

"Утверждаю
Директор



Согласовано
Директор

1 день

1-3г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) №168	150		5,6	6,0	25,4	182,7
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150		2,3	1,8	12,8	77,1
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10		0,1	7,3	0,1	66,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9
Итого за прием пищи:	350		10,98	15,3	57,83	417,7
II Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	100		0,4	0,4	9,5	45,6
Итого за прием пищи:	100		0,4	0,4	9,5	45,6
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30		0,5	0,1	2,7	12,9
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67	150		1,2	3,0	5,4	53,7
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ №305	50		8,3	8,3	8,2	140,6
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165	110		6,2	4,6	28,0	182,7
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150		0,0	0,0	11,6	46,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
Итого за прием пищи:	530		19	16,25	74,4	524,6
Полдник						
ВАФЛИ	50		1,4	1,7	38,7	177,0
ЧАЙ С САХАРОМ №392	150/8		0,0	0,0	7,9	31,4
Итого за прием пищи:	208		1,4	1,7	46,6	208,4
Всего за день:		74,63 Р	31,8	33,7	188,3	1 196,3

3-7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) №168	200		7,5	8,2	33,8	245,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	180		2,8	2,2	15,2	92,1
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10		0,1	7,3	0,1	66,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9
Итого за прием пищи:	430		13,38	17,9	68,6	495
II Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	100		0,4	0,4	9,5	45,6
Итого за прием пищи:	100		0,4	0,4	9,5	45,6
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67	200		1,5	4,0	7,2	71,6
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ №305	70		11,5	11,6	11,5	197,7
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165	150		8,4	6,3	38,3	248,8
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180		0,0	0,0	14,0	55,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	710		26,5	22,48	103,2	727,5
Полдник						
ВАФЛИ	50		1,4	1,7	38,7	177,0
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10		0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за прием пищи:	250		1,5	1,7	48,5	216,4
Всего за день:		88,31 Р	41,8	42,5	229,8	1 484,5

"Утверждаю
Директор



Согласовано
Директор

2 день

1-3г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	150		4,3	4,2	14,8	116,3
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	30/5/10		4,7	6,9	14,6	139,0
ЧАЙ С САХАРОМ №392	150/8		0,0	0,0	7,9	31,4
Итого за прием пищи:	353		9,0	11,1	37,3	286,7
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30		0,5	0,1	2,7	12,9
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №77	150		1,6	1,8	11,7	68,3
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	130		19,3	22,4	11,7	324,7
КИСЕЛЬ №247	150		0,1	0,0	21,1	84,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
Итого за прием пищи:	500		24,3	24,6	65,7	578,9
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ	50		3,8	4,9	37,2	208,5
КАКАО С МОЛОКОМ №397	150		3,2	2,7	13,0	89,0
Итого за прием пищи:	200		7,0	7,62	50,2	297,5
Всего за день:		74,63 Р	41,1	43,5	167,8	1 225,7

3-7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	200		5,8	5,1	19,7	149,9
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	40/5/15		6,7	8,5	19,4	180,0
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10		0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за прием пищи:	460		12,6	13,6	48,9	369,3
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №77	200		1,9	2,3	15,7	91,1
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	150		22,2	25,9	13,6	374,8
КИСЕЛЬ №247	180		0,1	0,0	25,5	101,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	640		29,3	28,8	87,0	721,2
Полдник						
КАКАО С МОЛОКОМ №397	180		3,7	3,2	15,8	107,0
ПЕЧЕНЬЕ	50		3,8	4,9	37,2	208,5
Итого за прием пищи:	230		7,5	8,1	53,0	315,5
Всего за день:		88,31 Р	50,2	50,6	203,6	1 468,6

"Утверждаю
Директор



Согласовано
Директор

**3 день
1-3г**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №174	150		2,3	4,0	29,0	161,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10		0,1	7,3	0,1	66,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150		0,1	0,0	7,1	29,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	9,7	46,0
Итого за прием пищи:	330		4,0	11,4	45,9	302,0
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30		0,5	0,1	2,7	12,9
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №88	150		2,6	1,7	10,3	62,9
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ №247	60		6,5	3,1	1,7	60,0
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №136	105		2,1	4,0	16,1	108,0
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150		0,0	0,0	11,6	46,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
Итого за прием пищи:	535		14,51	9,1	60,84	378,45
Полдник						
ПРЯНИК	50		3,0	2,4	37,5	183,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150		0,1	0,1	17,4	71,8
Итого за прием пищи:	200		3,1	2,5	54,9	254,8
Всего за день:		74,63 Р	22,4	23,1	176,3	997,9

