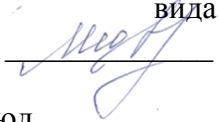


Заведующий МДОБУ  
детского сада комбинированного  
вида №20 г.Лабинска  
 М.Ю.Медведева

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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>335</b>	<b>15,65</b>	<b>18,91</b>	<b>26,73</b>	<b>340</b>	
Завтрак 2	Яблоко	70	0,28	0,28	6,86	35,2	386
	Печенье	20	1,08	4,2	13,7	97,2	Пром.
<b>Итого за завтрак 2</b>		<b>90</b>	<b>1,36</b>	<b>4,48</b>	<b>20,56</b>	<b>132,4</b>	
обед	Суп картофельный с пшенной 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	
<b>Итого за обед</b>		<b>565</b>	<b>19</b>	<b>14,7</b>	<b>71,89</b>	<b>496,5</b>	
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
<b>Итого за полдник</b>		<b>300</b>	<b>6,76</b>	<b>6,52</b>	<b>25,58</b>	<b>188,3</b>	
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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>400</b>	<b>17,86</b>	<b>21,45</b>	<b>36,1</b>	<b>408</b>	
Завтрак 2	Яблоко	70	0,28	0,28	6,86	35,2	386
	Печенье	30	1,6	6,4	20,6	145,8	Пром.
<b>Итого за завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>1,88</b>	<b>6,68</b>	<b>27,46</b>	<b>181</b>	
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	
<b>Итого за обед</b>		<b>717,5</b>	<b>24,73</b>	<b>19,9</b>	<b>84,24</b>	<b>624,1</b>	
	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
<b>Итого за полдник</b>		<b>380</b>	<b>8,49</b>	<b>8,27</b>	<b>32,65</b>	<b>239,4</b>	
<b>Итого всего</b>		<b>1597,5</b>	<b>52,96</b>	<b>56,3</b>	<b>180,45</b>	<b>1452.5</b>	

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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>340</b>	<b>6,93</b>	<b>12,01</b>	<b>35,06</b>	<b>276</b>	
Завтрак 2	Яблоко	70	0,28	0,28	6,86	35,2	Пром.
	Печенье	20	1,08	4,2	13,7	97,2	Пром.
<b>Итого за завтрак 2</b>		<b>90</b>	<b>1,36</b>	<b>4,48</b>	<b>20,56</b>	<b>132,4</b>	
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	
<b>Итого за обед</b>		<b>555</b>	<b>15,82</b>	<b>12,67</b>	<b>63,5</b>	<b>432,5</b>	
Полдник	Булочка «Веснушка»	50	3,9	3,06	26,93	151	№456
	Кефир	150	4,35	3,75	6	75	№420
<b>Итого за полдник</b>		<b>200</b>	<b>8,25</b>	<b>6,81</b>	<b>32,93</b>	<b>226</b>	
<b>Итого всего</b>		<b>1185</b>	<b>32,36</b>	<b>35,97</b>	<b>152,05</b>	<b>1066,9</b>	

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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>420</b>	<b>8,43</b>	<b>13,5</b>	<b>42,54</b>	<b>325</b>	
Завтрак 2	Яблоко	70	0,28	0,28	6,86	35,2	Пром.
	Печенье	30	1,6	6,4	20,6	145,8	Пром.
<b>Итого за завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>1,88</b>	<b>6,68</b>	<b>27,46</b>	<b>181</b>	
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	
<b>Итого за обед</b>		<b>698,5</b>	<b>21,13</b>	<b>15,51</b>	<b>87,7</b>	<b>579,4</b>	
Полдник	Булочка «Веснушка»	70	3,9	3,06	26,93	227	№456
	Кефир	180	5,22	4,5	7,2	90	№420
<b>Итого за полдник</b>		<b>250</b>	<b>9,12</b>	<b>7,56</b>	<b>34,13</b>	<b>317</b>	
<b>Итого всего</b>		<b>1468,5</b>	<b>40,56</b>	<b>43,25</b>	<b>191,83</b>	<b>1402,4</b>	

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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>340</b>	<b>6,97</b>	<b>11,66</b>	<b>34,42</b>	<b>270,65</b>	
Завтрак 2	Яблоко	70	0,28	0,28	6,86	29,4	Пром.
<b>Итого за завтрак 2</b>		<b>70</b>	<b>0,28</b>	<b>0,28</b>	<b>6,86</b>	<b>29,4</b>	
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	
<b>Итого за обед</b>		<b>625</b>	<b>24,33</b>	<b>24,619</b>	<b>72,54</b>	<b>609,85</b>	
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
<b>Итого за полдник</b>		<b>250</b>	<b>23,27</b>	<b>16,75</b>	<b>18,98</b>	<b>319</b>	
<b>Итого всего</b>		<b>1285</b>	<b>54,85</b>	<b>53,309</b>	<b>132,8</b>	<b>1228,9</b>	

