5	66,25	41,4	189,39	1398,33	

Меню приготавливаемых блюд.
Возрастная категория: от 1 до 3 лет.

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя II День 1	Макаронные изделия отварные с сыром	120	7,43	8	18,17	174,4	№220
	Салат из горошка зеленого консервированного	50	1,49	2,59	3,12	41,8	№10
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	№411
	Бутерброд с м.сл.	40	2,45	7,55	14,62	136	№1
Итого за завтрак		360	11,41	18,15	42,9	380,2	
Завтрак 2	Яблоко	70	0,28	0,28	6,86	29,4	Пром.
Итого за завтрак 2		70	0,28	0,28	6,86	29,4	
обед	Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,04	2,93	5,09	50,85	№73
	Гуляш из отварного мяса	120	15,42	12,41	3,96	189	№ 293
	Пюре картофельное с морковью	120	2,29	3,71	14,47	100,5	№340
	Компот из сушеных фруктов	150	0,33	0,02	21	85,6	№394
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,25	35	Пром.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52	
Итого за обед		585	22,25	19,58	61,79	512,95	
Полдник	Суп молочный манный	150	4,11	3,79	12,07	98,85	№99
	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89	№416
Итого за полдник		300	7,26	6,51	25,03	187,85	
Итого всего		1315	41,2	44,52	136,58	1110,4	

Меню приготавливаемых блюд.
Возрастная категория: от 3 до 7 лет.

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя II День 1	Макаронные изделия отварные с сыром	150	9,29	10,01	22,71	218	№220
завтрак	Салат из горошка зеленого консервированного	60	1,79	3,11	3,75	50,16	№10
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	№411
	Бутерброд с м.сл.	40	2,45	7,55	14,62	136	№1
Итого за завтрак		430	13,59	20,69	51,07	444,16	
Завтрак 2	Яблоко	75	0,3	0,3	7,35	31,5	Пром.
		75	0,3	0,3	7,35	31,5	
Итого за завтрак 2							
обед	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,39	3,91	6,79	67,8	№73
	Гуляш из отварного мяса	160	20,63	16,3	5,24	250	№ 293
	Пюре картофельное с морковью	150	2,89	4,67	18,2	126,4	№340
	Напиток	180	0,0	0,0	2,7	15	Пром.
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,9	15	78,6	Пром.
	Хлеб ржаной	37,5	2,62	0,33	17,25	86,63	
Итого за обед		757,5	29,93	26,11	65,18	624,43	
Полдник	Суп молочный манный	200	5,49	5,05	16,1	139	№99
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107	№416
Итого за полдник		380	9,16	8,24	31,92	246	
Итого всего		1642,5	52,98	55,34	155,52	1346,09	

Меню приготавливаемых блюд.
Возрастная категория: от 1 до 3 лет.

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя II День 2							
завтрак	Омлет натуральный	85	7,52	13,46	1,51	157	№229
	Икра кабачковая	60	0,72	2,82	4,62	47	№57
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	№411
	Бутерброд с м.сл.	40	2,45	7,55	14,62	136	№1
Итого за завтрак		335	10,73	23,84	27,74	368	
Завтрак 2	Яблоко	70	0,28	0,28	6,86	29,4	№386
Итого за завтрак 2		70	0,28	0,28	6,86	29,4	
обед	Суп картофельный с гречневой крупой	150	1,18	1,64	8,75	54,45	№ 86
	Тефтели рыбные тушеные	60	7,72	2,95	8,28	90	№277
	Овощи тушеные	120	3	4,1	11,7	100,8	№ 55!
	Кисель с/ф	150	0,17	0,009	26,45	106,6	№397
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,25	35	Пром.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52	
Итого за обед		525	13,26	9,209	72,45	438,85	
Полдник	Ватрушка	70	9,22	5,48	29,18	202	№441
	Молоко	150	4,58	4,08	7,58	85	№419
Итого за полдник		220	13,8	9,56	36,76	287	
Итого всего		1150	38,07	42,889	143,81	1123,25	

Меню приготавливаемых блюд.
Возрастная категория: от 3 до 7 лет.