3-7 л

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №174	200		3,1	4,1	37,0	197,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10		0,1	7,3	0,1	66,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180		0,1	0,0	10,2	41,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9
Итого за прием пищи:	430		6,3	11,6	66,8	395,9
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №88	200		3,5	2,3	13,7	83,8
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ №247	80		8,7	4,1	2,2	80,0
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №136	155		3,1	4,2	24,1	146,0
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180		0,0	0,0	14,0	55,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	725		20,37	11,1	86,18	519,2
Полдник						
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	200		0,2	0,2	23,2	95,6
ПРЯНИК	50		3,0	2,4	37,5	183,0
Итого за прием пищи:	250		3,2	2,6	60,7	278,6
Всего за день:		88,31 Р	30,7	25,5	228,4	1 256,3

"Утверждаю
Директор

Согласовано
Директор

4 день

1-3г



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	150/5		2,4	3,8	16,1	108,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10		0,1	7,3	0,1	66,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ №394	150		2,7	2,3	11,3	77,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9
Итого за прием пищи:	355		8,1	13,7	47,0	342,9
II Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН) №371	100		0,9	0,2	7,9	41,7
Итого за прием пищи:	100		0,9	0,2	7,9	41,7
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30		0,5	0,1	2,7	12,9
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57	150		1,2	2,9	7,5	61,8
ТЕФТЕЛИ С РИСОМ №307К	50		5,7	5,3	7,5	85,4
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	20		0,2	1,0	1,4	16,0
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110		4,0	3,0	21,4	150,0
ЧАЙ С САХАРОМ №392	150/8		0,0	0,0	7,9	31,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
Итого за прием пищи:	558		14,4	12,6	66,9	445,7
Полдник						
ВАФЛИ	50		1,4	1,7	38,7	177,0
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	150		0,3	0,1	21,2	87,4
Итого за прием пищи:	200		1,7	1,8	59,9	264,4
Всего за день:		74,63 Р	25,1	28,2	181,7	1 094,7

3-7л

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	200/5		3,2	3,9	21,4	134,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ №394	180		2,7	2,3	14,3	89,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10		0,1	7,3	0,1	66,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,2	0,2	14,6	68,9
Итого за прием пищи:	425		8,1	13,7	50,5	357,9
II Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИН) №371	100		0,9	0,2	7,9	41,7
Итого за прием пищи:	100		0,9	0,2	7,9	41,7
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57	200		1,5	4,0	10,0	82,5
ТЕФТЕЛИ С РИСОМ №307К	70		7,9	7,4	9,9	119,0
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	30		0,4	1,4	2,0	24,5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	130		4,9	4,1	25,3	170,0
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10		0,1	0,0	9,8	39,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	740		19,9	17,5	89,2	589,0
Полдник						
ВАФЛИ	50		1,4	1,7	38,7	177,0
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	200		0,5	0,1	28,3	116,4
Итого за прием пищи:	250		1,9	1,8	67,0	293,4
Всего за день:		88,31 Р	30,8	33,2	214,5	1 282,0

"Утверждаю
Директор

Кашин



Согласовано
Директор

5 день

1-3г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	150		4,3	4,2	14,8	116,3
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	30/5/10		4,7	6,9	14,6	139,0
ЧАЙ С САХАРОМ №392	150/8		0,0	0,0	7,9	31,4
Итого за прием пищи:	353		9,0	11,1	37,3	286,7
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30		0,5	0,1	2,7	12,9
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ №80	150		1,4	1,8	10,0	61,5
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304	130		18,1	12,5	22,1	290,0
КИСЕЛЬ №247	150		0,1	0,0	21,1	84,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
Итого за прием пищи:	500		22,9	14,7	74,4	537,4
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ	50		3,8	4,9	37,2	208,5
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150		0,1	0,0	7,1	29,0
Итого за прием пищи:	200		3,9	4,9	44,3	237,5
Всего за день:		74,63 Р	36,6	30,8	170,7	1 124,2

3-7л

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	200		5,8	5,1	19,7	149,9
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	40/5/15		6,7	8,5	19,4	180,0
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10		0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за прием пищи:	460		12,6	13,6	48,9	369,3
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ №80	200		1,9	2,2	13,5	81,9
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304	150		20,1	14,2	25,3	304,4
КИСЕЛЬ №247	180		0,1	0,0	25,5	101,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	640		27,2	16,98	96,5	641,6
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ	50		3,8	4,9	37,2	208,5
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180		0,1	0,0	10,2	41,0
Итого за прием пищи:	230		3,9	4,9	47,4	249,5
Всего за день:		88,31 Р	44,5	35,7	207,5	1 323,0

