

Заведующий МОУ «Детский сад № 192»

ТРИМЕСЕЧНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Финансирование 000

(с соевыми овощами)

для детей раннего возраста 1-3 лет при 12-часовом пребывании



Прием пищи	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 1								
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РИСОВОЙ) с маслом №94	150/5	3,5	6,1	12,7	125,7	94	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	2011
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
Итого за завтрак		335	8,4	9,3	39,3	280,5		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011
Итого за 2 завтрак		150	0,8	0,2	14,7	62,6		
Обед	ИЖРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №82	150	1,8	1,8	12,1	70,9	82	2011
	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ №305	50	8,3	8,2	8,1	139,6	305	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4		
Итого за обед		530	15,8	16,3	68,2	485,8		
Уплотненный полдник	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ №276	150	17,4	16,4	16,8	288,0	276	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,1	0,1	7,5	35,5		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник		405	22,7	20,4	63,0	530,2		
Всего за день:			47,7	46,2	185,2	1359,1		





для детей раннего возраста 1-3 лет при 12-часовом пребывании

ДИТЯМЕРНОЕ 20-ти ДЛЕРВНОЕ МЕРЗЮ  
(с соленьями овощами)



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 2	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ №215	130	13,1	16,4	2,5	215,3	215	2011
		150	4,3	3,7	7	78,6	400	2011
		20	1,5	0,6	10,3	52,4		
Итого за завтрак		300	18,9	20,7	19,8	346,3		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	150	0,6	0,6	14,3	68,4	368	2011
		150	0,6	0,6	14,3	68,4		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
		150	1,3	1,7	10,1	60,9	80	2011
		120/15	10,6	10,4	9,3	177,2	298	2011
		150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		25	1,9	0,2	12,5	59,2		
		510	15,6	14,4	64,0	452,4		
Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ №240	130	17,8	15,7	16,9	292,8	240	2011
		50	1,0	2,5	3,5	43,9	350	2011
		200	3,1	2,4	14,8	93,9	395	2011
Итого за Уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
		400	23,4	20,7	44,9	476,6		
Всего за день:			58,5	56,4	143,0	1343,7		



Заведующий МОУ «Средней сад № 292

ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Директор ООО

«Славия»

(с соевыми овощами)

для детей раннего возраста 1-3 лет при 12-часовом пребывании



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 3	ЗАВТРАК КАША ЖИДКАЯ (манная) №185 КАКАО С МОЛОКОМ №397 ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213 БАТОН	150	6,1	3,4	26,8	163,0	185	2011
		150	3,1	2,5	12,3	84,7	397	2011
		45	5,5	5	0,3	68,6	213	2011
		20	1,5	0,6	10,3	52,4		
Итого за завтрак		365	16,2	11,5	49,7	368,7		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011
Итого за 2 завтрак		150	0,8	0,2	14,7	62,6		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57 КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ №282 КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166 СОУС СМЕТАННЫЙ №354 ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393 ХЛЕБ РУЖАНОЙ	30	0,2	0	0,5	3,9	57	2011
		150	1,0	2,9	7,1	59,1	282	2011
		50	8,3	8,5	8,1	144,9	166	2011
		110	5,7	6,4	26,3	191,4	354	2011
		30	0,4	1,2	1,8	23,0	393	2011
		150/7/3	0,1	0	7,0	29,0		
		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед		550	17,0	19,2	59,3	492,1		
Уплотненный полдник	ПОРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (свежая) №324 ФРИКАДЕЛКИ "ВКУСНЯШКА" ТТК № 32 СОУС МОЛОЧНЫЙ №350 КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,5	1,1	3,0	25,0	324	2011
		100	14,0	20,6	14,2	298,3	350	2011
		30	0,6	1,6	2,2	26,9	372	2011
		150	0,1	0,1	17,4	71,8		
Итого за Уплотненный полдник		30	2,2	0,2	14,6	68,9		
Итого за Уплотненный полдник		340	17,4	23,6	51,4	490,9		
Всего за день:			51,4	54,5	175,1	1414,3		