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя II День 2							
завтрак	Омлет натуральный	85	7,52	13,46	1,51	157	№229
	Икра кабачковая	80	0,96	3,78	6,16	62	№ 57
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	№411
	Бутерброд с м.сл.	40	2,45	7,55	14,62	136	№1
Итого за завтрак		385	10,99	24,81	32,28	395	
Завтрак 2	Яблоко	75	0,3	0,3	7,35	31,5	№386
Итого за завтрак 2		75	0,3	0,3	7,35	31,5	
обед	Суп картофельный с гречневой крупой	200	1,58	2,19	11,66	72,6	№ 86
	Тефтели рыбные тушеные	80	10,15	4,21	10,67	121	№277
	Овощи тушеные	160	4	5,4	15,6	134,4	№55!
	Кисель с/ф	200	0,23	0,012	35,27	142,2	№397
	Хлеб пшеничный	30	2,4	0,9	15	78,6	Пром.
	Хлеб ржаной	37,5	2,62	0,33	17,25	86,63	
Итого за обед		707,5	20,98	13,042	105,45	635,43	
Полдник	Ватрушка	70	9,22	5,48	29,18	202	№441
	Молоко	180	5,48	4,88	9,07	102	№419
Итого за полдник		250	14,7	10,36	38,25	304	
Итого всего		1417,5	46,97	48,512	183,33	1365,93	

Меню приготавливаемых блюд.
Возрастная категория: от 1 до 3 лет.

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя II День 3							
	Суп молочный с пшениной крупой	150	4,35	4,1	13,93	110,1	№101
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	№411
	Бутерброд с сыром	45	4,73	6,88	14,56	139	№3
Итого за завтрак		345	9,12	10,99	35,48	277,1	
Завтрак 2	Яблоко	80	0,3	0,3	7,35	33,3	Пром.
Итого за завтрак 2		80	0,3	0,3	7,35	33,3	
обед	Суп картофельный с фрикадельками	150	3,98	3,11	9,27	91	№ 89
	Биточки рубленые	60	9,32	7,07	9,64	139	№229
	Капуста тушенная	120	2,49	3,9	11,3	90,48	№354
	Сок яблочный	150	0,75	0	15,15	64	№418.
	Хлеб пшеничный	5	0,4	0,15	2,5	23,1	Пром.
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52	
Итого за обед		515	18,92	14,59	57,88	459,58	
Полдник	Запеканка из творога с рисом	90	7,29	6,75	13,5	149	№47
	Молоко	150	4,58	4,08	7,58	85	№ 419
Итого за полдник		240	11,87	10,83	21,08	234	
Итого всего		1180	40,21	36,71	121,79	1003,98	

Меню приготавливаемых блюд.
 Возрастная категория: от 3 до 7 лет.

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя II День 3							
	Суп молочный с пшениной крупой	200	5,8	5,48	18,57	146,8	№101
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	№411
	Бутерброд с сыром	60	6,68	8,45	19,39	180	№3
Итого за завтрак		440	12,54	13,95	47,95	366,8	
Завтрак 2	Яблоко	80	0,3	0,3	7,35	33,3	Пром.
Итого за завтрак 2		80	0,3	0,3	7,35	33,3	
обед	Суп картофельный с фрикадельками	200	5,31	4,14	12,35	108	№89
	Биточки рубленые	80	12,44	9,24	12,56	183	№299
	Капуста тушенная	150	3,13	4,9	14,3	113,8	№354
	Сок яблочный	180	0,9		18,18	76	№418
	Хлеб пшеничный	5	0,4	0,15	2,5	23,1	Пром.
	Хлеб ржаной	37,5	2,62	0,33	17,25	86,63	
Итого за обед		652,5	24,8	18,76	77,14	590,53	
Полдник	Запеканка из творога с рисом	100	8,1	7,5	15,12	165,56	№47
	Молоко	180	5,48	4,88	9,07	102	№ 419
Итого за полдник		280	13,58	12,38	24,19	267,56	
Итого всего		1452,5	51,22	45,39	156,63	1258,19	

Меню приготавливаемых блюд.
Возрастная категория: от 1 до 3 лет.

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя II День 4							
	Суп молочный с кукурузной крупой	150	3,73	3,83	12,38	99	№с101
	Чай с молоком	150	2,65	2,33	11,31	77	№413
	Бутерброд с м.сл.	40	2,45	7,55	14,62	136	№1
Итого за завтрак		340	8,83	13,71	38,31	312	
Завтрак 2	Яблоко	80	0,3	0,3	7,35	33,3	Пром.
Итого за завтрак 2		80	0,3	0,3	7,35	33,3	
обед	Свекольник	150	1,23	2,85	6,44	56,3	№ 98
	Плов из птицы	125	6,05	10,01	26,76	221	№321
	Сок яблочный	150	0,75	0	15,15	64	№418.
	Салат из капусты белокочанной	60	0,96	3,66	5,22	57,6	№1
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,25	35	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52	
Итого за обед		530	12,16	17,03	70,84	485,9	
Полдник	Плюшка	50	3,88	2,36	26,15	180	№449
	Ряженка	150	4,35	3,75	6,3	76	№420
Итого за полдник		200	8,23	6,11	32,45	256	
Итого всего		1150	29,52	37,15	148,95	1087,2	

Меню приготавливаемых блюд.
Возрастная категория: от 3 до 7 лет.