"Утверждаю
Директор

Колесов

Согласовано
Директор



6 день

1-3г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) №168	150		5,6	6,0	25,4	182,7
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10		0,1	7,3	0,1	66,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150		0,1	0,0	7,1	29,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	9,7	46,0
Итого за прием пищи:	330		7,3	13,4	42,3	323,7
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30		0,5	0,1	2,7	12,9
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67	150		1,2	3,0	5,4	53,7
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ №247	60		6,5	3,1	1,7	60,0
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №136	105		2,1	4,0	16,1	108,0
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150		0,0	0,0	11,6	46,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
Итого за прием пищи:	535		13,1	10,4	56,0	369,3
Полдник						
ПРЯНИК	50		3,0	2,4	37,5	183,0
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150		0,1	0,1	17,4	71,8
Итого за прием пищи:	200		3,1	2,5	54,9	254,8
Всего за день:		74,63 Р	24,2	26,5	167,9	1 010,4

3-7л

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) №168	200		7,5	8,2	33,8	245,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10		0,1	7,3	0,1	66,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180		0,1	0,0	10,2	41,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9
Итого за прием пищи:	430		10,7	15,7	63,6	443,9
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67	200		1,5	4,0	7,2	71,6
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ №247	80		8,7	4,1	2,2	80,0
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №136	155		3,1	4,2	24,1	146,0
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	180		0,0	0,0	14,0	55,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	725		18,37	12,8	79,68	507
Полдник						
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	200		0,2	0,2	23,2	95,6
ПРЯНИК	50		3,0	2,4	37,5	183,0
Итого за прием пищи:	250		3,2	2,6	60,7	278,6
Всего за день:		88,31 Р	33,1	31,3	218,7	1 292,1

"Утверждаю
Директор

Согласовано
Директор

7 день

1-3г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №174	150		2,3	4,0	29,0	161,0
КАКАО С МОЛОКОМ №397	150		3,2	2,7	13,0	89,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10		0,1	7,3	0,1	74,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9
Итого за прием пищи:	350		8,6	14,2	61,5	416,7
II Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	100		0,4	0,4	9,5	45,6
Итого за прием пищи:	100		0,4	0,4	9,5	45,6
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30		0,5	0,1	2,7	12,9
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №88	150		2,6	1,7	10,3	62,9
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ №302	130		10,7	9,8	13,3	188,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150		0,1	0,0	7,1	29,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
Итого за прием пищи:	500		16,7	11,9	51,9	381,0
Полдник						
ВАФЛИ	50		1,4	1,7	38,7	177,0
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	150		0,3	0,1	21,2	87,4
Итого за прием пищи:	200		1,7	1,8	59,9	264,4
Всего за день:		74,63 Р	27,4	28,2	182,8	1 107,7

3-7л

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №174	200		3,1	4,1	37,0	197,0
КАКАО С МОЛОКОМ №397	180		3,7	3,2	15,8	107,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10		0,1	7,3	0,1	66,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9
Итого за прием пищи:	430		9,8	14,76	72,4	461,9
II Завтрак						
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	100		0,4	0,4	9,5	45,6
Итого за прием пищи:	100		0,4	0,4	9,5	45,6
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №88	200		3,5	2,3	13,7	83,8
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ №302	150		12,5	11,5	15,1	216,6
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180		0,1	0,0	10,2	41,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	640		21,2	14,4	71,2	495,0
Полдник						
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	200		0,5	0,1	28,3	116,4
ВАФЛИ	50		1,4	1,7	38,7	177,0
Итого за прием пищи:	250		1,9	1,8	67,0	293,4
Всего за день:		88,31 Р	33,4	31,3	220,1	1 295,9

"Утверждаю
Директор *Жашев*



Согласовано
Директор

8 день

1-3г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА №175	150		4,4	5,1	27,6	177,4
СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	10		2,2	2,9	0,0	35,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150		2,3	1,8	12,8	77,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9
Итого за прием пищи:	350		11,9	10	59,9	381,7
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30		0,5	0,1	2,7	12,9
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №77	150		1,6	1,8	11,7	68,3
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) №455	50		6,4	8,3	6,5	127,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110		4,0	3,0	21,4	150,0
КИСЕЛЬ №247	150		0,1	0,0	21,1	84,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
Итого за прием пищи:	530		15,4	13,45	81,9	532,0
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ	50		3,8	4,9	37,2	208,5
ЧАЙ С САХАРОМ №392	150/8		0,0	0,0	7,9	31,4
Итого за прием пищи:	208		3,8	4,9	45,1	239,9
Всего за день:		74,63 Р	31,9	28,6	201,6	1 216,2