Заведующий МОУ «Детский сад № 21»  
 Е. П. Рыжова



**ПЕРИМЕТРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
 (с соевыми овощами)

Для детей раннего возраста 1-3 лет при 12-часовом пребывании



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 1</b>								
<b>День 4</b>								
Завтрак	СУЛ МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (ТРЕЧНЕВОЙ) №94	150	4,4	4,1	12,5	108,5	94	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	2011
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
Итого за завтрак	Сыр (ТОРЦИЯМИ) №7	10	2,2	2,9	0	35,3	7	2011
		330	10,7	9,9	34,0	270,4		
<b>2 Завтрак</b>								
Итого за 2 завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	150	0,6	0,6	14,3	68,4	368	2011
		150	0,6	0,6	14,3	68,4		
<b>Обед</b>								
	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67	150	1,1	3,0	5,3	52,9	67	2011
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304	130	24,9	26,9	21,5	431,9	304	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед		480	27,6	30,1	47,6	576,2		
<b>Уплотненный полдник</b>								
	ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ТВОРОГОМ №211	130	9,4	8,5	28,6	234,0	211	2011
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) №351	20	0,4	0,8	2,3	17,4	351	2011
	КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА №401	150	4,3	3,7	5,8	77,1	401	2011
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА №473	50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
Итого за Уплотненный полдник		350	18,1	16,0	66,3	489,4		
Всего за День:			57,0	56,6	162,2	1404,4		





Заведующий ИКОУ Детский сад № 292  
Е. П. Шварцман

**УПЛОТНЕНННОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
(с соевыми овощами)

для детей раннего возраста 1-3 лет при 12-часовом пребывании



Примем пищи	Примем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 1 День 5	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) №185 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400 БАТОН	150	6,4	4,6	23,4	161,4	185	2011
		180	5	4,4	8,3	94,3	400	2011
		20	1,5	0,6	10,3	52,4		
		350	12,9	9,6	42,0	308,1		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33 СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/Б №77 ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ №276 КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383 ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
		150	2,0	2,3	11,7	75,8	77	2011
		130	15,2	14,2	14,6	249,9	276	2011
		150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за обед		520	22,1	18,8	78,5	575,5		
Уплотненный	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ КОГТЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ №255 КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ) №166 НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
		50	6,9	2,7	4,8	74,1	255	2011
		110	2,5	4,2	25,8	156,8	166	2011
		150	0,5	0,2	15,1	73,4	398	2011
Итого за Уплотненный полдник		370	12,8	10,0	63,1	411,0		
Всего за день:			48,7	38,6	201,3	1369,7		





**ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
(с соевыми овощами)**

**Для детей раннего возраста 1-3 лет при 12-часовом пребывании**



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 2 День 6	ЗАВТРАК	КАША ЖИДКАЯ (манная) №185	150	6,1	3,4	26,5	161,8	185	2011
		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400	2011
		БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
		СЫР (ТОРЦИЯМИ)	10	2,3	3	0	36,4	7	2011
		<b>Итого за завтрак</b>	<b>330</b>	<b>14,2</b>	<b>10,7</b>	<b>43,8</b>	<b>329,2</b>		
		<b>2 Завтрак</b>	<b>ЯЕЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ №388</b>	<b>110</b>	<b>0,7</b>	<b>0,5</b>	<b>31,9</b>	<b>137,0</b>	<b>388</b>
<b>Итого за 2 завтрака</b>		<b>110</b>	<b>0,7</b>	<b>0,5</b>	<b>31,9</b>	<b>137,0</b>			
Обед	ОБЕД	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ №85	150/15	1,5	2,3	8,8	60,7	85	2011
		ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ №298	120/15	10,6	10,4	9,3	177,2	298	2011
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,3	0,4	21,2	102		
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,4	0,3	22,6	106,6		
<b>Итого за обед</b>		<b>575</b>	<b>19,0</b>	<b>13,4</b>	<b>74,0</b>	<b>486,9</b>			
Уплотненный полдник	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ №249	50	8,2	2,9	1,3	64,8	249	2011
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,4	15,7	106,3	321	2011
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/7/3	0,1	0	7,0	29,0	393	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46		
		БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		<b>390</b>	<b>16,2</b>	<b>10,3</b>	<b>62,6</b>	<b>413,4</b>			
<b>Всего за день:</b>			<b>50,1</b>	<b>34,9</b>	<b>212,3</b>	<b>1376,5</b>			