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя II День 4							
	Суп молочный с кукурузной крупой	200	4,97	5,1	16,5	132	№101
	Чай с молоком	180	2,67	2,34	14,31	89	№413
	Бутерброд с м.сл.	40	2,45	7,55	14,62	136	№1
Итого за завтрак		420	10,09	14,99	45,43	357	
Завтрак 2	Яблоко	80	0,3	0,3	7,35	33,3	Пром.
Итого за завтрак 2		80	0,3	0,3	7,35	33,3	
обед	Свекольник	200	1,64	3,8	8,58	75	№ 98
	Плов из птицы	155	6,19	12,86	35,69	282	№ 321
	Сок яблочный	180	0,9		18,18	76	№418
	Салат из капусты белокочанной	100	1,6	6,1	8,7	96	№1
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,6	10	53	
	Хлеб ржаной	37,5	2,62	0,33	17,25	87	
Итого за обед		692,5	14,55	23,69	98,4	669	
Полдник	Плюшка	70	3,88	2,36	26,15	197,4	№449
	Кисломолочный напиток (ряженка)	180	5,22	4,5	7,56	92	№420
Итого за полдник		250	9,1	6,86	33,71	289,4	
Итого всего		1442,5	34,04	45,84	184,89	1348,7	

Меню приготавливаемых блюд.
Возрастная категория: от 1 до 3 лет.

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя II День 5							
	Суп молочный с ячневой крупой	150	4,17	3,87	13,76	107	№101
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	№411
	Бутерброд с м.сл.	40	2,45	7,55	14,62	136	№1
Итого за завтрак		340	6,66	11,43	35,37	271	
Завтрак 2	Яблоко	80	0,3	0,3	7,35	33,3	Пром.
Итого за завтрак 2		80	0,3	0,3	7,35	33,3	
обед	Суп картофельный	150	1,4	1,69	9,98	61	№83
	Котлета рыбная запеченная	60	7,61	2,45	5,33	74	№271
	Каша гречневая	100	3,75	3,84	6,55	115,7	№202
	Салат из свеклы с зеленым горошком	50	0,75	3,1	3,8	46	№30
	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,02	21	86	№394
	Хлеб пшеничный	5	0,4	0,15	2,5	13,1	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52	
Итого за обед		527	16,22	11,61	59,18	447,8	
Полдник	Вафли	44	1	8,8	18,8	226,2	пром.
	Молоко	150	4,58	4,08	7,58	85	№419
Итого за полдник		194	5,58	12,88	26,38	311,2	
Итого всего		1141	28,76	36,22	128,28	1063,3	

Меню приготавливаемых блюд.
Возрастная категория: от 3 до 7 лет.

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя II День 5							
	Суп молочный с ячневой крупой	200	5,56	5,16	18,35	142,2	№101
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	№411
	Бутерброд с м.сл.	40	2,45	7,55	14,62	136	№1
Итого за завтрак		420	8,07	12,73	42,96	318,2	
Завтрак 2	Яблоко	80	0,3	0,3	7,35	33,3	Пром.
Итого за завтрак 2		80	0,3	0,3	7,35	33,3	
обед	Суп картофельный	200	1,87	2,26	13,31	81	№83
	Котлета рыбная запеченная	80	10,09	3,26	6,79	97	№ 271
	Каша гречневая	150	5,63	5,76	9,83	173,72	№ 202
	Салат из свеклы с зеленым горошком	50	0,75	3,1	3,8	46	№30
	Компот из сухофруктов	200	0,44	0,02	27,77	113	№394
	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,25	35	
	Хлеб ржаной	37,5	2,62	0,33	17,25	86,63	
Итого за обед		707,5	22,59	14,88	86	632,35	
Полдник	Вафли	70	2	17,6	37,6	308,4	пром
	Молоко	180	5,48	4,88	9,07	102	№419
Итого за полдник		250	7,48	22,48	46,67	410,4	
Итого всего		1482,5	38,44	50,39	182,98	1394,25	