

ПРИКАЗ

От «31» августа 2023 г.

№ 204

Об утверждении меню приготавливаемых блюд
МБДОУ «Детский сад № 19 «Брусничка»

В соответствии с подпунктом 8.1.3 пункта 8.1 СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 27.10.2020 № 32, руководствуясь п.7.3. Устава МБДОУ «Детский сад № 19 «Брусничка»,

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить и ввести в действие с 01.09.2023 меню приготавливаемых блюд (приложение):
 - возрастная категория: 1-3 лет;
 - возрастная категория: 3-7 лет
2. Е.П. Гришкевич, шеф-повару:
 - 2.1. осуществлять приготовление блюд в соответствии с утвержденным меню;
 - 2.2. составлять и вывешивать на информационном стенде ежедневное меню для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.
3. Т.В. Сычевой, кладовщику:
 - 3.1. обеспечить своевременную заявку и завоз набора продуктов питания, из которых готовят блюда и кулинарные изделия, указанные в утвержденном меню;
 - 3.2. выдавать продукты питания согласно утвержденным меню;
 - 3.3. вести ведомость контроля за рационом питания в соответствии с утвержденными меню.
4. Д.Г. Кореновой мед.сестре следить, чтобы питание детей всех возрастных групп осуществлялось в соответствии с утвержденными меню.
5. Контроль исполнения настоящего приказа оставляю за собой



Заведующий И.И. Качко

1 неделя

с 1,5 до 3 лет

ПОНЕДЕЛЬНИК							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл							3
Завтрак	каша манная молочная	150	4,54	5,14	22,8	152,9	268
	бутерброд с повидлом	30	1,5	0,5	10,7	72,4	102
	чай сладкий	170	0,1	0,08	7,9	32,3	503
Итого за завтрак		350	6,14	5,72	41,4	257,6	
Второй завтрак	фрукты	100	0,4	0,4	9,8	92	118
Итого за второй завтрак		100	0,4	0,4	9,8	92	
Обед	суп с бобовыми	150	1,56	1,98	4,62	42,4	149
	гречка	110	6,24	4,66	27,6	177,58	243
	тефтели из говядины с рисом (Ёжики)	50	6,9	6,3	4,3	102	394
	соус томатный с овощами	20	3,8	8,2	15	14,2	463
	компот из сухофруктов	150	0,4	0,07	15,1	63	531
	хлеб	25	1,9	0,2	12,3	58,5	

с 3 до 7 лет

ПОНЕДЕЛЬНИК							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл							3
Завтрак	каша манная молочная	170	5,1	5,4	25,9	173,3	268
	бутерброд с повидлом	30	1,5	0,5	10,7	72,4	102
	чай сладкий	200	0,2	0,1	9,3	38	503
Итого за завтрак		400	6,8	6	45,9	283,7	
Второй завтрак	фрукты	100	0,4	0,4	9,8	92	118
Итого за второй завтрак		100	0,4	0,4	9,8	92	
Обед	суп с бобовыми	180	1,8	2,3	5,5	50,9	149
	гречка	130	7,3	5,5	32,6	209,8	243

Итого за обед		505	20,8	21,41	78,9	457,68	
Полдник	печенье	50	8	6,1	10,3	128	327
	какао с молоком	150	2,7	2,4	18,7	108	508
Итого за полдник		200	10,7	8,5	29	236	
Ужин	салат свекла с чесноком	50	1,2	8	4,2	65,5	57
	макароны с сыром	150	23,3	26,1	25,5	206,2	299
	чай сладкий	180	0,3	0,07	7,9	32,3	503
	хлеб	20	1,5	0,5	10,2	52,4	
Итого за ужин		400	11,3	13,08	47,8	356,4	
Итого за день		1555	49,34	49,11	207	1399,7	