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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>420</b>	<b>8,48</b>	<b>13,05</b>	<b>41,71</b>	<b>318,2</b>	
Завтрак 2	Яблоко	70	0,28	0,28	6,86	29,4	Пром.
<b>Итого за завтрак 2</b>		<b>70</b>	<b>0,28</b>	<b>0,28</b>	<b>6,86</b>	<b>29,4</b>	
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	
<b>Итого за обед</b>		<b>742,5</b>	<b>26,19</b>	<b>26,742</b>	<b>95,42</b>	<b>731,38</b>	
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
<b>Итого за полдник</b>		<b>280</b>	<b>24,17</b>	<b>17,55</b>	<b>20,47</b>	<b>336</b>	
<b>Итого всего</b>		<b>1512,5</b>	<b>59,12</b>	<b>57,622</b>	<b>164,46</b>	<b>1414,98</b>	

Меню приготавливаемых блюд.  
Возрастная категория: от 1года 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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>345</b>	<b>8,88</b>	<b>10,68</b>	<b>33,62</b>	<b>266</b>	
Завтрак 2	Яблоко	70	0,28	0,28	6,86	29,4	Пром.
<b>Итого за завтрак 2</b>		<b>70</b>	<b>0,28</b>	<b>0,28</b>	<b>6,86</b>	<b>29,4</b>	
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	
<b>Итого за обед</b>		<b>495</b>	<b>17,45</b>	<b>18,47</b>	<b>55,04</b>	<b>458,1</b>	
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
<b>Итого за полдник</b>		<b>295</b>	<b>10,58</b>	<b>18,28</b>	<b>16,76</b>	<b>274</b>	
<b>Итого всего</b>		<b>1205</b>	<b>37,19</b>	<b>47,71</b>	<b>112,28</b>	<b>1027,5</b>	

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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>440</b>	<b>12,23</b>	<b>13,52</b>	<b>45,48</b>	<b>359</b>	
Завтрак 2	Яблоко	70	0,28	0,28	6,86	29,4	Пром.
<b>Итого за завтрак 2</b>		<b>70</b>	<b>0,28</b>	<b>0,28</b>	<b>6,86</b>	<b>29,4</b>	
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	
<b>Итого за обед</b>		<b>652,5</b>	<b>23,33</b>	<b>25,7</b>	<b>75,85</b>	<b>632,03</b>	
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
<b>Итого за полдник</b>		<b>345</b>	<b>11,33</b>	<b>19,65</b>	<b>22,03</b>	<b>310</b>	
<b>Итого всего</b>		<b>1507,5</b>	<b>47,17</b>	<b>59,15</b>	<b>150,22</b>	<b>1330,43</b>	



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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>265</b>	<b>13,87</b>	<b>15,91</b>	<b>34,51</b>	<b>337</b>	
Завтрак 2	Яблоко	70	0,28	0,28	6,86	29,4	Пром.
<b>Итого за завтрак 2</b>		<b>70</b>	<b>0,28</b>	<b>0,28</b>	<b>6,86</b>	<b>29,4</b>	
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	
<b>Итого за обед</b>		<b>495</b>	<b>25,48</b>	<b>7,5</b>	<b>65,52</b>	<b>432,05</b>	
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
<b>Итого за полдник</b>		<b>210</b>	<b>7,85</b>	<b>7,5</b>	<b>41,07</b>	<b>263</b>	
<b>Итого всего</b>		<b>1040</b>	<b>47,48</b>	<b>31,19</b>	<b>147,96</b>	<b>1061,45</b>	

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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>350</b>	<b>22,66</b>	<b>21,94</b>	<b>46,08</b>	<b>472</b>	
Завтрак 2	Яблоко	75	0,3	0,3	7,35	31,5	Пром.
<b>Итого за завтрак 2</b>		<b>75</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>7,35</b>	<b>31,5</b>	
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	
<b>Итого за обед</b>		<b>647,5</b>	<b>34,57</b>	<b>10,91</b>	<b>93,63</b>	<b>615,83</b>	
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
<b>Итого за полдник</b>		<b>240</b>	<b>8,72</b>	<b>8,25</b>	<b>42,33</b>	<b>279</b>	
<b>Итого всего</b>		<b>1312,5</b>	<b>66,25</b>	<b>41,4</b>	<b>189,39</b>	<b>1398,33</b>	