(с соевыми овощами)

для детей раннего возраста 1-3 лет при 12-часовом пребывании



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 2</b>								
<b>День 7</b>								
Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ №215	130	13,1	16,4	2,5	215,3	215	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
Итого за завтрак		320	15,5	17,3	27,7	333,3		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011
Итого за 2 завтрака		150	0,8	0,2	14,7	62,6		
<b>Обед</b>								
	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ №83	150/15	4,1	4,0	10,4	94,0	83	2011
	МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) №292	130	13,1	6,8	27,4	239,9	292	2011
	СОУС СМЕТАННЫЙ №354	20	0,2	0,8	1,1	14,8	354	2011
	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,3	0,3	14,8	71,4		
Итого за обед		530	20,1	12,0	71,8	496,0		
<b>Уплотненный полдник</b>								
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ №238	130	15,5	13,2	31,0	309,2	238	2011
	СОУС МОЛОЧНЫЙ №350	20	0,4	1,1	1,5	17,6	350	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	2011
	БАТОН	15	1,1	0,4	7,7	39,3		
Итого за Уплотненный полдник		315	19,6	17,0	51,4	442,3		
Всего за день:			56,0	46,5	165,6	1334,2		

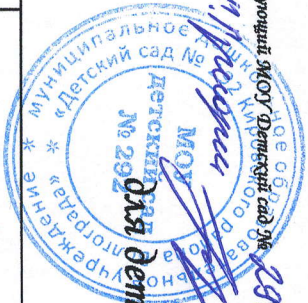






(с соленьями овощами)

для детей раннего возраста 1-3 лет при 12-часовом пребывании



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 2 День 9	ЗАВТРАК КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) №185 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400 БАТОН СЫР (ТОРЦИЯМИ) №7	150	7,0	3,5	29,1	175,4	185	2011	
		150	4,3	3,7	7	78,6	400	2011	
		20	1,5	0,6	10,3	52,4			
		10	2,3	3	0	36,4	7	2011	
		330	15,1	10,8	46,4	342,8			
Итого за завтрак									
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011	
Итого за 2 завтрака		180	0,9	0,2	17,7	75,1			
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33 БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57 ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ №294 КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383 ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011	
		150	1,0	2,9	7,0	58,9	57	2011	
		130/5	18,9	10,2	14,2	241,8	294	2011	
		150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011	
		40	2,6	0,4	17	81,6			
Итого за обед		505	21,0	15,4	61,8	496,6			
Уплотненный полдник	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ №212 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) №351 КЕФИР, АЛИДЬФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА №401 ПЕЧЕНЬЕ	130	11,7	6,7	27,5	219,8	212	2011	
		50	0,9	1,8	5,6	43,7	351	2011	
		180	5	4,4	7	92,5	401	2011	
		20	1,5	2	14,9	83,4			
Итого за Уплотненный полдник		380	19,1	14,9	55,0	439,4			
Всего за день:			56,1	41,3	180,9	1353,9			





**ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
(с соевыми овощами)



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 2 День 10	Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ №215	130	13,1	16,4	2,5	215	2011	
		ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	10,9	394	2011	
		БАТОН	25	1,9	0,7	12,9	65,5		
		Итого за завтрак	305	17,6	19,4	26,3	355,8		
		Итого за 2 завтрака	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Обед	Итого за 2 завтрака	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1		
		ОГУРЕЦ СОПЕНЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9	82	2011
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КБ №62	150	2,3	1,8	12,7	75,1	302	2011
		ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ №302	150	13,9	13,0	14,8	235,3	376	2011
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5		
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	81,6		
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4		
Итого за обед	540	20,5	15,3	66,6	489,8				
Уплотненный полдник	Итого за обед	КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ, ШНИЦЕЛ И РУБЛЕННЫЕ №282	50	8,3	8,5	8,1	144,9	282	2011
		КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	110	5,7	6,4	26,3	191,4	186	2011
		ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ТОВИДЛОМ	150/10	0	0	9,8	39,2	392	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
		Итого за Уплотненный полдник	345	15,9	15,1	56,7	434,7		
Всего за день:			54,9	50,0	167,3	1355,4			



Заведующий ЖКОУ Детский сад № 102  
Е. П. Мухоморова



для детей раннего возраста 1-3 лет при 12-часовом пребывании

**ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
(с соевыми овощами)

Директор ООО "Славия" *С. С. Славина*



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ) №94 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395 СЫР (ТОРТИЛЬЯМИ) БАТОН	150	3,5	3,9	12,3	100,8	94	2011
		150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
		10	2,2	2,9	0	35,3	7	2011
		30	2,3	0,9	15,4	78,6		
Итого за завтрак		340	10,3	9,5	39,1	286,0		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	150	0,6	0,6	14,3	68,4	368	2011
Итого за 2 завтрак		150	0,6	0,6	14,3	68,4		
Обед	ПОМИДОРЫ СОПЕНЫЕ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №77 МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) №292 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372 ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,3	0	0,7	4,1		
		150	1,6	1,8	11,7	68,3	77	2011
		150	15,1	7,9	31,5	276,4	292	2011
		150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		20	1,5	0,1	10	47,4		
		520	19,9	10,1	79,8	508,8		
Уплотненный полдник	ИГРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54 БИТОЧКИ "КУЗИНА ЗАБАВА" ТТК № 33 СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ №355 ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	30	0,4	1,5	2,3	24,6	54	2011
		50	6,1	11,3	6,2	151,2	ТТК № 33	
		30	0,5	1,1	2,3	24,4	355	2011
		180/10/7	0,2	0	10,0	41,7	393	2011
		20	1,5	0,1	10	47,4		
		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
Итого за Уплотненный полдник		377	12,8	17,9	59,7	456,6		
Всего за день:			43,6	38,1	192,9	1319,8		





Заведующий ЛОУГ Омской обл. № 292  
 И.И. Мухоморов  
 Для детей раннего возраста 1-3 лет при 12-часовом пребывании

**ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
 (с соевыми овощами)



Прием пищи	Название блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 День 12	ЗАВТРАК КАША ЖИДКАЯ (манная) №185 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400 ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213 БАТОН	130	5,3	3,0	22,8	139,9	185	2011
		150	4,3	3,7	7	78,6	400	2011
		45	5,5	5	0,3	68,6	213	2011
		20	1,5	0,6	10,3	52,4		
		345	16,6	12,3	40,4	339,5		
Итого за завтрак								
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33 ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67 КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЕНЫЕ №282 КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РЕЧНЕВАЯ) №166 КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383 ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
		150	1,1	3,0	5,3	52,9	67	2011
		50	8,3	8,2	8,1	141,8	282	2011
		110	5,7	6,4	26,3	191,4	166	2011
		150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		510	16,9	19,7	71,8	541,2		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ №188 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) №351 КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА №401 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПЕЧЕНЬЕ	130	4,7	3,9	36,7	203,7	188	2011
		30	0,5	1,1	3,3	26,2	351	2011
		150	4,3	3,7	5,8	77,1	401	2011
		20	1,5	0,1	9,7	46		
		20	1,5	2	14,9	83,4		
Итого за Уплотненный полдник		350	12,5	10,8	70,4	436,4		
Всего за день:			46,9	43,0	200,3	1392,2		



(с соевыми овощами)