	тефтели из говядины с рисом (Ёжики)	70	9,1	8,4	12,1	142,8	394
	соус томатный с овощами	20	3,8	8,2	15	14,2	463
	компот из сухофруктов	180	0,6	0,07	18	72,9	531
	хлеб	30	2,2	0,24	14,7	70,2	
Итого за обед		610	24,8	24,7	97,9	560,8	
Полдник	печенье	50	8	6,1	10,3	128	
	какао с молоком	200	3,6	3,3	25	144	508
Итого за полдник		250	11,6	9,4	35,3	272	
Ужин	салат свекла с чесноком	50	1,2	8	4,2	65,5	57
	макароны с сыром	200	31,1	34,8	34	274,9	299
	чай сладкий	180	0,3	0,07	7,9	32,3	503
	хлеб	20	1,5	0,5	10,2	52,4	
Итого за ужин		450	11,3	13,1	56,3	425,1	
Итого за день		1810	49,3	53,6	245	1634	

ВТОРНИК							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		

ВТОРНИК							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		

полдник							
Ужин	зеленый горошек	50	2,2		4,5	26,2	
	омлет из рисовой каши	155	12	13	16	264	309
	кофейный напиток	180	2,4	2	11,9	59,2	513
	хлеб	20	1,5	0,5	10,2	52,4	
Итого за ужин		405	18,1	15,5	42,6	401,8	
Итого за день		1565	55,84	54,46	164	1395,3	

Итого за полдник		250	5,6	6,3	8,1	110	
Ужин	зеленый горошек	50	2,2		4,5	26,2	
	омлет из рисовой каши	200	15,4	21,9	20,6	340	309
	кофейный напиток	180	2,4	2	11,9	59,2	513
	хлеб	20	1,5	0,5	10,2	52,4	
Итого за ужин		450	21,5	24,4	47,2	477,8	
Итого за день		1815	70,3	71,2	180,6	1654	

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл							3
Завтрак	каша геркулесовая молочная	150	5,3	7	21,6	171,3	272
	бутерброд с маслом	35	1,4	14,5	8,7	171,5	100
	чай сладкий	170	0,1	0,08	7,9	32,3	503
Итого за завтрак		355	6,8	21,6	38,2	375,1	
Второй завтрак	фрукты	100	0,4	0,3	10,3	92	
Итого за второй		100	0,4	0,3	10,3	92	

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл							3
Завтрак	каша геркулесовая молочная	170	5,9	7	24,1	184	272
	бутерброд с маслом	35	1,4	15	8,7	172	100
	чай сладкий	200	0,2	0,1	9,3	38	503
Итого за завтрак		405	7,5	22	42,1	393	
Второй завтрак	фрукты	100	0,4	0,3	10,3	92	
Итого за второй		100	0,4	0,3	10,3	92	

Итого за обед		505	14,8	12,9	89	468	
Полдник	ватрушка с творогом	50	3	1,4	18,5	98,3	560
	чай с молоком	150	1,1	0,9	13	65,2	507
Итого за полдник		200	4,1	2,3	31,5	163,5	
Ужин	Овощи свежие	50	0,4	0,05	1,2	7	
	рагу из курицы	150	11,8	12,3	13,6	212,5	412
	напиток из шиповника	180	0,6	0,2	20,7	86,1	538
	хлеб	20	1,5	0,5	10,3	52,4	
Итого за ужин		400	14,3	13,1	45,8	358	
Итого за день		1560	40,4	50,1	215	1457	

ЧЕТВЕРГ

Итого за обед		610	17,7	15	105	552	
Полдник	ватрушка с творогом	50	3	1,4	18,5	98,3	560
	чай с молоком	200	1,5	1,3	17,4	87	507
Итого за полдник		250	4,5	2,7	35,9	185	
Ужин	Овощи свежие	50	0,4	0,1	1,2	7	
	рагу из курицы	200	15,7	16	18,1	283	412
	напиток из шиповника	180	0,6	0,2	20,7	86,1	538
	хлеб	20	1,5	0,5	10,3	52,4	
Итого за ужин		450	18,2	17	50,3	429	
Итого за день		1815	48,3	57	243	1652	