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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>360</b>	<b>11,41</b>	<b>18,15</b>	<b>42,9</b>	<b>380,2</b>	
Завтрак 2	Яблоко	70	0,28	0,28	6,86	29,4	Пром.
<b>Итого за завтрак 2</b>		<b>70</b>	<b>0,28</b>	<b>0,28</b>	<b>6,86</b>	<b>29,4</b>	
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	
<b>Итого за обед</b>		<b>585</b>	<b>22,25</b>	<b>19,58</b>	<b>61,79</b>	<b>512,95</b>	
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
<b>Итого за полдник</b>		<b>300</b>	<b>7,26</b>	<b>6,51</b>	<b>25,03</b>	<b>187,85</b>	
<b>Итого всего</b>		<b>1315</b>	<b>41,2</b>	<b>44,52</b>	<b>136,58</b>	<b>1110,4</b>	

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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>430</b>	<b>13,59</b>	<b>20,69</b>	<b>51,07</b>	<b>444,16</b>	
Завтрак 2	Яблоко	75	0,3	0,3	7,35	31,5	Пром.
		<b>75</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>7,35</b>	<b>31,5</b>	
<b>Итого за завтрак 2</b>							
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	
<b>Итого за обед</b>		<b>757,5</b>	<b>29,93</b>	<b>26,11</b>	<b>65,18</b>	<b>624,43</b>	
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
<b>Итого за полдник</b>		<b>380</b>	<b>9,16</b>	<b>8,24</b>	<b>31,92</b>	<b>246</b>	
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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>335</b>	<b>10,73</b>	<b>23,84</b>	<b>27,74</b>	<b>368</b>	
Завтрак 2	Яблоко	70	0,28	0,28	6,86	29,4	№386
<b>Итого за завтрак 2</b>		<b>70</b>	<b>0,28</b>	<b>0,28</b>	<b>6,86</b>	<b>29,4</b>	
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	
<b>Итого за обед</b>		<b>525</b>	<b>13,26</b>	<b>9,209</b>	<b>72,45</b>	<b>438,85</b>	
Полдник	Ватрушка	70	9,22	5,48	29,18	202	№441
	Молоко	150	4,58	4,08	7,58	85	№419
<b>Итого за полдник</b>		<b>220</b>	<b>13,8</b>	<b>9,56</b>	<b>36,76</b>	<b>287</b>	
<b>Итого всего</b>		<b>1150</b>	<b>38,07</b>	<b>42,889</b>	<b>143,81</b>	<b>1123,25</b>	

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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>385</b>	<b>10,99</b>	<b>24,81</b>	<b>32,28</b>	<b>395</b>	
Завтрак 2	Яблоко	75	0,3	0,3	7,35	31,5	№386
<b>Итого за завтрак 2</b>		<b>75</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>7,35</b>	<b>31,5</b>	
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	
<b>Итого за обед</b>		<b>707,5</b>	<b>20,98</b>	<b>13,042</b>	<b>105,45</b>	<b>635,43</b>	
Полдник	Ватрушка	70	9,22	5,48	29,18	202	№441
	Молоко	180	5,48	4,88	9,07	102	№419
<b>Итого за полдник</b>		<b>250</b>	<b>14,7</b>	<b>10,36</b>	<b>38,25</b>	<b>304</b>	
<b>Итого всего</b>		<b>1417,5</b>	<b>46,97</b>	<b>48,512</b>	<b>183,33</b>	<b>1365,93</b>	

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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>345</b>	<b>9,12</b>	<b>10,99</b>	<b>35,48</b>	<b>277,1</b>	
Завтрак 2	Яблоко	80	0,3	0,3	7,35	33,3	Пром.
<b>Итого за завтрак 2</b>		<b>80</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>7,35</b>	<b>33,3</b>	
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	
<b>Итого за обед</b>		<b>515</b>	<b>18,92</b>	<b>14,59</b>	<b>57,88</b>	<b>459,58</b>	
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
<b>Итого за полдник</b>		<b>240</b>	<b>11,87</b>	<b>10,83</b>	<b>21,08</b>	<b>234</b>	
<b>Итого всего</b>		<b>1180</b>	<b>40,21</b>	<b>36,71</b>	<b>121,79</b>	<b>1003,98</b>	