для детей раннего возраста 1-3 лет при 12-часовом пребывании



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 День 13	ЗАВТРАК КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) №185 ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394 БАТОН	150	7,0	3,5	29,6	177,3	185	2011
		180	3,1	2,7	13,1	89,7	394	2011
		30	2,3	0,9	15,4	78,6		
		360	12,4	7,1	58,1	345,6		
Итого за завтрак								
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	150	0,6	0,6	14,3	68,4	368	2011
Итого за 2 завтрак		150	0,6	0,6	14,3	68,4		
Обед	ОГУРЕЦ СОПЕНЫЙ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №82 ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ) №286 КАПУСТА ТУШЕНАЯ №336 КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376 ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9	82	2011
		150	1,8	1,8	12,1	70,9	286	2011
		50/30	7,6	7,8	9,2	143,9	286	2011
		120	2,7	4,5	11,5	98,6	336	2011
		150	0	0	11,6	46,5	376	2011
		40	2,6	0,4	17	81,6		
		20	1,5	0,1	10	47,4		
		590	16,4	14,6	71,9	492,8		
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ №268 КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ №151 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478	50	8,5	4,4	2,1	82,7	268	2011
		120	2,4	3,8	14,6	108,9	151	2011
		190/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
		20	1,5	0,1	10	47,4		
		50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	2011
Итого за Уплотненный полдник		440	16,0	13,6	63,3	447,5		
Всего за день:			45,4	35,9	207,6	1354,3		





Заведующий отделом Формулярный сад № 292  
 МОС  
 Детский сад № 292 для детей раннего возраста 1-3 лет при 12-часовом пребывании

**ПЕРИМЕТРИЧЕСКОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
 (с соевыми овощами)



Прием пищи	Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3								
День 14								
Завтрак	МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ №208	130	6,3	7,9	25,4	203,6	208	2011
	КАКАО С МОЛОКОМ №397	180	3,7	3,1	14,0	99,3	397	2011
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
Итого за завтрак		330	11,5	11,6	49,7	355,3		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011
Итого за 2 завтрака		150	0,8	0,2	14,7	62,6		
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЛБ №57	150	1,5	3,0	7,0	62,4	57	2011
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ №276	150	17,4	16,4	16,8	288,0	276	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4		
Итого за обед		520	22,1	19,8	60,4	514,5		
Уплотненный полдник	ФРИКАДЕЛЬКИ "ВКУСНЯШКА" ТТК № 32	100	14,0	20,7	14,2	299,1	ТТК № 32	
	СОУС МОЛОЧНЫЙ №350	30	0,6	1,6	2,2	26,9	350	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИГОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
Итого за Уплотненный полдник		335	17,1	22,8	47,0	473,5		
Всего за день:			51,5	54,4	171,8	1405,9		





Заведующий МОУ Детский сад № 292  
 Е. П. Писарева  
 № 292 для детей раннего возраста 1-3 лет при 12-часовом пребывании

ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
 (с соевыми овощами)



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак День 15	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУТОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) №94	150	4,4	4,1	12,4	106,1	94	2011
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400	2011
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
	СЫР (ТОРЦИЯМИ) №7	10	2,2	2,9	0	35,3	7	2011
Итого за завтрак		350	13,9	11,9	40,0	324,8		
2. Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011
Итого за 2 завтрак		150	0,8	0,2	14,7	62,6		
Обед	ИЖРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУТОЙ НА КБ №80	150	1,8	1,7	10,7	65,1	80	2011
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ №302	150	13,9	13,0	14,8	235,3	302	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4		
Итого за обед		520	19,2	17,7	67,4	509,1		
Уплотненный полдник	ГОЛУЦЫ ЛЕНИВЫЕ №298	120/15	10,6	10,4	9,3	177,2	298	2011
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0	10,0	41,7	393	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4		
Итого за Уплотненный полдник	БЛЮЧКА ОСЕННЯЯ №478	50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	2011
		402	15,8	15,8	56,1	435,4		
Всего за день:			49,7	45,6	178,2	1331,9		