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл							3
Завтрак	каша кукурузная молочная	150	4,6	5,5	27,7	158,8	271
	бутерброд с маслом	35	1,4	14,5	8,7	171,5	100
	чай сладкий	170	0,1	0,08	7,9	32,3	503
	Итого за завтрак	355	6,1	20,1	44,3	362,6	
Второй завтрак	фрукты	100	0,4	0,4	9,8	92	118
Итого за второй завтрак		100	0,4	0,4	9,8	92	
Обед	суп с фрикадельками	150	1,3	1,7	8,8	56,5	154
	макароны	110	4,1	0,4	21,2	106,2	297
	Голубцы Любительские	50	5,5	6,2	2	86,5	352
	соус	20	0,2	0,8	1,1	12,9	457
	компот из сухофруктов	150	0,4	0,07	15,1	63	531
	хлеб	25	1,9	0,2	12,2	58,5	
	Итого за обед	505	13	9,37	60,4	383,6	
Полдник	Йогурт	200	10	6,4	16,9	174	
Итого за полдник		200	10	6,4	16,9	174	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл							3
Завтрак	каша кукурузная молочная	170	5,2	6,2	31,3	204	271
	бутерброд с маслом	35	1,4	14,5	8,7	171,5	100
	чай сладкий	200	0,2	0,1	9,3	38	503
Итого за завтрак		405	6,8	20,8	49,3	413,5	
Второй завтрак	фрукты	100	0,4	0,4	9,8	92	118
Итого за второй завтрак		100	0,4	0,4	9,8	92	
Обед	суп с фрикадельками	180	1,5	2	10,5	67,7	154
	макароны	130	4,8	0,5	25	125,5	297
	Голубцы Любительские	70	7,7	8,6	2,8	121,1	352
	соус	20	0,2	0,8	1,1	12,9	457
	компот из сухофруктов	180	0,48	0,08	18,8	76,6	531
	хлеб	30	2,2	0,2	14,7	70,2	
Итого за обед		610	16,88	12,18	72,9	474	
Полдник	Йогурт	250	10	6,4	16,9	174	
Итого за полдник		250	10	6,4	16,9	174	

Итого за полдник		200	10	6,4	16,9	174	
Ужин	вареники с картофелем	150	5,2	7,2	30,6	208,5	
	Овощи свежие	50	0,6	0,08	2	11,2	31
	чай с лимоном	180	0,3	0,1	8,5	30	504
	Хлеб	20	1,5	0,5	10,3	52,4	
Итого за ужин		400	7,6	7,88	51,4	302,1	
Итого за день		1560	38	44,1	183	1314	

Ужин	вареники с картофелем	180	6,3	8,6	36,7	250,2	
	Овощи свежие	50	0,6	0,08	2	11,2	31
	чай с лимоном	200	0,3	0,1	8,5	32,3	504
	Хлеб	20	1,5	0,5	10,3	52,4	
Итого за ужин		450	8,7	9,28	57,5	346,1	
Итого за день		1815	42,78	49,06	206,4	1499,6	

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл							3
Завтрак	суп молочный с крупой	150	3,6	3,8	12,3	98,8	170
	бутерброд с сыром	35	5,9	10,66	8,2	152,5	97
	чай сладкий	170	0,1	0,08	7,9	32,3	503
Итого за завтрак		355	9,6	14,54	28,4	283,6	
Второй завтрак	фрукты	100	0,4	0,4	9,8	92	118
Итого за второй завтрак		100	0,4	0,4	9,8	92	
Обед	борщ	150	3,1	3,6	7,1	71	67
	Картофельное	110	12,	12,9	10,3	209	434