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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>440</b>	<b>12,54</b>	<b>13,95</b>	<b>47,95</b>	<b>366,8</b>	
Завтрак 2	Яблоко	80	0,3	0,3	7,35	33,3	Пром.
<b>Итого за завтрак 2</b>		<b>80</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>7,35</b>	<b>33,3</b>	
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	
<b>Итого за обед</b>		<b>652,5</b>	<b>24,8</b>	<b>18,76</b>	<b>77,14</b>	<b>590,53</b>	
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
<b>Итого за полдник</b>		<b>280</b>	<b>13,58</b>	<b>12,38</b>	<b>24,19</b>	<b>267,56</b>	
<b>Итого всего</b>		<b>1452,5</b>	<b>51,22</b>	<b>45,39</b>	<b>156,63</b>	<b>1258,19</b>	



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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>340</b>	<b>8,83</b>	<b>13,71</b>	<b>38,31</b>	<b>312</b>	
Завтрак 2	Яблоко	80	0,3	0,3	7,35	33,3	Пром.
<b>Итого за завтрак 2</b>		<b>80</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>7,35</b>	<b>33,3</b>	
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	
<b>Итого за обед</b>		<b>530</b>	<b>12,16</b>	<b>17,03</b>	<b>70,84</b>	<b>485,9</b>	
Полдник	Плюшка	50	3,88	2,36	26,15	180	№449
	Ряженка	150	4,35	3,75	6,3	76	№420
<b>Итого за полдник</b>		<b>200</b>	<b>8,23</b>	<b>6,11</b>	<b>32,45</b>	<b>256</b>	
<b>Итого всего</b>		<b>1150</b>	<b>29,52</b>	<b>37,15</b>	<b>148,95</b>	<b>1087,2</b>	

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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>420</b>	<b>10,09</b>	<b>14,99</b>	<b>45,43</b>	<b>357</b>	
Завтрак 2	Яблоко	80	0,3	0,3	7,35	33,3	Пром.
<b>Итого за завтрак 2</b>		<b>80</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>7,35</b>	<b>33,3</b>	
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	
<b>Итого за обед</b>		<b>692,5</b>	<b>14,55</b>	<b>23,69</b>	<b>98,4</b>	<b>669</b>	
Полдник	Плюшка	70	3,88	2,36	26,15	197,4	№449
	Кисломолочный напиток (ряженка)	180	5,22	4,5	7,56	92	№420
<b>Итого за полдник</b>		<b>250</b>	<b>9,1</b>	<b>6,86</b>	<b>33,71</b>	<b>289,4</b>	
<b>Итого всего</b>		<b>1442,5</b>	<b>34,04</b>	<b>45,84</b>	<b>184,89</b>	<b>1348,7</b>	

**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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>340</b>	<b>6,66</b>	<b>11,43</b>	<b>35,37</b>	<b>271</b>	
Завтрак 2	Яблоко	80	0,3	0,3	7,35	33,3	Пром.
<b>Итого за завтрак 2</b>		<b>80</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>7,35</b>	<b>33,3</b>	
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	
<b>Итого за обед</b>		<b>527</b>	<b>16,22</b>	<b>11,61</b>	<b>59,18</b>	<b>447,8</b>	
Полдник	Вафли	44	1	8,8	18,8	226,2	пром.
	Молоко	150	4,58	4,08	7,58	85	№419
<b>Итого за полдник</b>		<b>194</b>	<b>5,58</b>	<b>12,88</b>	<b>26,38</b>	<b>311,2</b>	
<b>Итого всего</b>		<b>1141</b>	<b>28,76</b>	<b>36,22</b>	<b>128,28</b>	<b>1063,3</b>	

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
<b>Итого за завтрак</b>		<b>420</b>	<b>8,07</b>	<b>12,73</b>	<b>42,96</b>	<b>318,2</b>	
Завтрак 2	Яблоко	80	0,3	0,3	7,35	33,3	Пром.
<b>Итого за завтрак 2</b>		<b>80</b>	<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>7,35</b>	<b>33,3</b>	
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	
<b>Итого за обед</b>		<b>707,5</b>	<b>22,59</b>	<b>14,88</b>	<b>86</b>	<b>632,35</b>	
Полдник	Вафли	70	2	17,6	37,6	308,4	пром
	Молоко	180	5,48	4,88	9,07	102	№419
<b>Итого за полдник</b>		<b>250</b>	<b>7,48</b>	<b>22,48</b>	<b>46,67</b>	<b>410,4</b>	
<b>Итого всего</b>		<b>1482,5</b>	<b>38,44</b>	<b>50,39</b>	<b>182,98</b>	<b>1394,25</b>	