3-7л

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА №175	200		5,8	6,7	36,7	236,3
СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	10		2,2	2,9	0,0	35,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	200		3,1	2,4	17,0	102,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,0	0,2	19,5	91,9
Итого за прием пищи:	450		14,1	12,2	73,2	466
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №77	200		1,9	2,3	15,7	91,1
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) №455	70		9,0	11,6	9,1	179,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	130		4,9	4,1	25,3	170,0
КИСЕЛЬ №247	180		0,1	0,0	25,5	101,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	690		21,0	18,6	107,8	696,0
Полдник						
ПЕЧЕНЬЕ	50		3,8	4,9	37,2	208,5
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10		0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за прием пищи:	250		3,9	4,9	47,0	247,9
Всего за день:		88,31 Р	39,8	35,9	242,7	1 472,5

"Утверждаю
Директор

Согласовано
Директор



9 день

1-3г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	150		4,3	4,2	14,8	116,3
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	40/10		3,2	7,5	20,2	169,5
ЧАЙ С САХАРОМ №392	150/8		0,0	0,0	7,9	31,4
Итого за прием пищи:	358		7,5	11,7	42,9	317,2
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30		0,5	0,1	2,7	12,9
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ №80	150		1,4	1,8	10,0	61,5
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	130		19,3	22,4	11,7	324,7
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	150		0,3	0,1	21,2	87,4
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
Итого за прием пищи:	500		24,3	24,65	64,1	574,7
Полдник						
ПРЯНИК	50		3,0	2,4	37,5	183,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150		0,1	0,0	7,1	29,0
Итого за прием пищи:	200		3,1	2,4	44,6	212,0
Всего за день:		74,63 Р	35,7	39,0	166,3	1 166,5

3-7л

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	200		5,8	5,1	19,7	149,9
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	40/10		3,2	7,5	20,2	169,5
ЧАЙ С САХАРОМ №392	190/10		0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за прием пищи:	450		9,1	12,6	49,7	358,8
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ №80	200		1,9	2,2	13,5	81,9
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	150		22,2	25,9	13,6	374,8
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	180		0,4	0,1	25,4	104,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	640		29,6	28,8	84,7	715,2
Полдник						
ПРЯНИК	50		3,0	2,4	37,5	183,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180		0,1	0,0	10,2	41,0
Итого за прием пищи:	230		3,1	2,4	47,7	224,0
Всего за день:		88,31 Р	42,6	44,0	196,8	1 360,6

"Утверждаю
Директор *Кашин*



Согласовано
Директор

10 день

1-3г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	150/5		2,4	3,8	16,1	108,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ №394	150		2,7	2,3	11,3	77,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10		0,1	7,3	0,1	66,0
Итого за прием пищи:	335		6,6	13,6	37,5	298,4
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30		0,5	0,1	2,7	12,9
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57	150		1,2	2,9	7,5	61,8
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304	130		18,1	12,5	22,1	290,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150		0,1	0,0	7,1	29,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8
Итого за прием пищи:	500		22,7	15,8	57,9	481,9
Полдник						
ВАФЛИ	50		1,4	1,7	38,7	177,0
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150		0,0	0,0	11,6	46,5
Итого за прием пищи:	200		1,4	1,7	50,3	223,5
Всего за день:		74,63 Р	31,5	31,2	160,4	1 066,4

3-7л

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	200/5		3,2	3,9	21,4	134,0
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10		0,1	7,3	0,1	66,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ №394	180		2,7	2,3	14,3	89,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40		3,1	0,2	20,1	94,7
Итого за прием пищи:	435		9,0	13,7	56,0	383,7
II Завтрак						
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6
Обед						
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	50		0,8	0,1	4,4	21,4
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57	200		1,5	4,0	10,0	82,5
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304	150		25,4	27,3	25,3	454,3
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180		0,1	0,0	10,2	41,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,3	0,2	15,1	71,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30		2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	640		32,1	31,9	77,7	731,4
Полдник						
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	200		0,0	0,0	15,5	61,9
ВАФЛИ	50		1,4	1,7	38,7	177,0
Итого за прием пищи:	250		1,4	1,7	54,2	238,9
Всего за день:		88,31 Р	43,4	47,5	202,6	1 416,6