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл							3
Завтрак	суп молочный с крупой	170	4	4,3	14	112	170
	бутерброд с сыром	35	5,9	10,66	8,2	152,5	97
	чай сладкий	200	0,2	0,1	9,3	38	503
Итого за завтрак		405	10,1	15,06	31,5	302,5	
Второй завтрак	фрукты	100	0,4	0,4	9,8	92	118
Итого за второй завтрак		100	0,4	0,4	9,8	92	

	молочная									молочная							
	чай с лимоном	170	0,1	0,08	79	32,3	503			чай с лимоном	200	0,1	0,08	79	32,3	503	
	батон с маслом	35	1,4	14,5	8,7	171,5	100			батон с маслом	35	1,4	14,5	8,7	171,5	100	
Итого за завтрак		355	7,3	21,58	114,5	476,8			Итого за завтрак		405	8	22,4	8	118	512,8	
Второй завтрак	фрукты	100	0,4	0,4	9,8	92			Второй завтрак	фрукты	100	0,4	0,4	9,8	92		
Итого за второй завтрак		100	0,4	0,4	9,8	92			Итого за второй завтрак		100	0,4	0,4	9,8	92		
Обед	рассольник ленинградский	150	4,1	4,8	11,2	104,6	68		Обед	рассольник ленинградский	180	4,9	5,8	13,5	125,5	68	
	пюре из гороха с маслом	110	10,4	3,2	20,8	154	423			пюре из гороха с маслом	130	12,3	3,8	24,6	182	423	
	курица отварная	50	11,7	8,1	0,2	121,4	409			курица отварная	70	16,5	11,4	0,4	170	409	
	соус белый основной	20	0,2	0,8	1,1	12,9	457			соус белый основной	20	0,2	0,8	1,1	12,9	457	
	компот из с/ф	150	0,4	0,07	15,07	63	531			компот из с/ф	180	0,6	0,09	18	72,9	531	
	Хлеб	25	1,9	0,2	12,2	58,5				Хлеб	30	2,2	0,24	14,7	70,2		
Итого за обед		505	28,7	17,17	60,57	514,4			Итого за обед		610	36,7	22,1	3	72,3	633,5	
Полдник	чай сладкий	150	0,1		15	60	503		Полдник	чай сладкий	200	0,2	0,1	9,3	38	503	
	вафли	50	1,4	1,6	38,6	175				вафли	50	1,4	1,6	38,6	175		
Итого за полдник		200	1,5	1,6	53,6	235			Итого за полдник		250	1,6	1,7	47,9	213		
Ужин	жаркое по домашнему с тушеным мясом	150	12,7	13,2	10,7	213	401		Ужин	жаркое по домашнему с тушеным мясом	180	15,3	15,8	12,8	255,6	401	
	чай сладкий	180	0,1	0,08	7,9	32,3	503			чай сладкий	200	0,2	0,1	9,3	38	503	
	огурец соленый	50	0,4	0,05	0,85	6,5				огурец соленый	50	0,4	0,05	0,85	6,5		
	Хлеб	20	1,5	0,5	10,2	52,4				Хлеб	20	1,5	0,5	10,2	52,4		
Итого за ужин		400	14,7	13,83	29,65	304,2			Итого за ужин		450	17,4	16,4	5	33,15	352,5	
Итого за день		1560	52,6	54,58	268,12	1622,4			Итого за день		1815	64,1	63,1	6	281,2	1804	

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл							3
	каша рисовая	150	4,71	8,9	27,75	209,6	259
	бутерброд с маслом	35	1,4	14,5	8,7	171,5	100
	чай сладкий	170	0,1	0,08	7,9	32,3	503
Итого за завтрак		355	6,21	23,5	44,35	413,4	
Второй завтрак	фрукты	100	0,4	0,4	9,8	92	
Итого за второй завтрак		100	0,4	0,4	9,8	92	
Обед	суп лапша домашняя	150	1,5	2,26	6,67	53,5	162
	рагу из курицы	110	8,6	9	9,9	155,8	412
	кисель	150	0,7	0,15	15,1	69	
	хлеб	25	1,9	0,2	12,2	58,5	
Итого за обед		435	12,7	11,6	43,87	336,8	
Полдник	снежок	200	4,2	3,79	6,14	64	