д/д Детей раннего возраста 1-3 лет при 12-часовом пребывании

**ПЕРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ (с соевыми овощами)**



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 День 16	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ №215 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400 БАТОН	130	13,1	16,4	2,5	215,3	215	2011
		150	4,3	3,7	7	78,6	400	2011
		20	1,5	0,6	10,3	52,4		
Итого за завтрак		300	18,9	20,7	19,8	346,3		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	150	0,6	0,6	14,3	68,4	368	2011
Итого за 2 завтрак		150	0,6	0,6	14,3	68,4		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КВ №67 ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304 КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 ХЛЕБ РУЖАНОЙ	30	0,2	0	0,5	3,9	67	2011
		150	1,7	3,0	5,9	57,7	67	2011
		130	24,9	26,9	21,5	431,9	304	2011
		150	0	0	11,6	46,5	376	2011
		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
Итого за обед		480	28,1	30,1	48,0	580,8		
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ №268 РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344 ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БЛЮСКА ОСЕННЯЯ №478	50	8,5	4,4	2,1	82,7	268	2011
		110	2,0	4,3	10,8	97,7	344	2011
		150/10	0	0	9,8	39,2	392	2011
		20	1,5	0,1	10	47,4		
		50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	2011
Итого за Уплотненный полдник		390	15,5	14,1	59,5	436,1		
Всего за День:			63,1	65,5	141,6	1431,6		





для детей раннего возраста 1-3 лет при 12-часовом пребывании

УТРАЧЕННОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
(с соевыми овощами)



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур						
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г									
Прием пищи Неделя 4 День 17				3,5	3,9	12,3	100,8	94	2011					
				2,6	2,3	11,2	76,2	394	2011					
				3	1,2	20,6	104,8	7	2011					
				2,2	2,9	0	35,3							
Итого за завтрак		350	11,3	10,3	44,1	317,1								
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011						
Итого за 2 завтрака		150	0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011						
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011						
									0,9	2,9	5,4	51,8	56	2011
									8,3	9,8	6,6	154,2	288	2011
									4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011
									0,1	0	21,1	84,8	383	2011
									1,3	0,2	8,5	40,8		
									15,1	19,2	70,4	527,2		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА №237	130	23,3	15,5	19,9	321,9	237	2011						
									0,6	1,6	2,2	26,9	350	2011
									4,3	3,7	5,8	77,1	401	2011
									1,5	0,1	10	47,4		
Итого за Уплотненный полдник		330	29,7	20,9	37,9	473,3								
Всего за день:			56,9	50,6	167,1	1380,2								





Заведующий МОУ Детский сад № 292  
 Е. П. Мухоморова  
 Детский сад № 292  
 МОУ  
 для детей раннего возраста 1-3 лет при 12-часовом пребывании  
 Директор ООО «Славия»  
 ООО «Славия»  
 Федеральное государственное учреждение «Федеральный центр охраны здоровья детей»  
 Федеральное государственное учреждение «Федеральный центр охраны здоровья детей»  
 Федеральное государственное учреждение «Федеральный центр охраны здоровья детей»



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 4 День 18	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) №185	150	6,4	4,6	22,9	159,2	185	2011
		150	3,0	2,5	12,6	84,9	397	2011
		30	2,3	0,9	15,4	78,6		
		330	11,7	8,0	50,9	322,7		
Итого за завтрак								
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	150	0,6	0,6	14,3	68,4	368	2011
Итого за 2 завтрак		150	0,6	0,6	14,3	68,4		
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №77 ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ) №286 КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РЕЧНЕВАЯ) №166 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372 ХЛЕБ РУЖАНОИ	30	0,3	0	0,7	4,1	77	2011
		150	1,6	2,2	11,7	72,7		
		50/30	7,6	7,8	9,2	143,9	286	2011
		110	5,7	6,4	26,3	191,4	166	2011
		150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		540	16,6	16,7	73,8	524,7		
Итого за обед								
Уплотненный полдник	БИТОЧКИ "КУЗИНА ЗАБАВА" ТТК № 33 ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321 НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПЕЧЕНЬЕ	50	6,1	11,3	6,2	151,2	ТТК № 33	
		110	2,3	3,4	15,7	106,3	321	2011
		150	0,5	0,2	14,8	72,2	398	2011
		25	1,9	0,2	12,5	59,2		
		20	1,5	2	14,9	83,4		
Итого за Уплотненный полдник		12,3	17,1	64,1	472,3			
Всего за день:		41,2	42,4	203,1	1388,1			