ВТОРНИК

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл							3
	каша рисовая	170	5,3	10,1	31,45	237,5	259
	бутерброд с маслом	35	1,4	14,5	8,7	171,5	100
	чай сладкий	200	0,2	0,1	9,3	38	503
Итого за завтрак		405	6,9	24,7	49,45	447	
Второй завтрак	фрукты	100	0,4	0,4	9,8	92	
Итого за второй завтрак		100	0,4	0,4	9,8	92	
Обед	суп лапша домашняя	180	1,8	4	10	79	162
	рагу из курицы	200	14,1	14,7	16,2	255	412
	кисель	190	0,09		34,4	138,6	
	хлеб	30	2,2	0,2	14,7	70,2	
Итого за обед		600	18,19	18,9	75,3	542,8	
Полдник	снежок	250	5,6	4,9	8,1	85,3	
Итого за полдник		250	5,6	4,9	8,1	85,3	

Итого за полдник		200	4,2	3,79	6,14	64	
Ужин	зеленый горошек	50	2,2		4,5	26,2	
	омлет натуральный	150	12,9	20	3,4	244	307
	чай сладкий	180	0,1	0,08	7,9	32,3	503
	хлеб	20	1,5	0,5	10,2	52,4	
Итого за ужин		400	16,7	20,6	26	354,9	
Итого за день		1490	40,21	59,9	130,2	1261	

Ужин	зеленый горошек	50	2,2		4,5	26,2	
	омлет натуральный	180	15,4	23,9	4	292,7	307
	чай сладкий	200	0,2	0,1	9,3	38	503
	хлеб	20	1,5	0,5	10,2	52,4	
Итого за ужин		450	19,3	24,5	28	409,3	
Итого за день		1805	50,39	73,4	170,65	1576	

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл							3
Завтрак	суп молочный с макаронными изделиями	150	5,1	4,7	94,9	131,4	171
	чай сладкий	170	0,1	0,08	7,9	32,3	503
	бутерброд с сыром	35	5,9	10,66	8,2	152,5	97
Итого за завтрак		355	11,1	15,44	111	316,2	
Второй завтрак	фрукты	100	0,4	0,04	9,8	92	
Итого за второй завтрак		100	0,4	0,04	9,8	92	
Обед	свекольник	150	1,3	2,83	6,19	55,95	136

СРЕДА

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл							3
Завтрак	суп молочный с макаронными изделиями	170	5,8	5,4	95,6	138,4	171
	чай сладкий	200	0,2	0,1	9,3	38	503
	бутерброд с сыром	35	5,9	10,66	8,2	152,5	97
Итого за завтрак		405	11,9	16,16	113,1	328,9	
Второй завтрак	фрукты	100	0,4	0,04	9,8	92	
Итого за второй завтрак		100	0,4	0,04	9,8	92	
Обед	свекольник	180	1,5	3,2	8,6	69,8	136
	каша ячневая	130	3,99	4,1	22,61	133,51	250

	каша ячневая	110	3,38	3,49	22	132,9	250
	курица отварная	50	11,7	8,1	0,2	121,4	409
	соус томатный с овощами	20	38	4,1	75	14,2	463
	компот из с/ф	150	0,4	0,07	15,07	63	531
	хлеб	25	1,9	0,2	12,2	58,5	
Итого за обед		505	56,68	18,79	130,7	445,95	
Полдник	чай с молоком	150	1,5	0,9	17,4	87	507
	пирожки с капустой	50	3,5	3,7	21	131	562
Итого за полдник		200	5	4,6	38,4	218	
Ужин	свежие овощи	50	0,3	0,06	1,1	7,2	
	вареники с мясом	150	13,5	9	33	268,5	
	чай с лимоном	180	0,3	0,1	8,5	30	504
	хлеб	20	1,5	0,5	10,2	52,4	
Итого за ужин		400	15,6	9,66	52,8	358,1	
Итого за день		1560	88,78	48,53	342,7	1430,3	

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл							3
Завтрак	каша молочная Дружба	150	3,8	4,8	20,1	139,4	266
	чай с лимоном	170	0,3	0,1	8,5	30	504
	батон с маслом	35	1,4	14,5	8,7	171,5	100
Итого за завтрак		355	5,5	19,4	37,3	340,9	
Второй завтрак	фрукты	100	0,4	0,4	9,8	92	

	курица отварная	70	16,5	11,4	0,4	170	409
	соус томатный с овощами	20	38	4,1	75	14,2	463
	компот из с/ф	180	0,4	0,07	18	72,9	531
	хлеб	30	2,2	0,24	14,7	70,2	
Итого за обед		610	62,59	23,11	139,31	530,61	
Полдник	чай с молоком	200	1,5	0,9	17,4	87	507
	пирожки с капустой	50	3,5	3,7	21	131	562
Итого за полдник		250	5	4,6	38,4	218	
Ужин	свежие овощи	50	0,3	0,06	1,1	7,2	
	вареники с мясом	180	6,3	9,6	36,7	300	
	чай с лимоном	200	0,4	0,2	7,9	32,3	504
	хлеб	20	1,5	0,5	10,2	52,4	
Итого за ужин		450	8,5	10,36	55,9	391,9	
Итого за день		1815	88,39	54,27	356,51	1561,4	

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл							3
Завтрак	каша молочная Дружба	170	4,3	5,4	22,7	167,2	266
	чай с лимоном	200	0,4	0,2	8,5	32,3	504
	батон с маслом	35	1,4	14,5	8,7	171,5	100
Итого за завтрак		405	6,1	20,1	39,9	371	
Второй завтрак	фрукты	100	0,4	0,4	9,8	92	

Итого за второй завтрак		100	0,4	0,4	9,8	92	
Обед	суп с рыбными консервами	150	5,5	4,3	9,1	99,7	159
	макароны отварные	110	4	3,6	21,6	135,3	297
	котлета	50	8,9	8,75	7,15	143	386
	соус томатный с овощами	20	3,8	4,1	7,5	14,2	463
	компот из с/ф	150	0,4	0,07	15,07	63	31
	хлеб	25	1,9	0,2	12,2	58	
Итого за обед		505	24,5	21,0	72,62	513,2	
Полдник	творожная запеканка	50	8	8,4	7,9	141,6	319
	какао	150	2,7	2,4	18,7	108	508
Итого за полдник		200	2,7	2,4	18,7	108	
Ужин	свежие овощи	20	0,2	0,02	0,06	3,5	
	рагу из овощей	150	3	8	12,7	135	201
	Ежики Вкусные п/ф	70	9,45	6,65	4,55	117,6	
	напиток из шиповника	160	0,6	0,2	20,7	86,1	538
	Хлеб	20	1,5	0,5	10,2	52,4	
Итого за ужин		420	14,7	15,3	48,21	394,6	
Итого за день		1580	47,8	58,5	186,63	1448,7	