Заведующий ЖУОУ «Белгородский сад № 292»  
 Е. М. Мухоморова



**ПЕРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
 (с соевыми овощами)

Директор ООО «Славия»  
 О. В. Давыдова



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 4 День 19	Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	150	4,3	3,8	14,8	112,6	93	2011
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ №93	150/7/3	0,1	0	7,0	29,0	393	2011
		ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ №213	45	5,5	5	0,3	68,6	213	2011
		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
Итого за завтрак		385	12,2	9,7	37,5	288,8			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011	
Итого за 2 завтрак		150	0,8	0,2	14,7	62,6			
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ №80	30	0,2	0	0,5	3,9	80	2011
		КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ №282	150	1,3	1,7	10,1	60,9	282	2011
		РАУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	50	8,3	8,2	8,1	141,8	344	2011
		КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ №376	110	2,0	4,3	10,8	97,7	376	2011
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	150	0	0	11,6	46,5		
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6		
		Итого за обед	550	15,9	14,7	68,1	479,8		
Уплотненный полдник	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) №235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) №235	130	20,1	13,9	31,0	339,4	235	2011
		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №350	40	0,8	2,1	2,7	34,4	350	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150	4,3	3,7	7	78,6	400	2011
		Итого за Уплотненный полдник	30	2,2	0,2	14,6	68,9		
Всего за день:		350	27,4	19,9	55,3	521,3			
			56,3	44,5	175,6	1352,5			





Заведующий МОУ «Детский сад № 292» *Е.М. Гавриш*  
 Детский сад № 292  
 для детей раннего возраста 1-3 лет при 12-часовом пребывании

ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
 (с соевыми овощами)



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) №185	150	7,0	3,5	29,6	177,3	185	2011	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150	2,3	1,8	11,1	70,1	395	2011	
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4			
	СЫР (ГОРЦЫЯМИ) №7	10	2,2	2,9	0	35,3	7	2011	
Итого за завтрак		330	13,0	8,8	51,0	335,1			
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011	
Итого за 2 завтрака		150	0,8	0,2	14,7	62,6			
Обед	ИЖРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7			
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57	150	1,0	2,9	7,0	58,9	57	2011	
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ)	130	8,6	4,9	21,9	177,8	291	2011	
	СОУС МОЛОЧНЫЙ №350	15	0,3	0,9	1,2	14,2	350	2011	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	81,6			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2			
	Итого за обед		540	15,1	12,0	83,0	512,2		
	Уплотненный полдник	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		
		СИЧЕНИКИ "РЯБУШКА" ТТК № 34	100	13,5	19,4	16,0	292,9	ТТК № 34	
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ №355		30	0,5	1,1	2,3	24,4	355	2011	
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ		150/10	0	0	9,8	39,2	392	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПЕЧЕНЬЕ		20	1,5	0,1	10	47,4			
Итого за Уплотненный полдник		20	1,5	2	14,9	83,4			
Всего за день:		360	17,3	22,6	53,7	491,4			
<b>ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ</b>			46,2	43,6	202,4	1401,3			
<b>Итого за период</b>		<b>6</b>	<b>1 031,9</b>	<b>941,2</b>	<b>3 605,2</b>	<b>27 461,8</b>			
<b>Среднее значение за период</b>		<b>51,6</b>	<b>47,1</b>	<b>180,3</b>	<b>1373,1</b>				