завтрак							
Итого за второй завтрак		100	0,4	0,4	9,8	92	
Обед	суп с рыбными консервами	180	6,6	5,4	10,2	100,8	159
	макароны отварные	130	4,8	5	25	136,1	297
	котлета	70	12,4	12,2	10,01	200,2	386
	соус томатный с овощами	20	3,8	4,1	7,5	14,2	463
	компот из с/ф	180	0,6	0,07	18	72,9	531
	хлеб	30	2,2	0,24	14,7	70,2	
	Итого за обед		610	30,4	27,0	85,41	594,4
Полдник	творожная запеканка	50	8	8,4	7,9	141,6	319
	какао	200	3,6	3,3	25	144	508
Итого за полдник		250	3,6	3,3	25	144	
Ужин	свежие овощи	20	0,2	0,02	0,06	3,5	
	рагу из овощей	180	3,6	9,5	15,2	162	201
	Ежики Вкусные п/ф	70	9,45	6,65	4,55	117,6	
	напиток из шиповника	180	0,72	0,32	22	87,3	538
	Хлеб	20	1,5	0,5	10,2	52,4	
Итого за ужин		470	15,4	16,9	52,01	422,8	
Итого за день		1835	56,0	67,8	212,12	1624,2	

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл							
Завтрак	каша молочная манная	150	4,54	5,14	22,8	152,9	268
	чай с лимоном	170	0,3	0,1	8,5	30	504
	бутерброд с сыром	35	5,9	10,66	8,2	152,5	97

ПЯТНИЦА

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл							
Завтрак	каша молочная манная	170	5,1	5,4	25,9	173,3	268
	чай с лимоном	200	0,4	0,2	9,6	32,3	504
	бутерброд с сыром	35	5,9	10,6	8,2	152,5	97

Итого за завтрак		355	10,74	15,9	39,5	335,4		Итого за завтрак		405	11,4	16,26	43,7	358,1	
Второй завтрак	фрукты	100	0,4	0,4	9,8	92		Второй завтрак	фрукты	100	0,4	0,4	9,8	92	
Итого за второй завтрак		100	0,4	0,4	9,8	92		Итого за второй завтрак		100	0,4	0,4	9,8	92	
Обед	суп Крестьянский	150	1,2	3,06	8,73	67,5	160	Обед	суп Крестьянский	180	1,44	3,3	9,17	67,94	160
	рис отварной	110	2,7	4,4	27,2	160,6	246		рис отварной	130	3,1	5,4	31,7	176	246
	курица отварная	50	11,7	8,1	0,2	121,4	409		курица отварная	70	16,5	11,4	0,4	170	409
	соус белый основной	20	03.авг	4,1	7,5	14,2	463		соус белый основной	20	3,8	4,1	7,5	14,2	463
	компот из с/ф	150	0,4	0,07	15,07	63	531		компот из с/ф	180	0,6	0,07	18	72,9	531
	хлеб	25	1,9	0,2	12,2	58,5			хлеб	30	2,2	0,24	14,7	70,2	
Итого за обед		505	45158,9	19,93	70,9	485,2		Итого за обед		610	27,64	24,51	81,47	571,24	
Полдник	чай с молоком	150	1,3	1,1	15,6	78,3	507	Полдник	чай с молоком	200	1,5	2	17,4	87	507
	печенье	50	3,7	4,9	37,2	207,5			печенье	50	3,7	4,9	37,2	207,5	
Итого за полдник		200	5	6	52,8	285,8		Итого за полдник		250	5,2	6,9	54,6	294,5	
Ужин	свежие овощи	50	0,3	0,06	1,1	7,2		Ужин	свежие овощи	50	0,3	0,06	1,1	7,2	
	сельдь соленая	40	9	5		80,8	109		сельдь соленая	40	9	5		80,8	109
	картофельное пюре	110	2,9	4,8	11,9	101,2	434		картофельное пюре	150	3,1	6,6	16,3	138	434
	чай сладки	180	0,1	0,08	7,9	32,3	503		чай сладки	180	0,1	0,08	7,9	32,3	503
	хлеб	20	1,5	0,5	10,2	52,4			хлеб	20	1,5	0,5	10,2	52,4	
Итого за ужин		400	13,8	10,44	31,1	273,9		Итого за ужин		440	14	12,24	35,5	310,7	
Итого за день		1560	45188,8	52,67	204,1	1472,3		Итого за день		1805	58,64	60,31	225,1	1626,54	

