

Утверждено: ООО "Славия" №344001717

Директор: Оноприенко Ю. М.

11.01.2016

Для документов



10-ти дневное меню для обеспечения питания детей дошкольного возраста 3-7 лет с 12 часовым пребыванием.

1 день

| Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-тур | Сборник рецептов |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>   |              |                  |              |               |                               |             |                  |
| КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ №101  | 180          | 9,45             | 8,90         | 33,75         | 240,66                        | 101         |                  |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414  | 180          | 3,00             | 2,50         | 15,50         | 95,60                         | 414         | 2016             |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)   | 40/10        | 3,20             | 7,50         | 20,20         | 169,50                        | 1           | 2016             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>410</b>   | <b>15,65</b>     | <b>18,90</b> | <b>69,45</b>  | <b>505,76</b>                 |             |                  |
| <b>II Завтрак</b>  |              |                  |              |               |                               |             |                  |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386  | 100          | 0,40             | 0,40         | 9,50          | 45,60                         | 386         | 2016             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>100</b>   | <b>0,40</b>      | <b>0,40</b>  | <b>9,50</b>   | <b>45,60</b>                  |             |                  |
| <b>Обед</b>  |              |                  |              |               |                               |             |                  |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 50           | 0,80             | 0,10         | 4,40          | 21,40                         | 1,2,3,4,5   |                  |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №47  | 180          | 2,30             | 4,50         | 7,40          | 73,44                         | 47          |                  |
| ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ № 319  | 180          | 9,00             | 5,80         | 16,70         | 129,00                        | 319         |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411   | 180          | 0,10             | 0,00         | 14,30         | 57,00                         | 411         | 2016             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6   | 30           | 2,34             | 0,30         | 14,46         | 70,08                         | 6           |                  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7  | 30           | 1,88             | 0,30         | 12,40         | 59,40                         | 7           |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>650</b>   | <b>16,42</b>     | <b>11,00</b> | <b>69,66</b>  | <b>410,32</b>                 |             |                  |
| <b>Полдник</b>   |              |                  |              |               |                               |             |                  |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ № 83 а   | 180          | 5,90             | 5,20         | 16,80         | 142,00                        | 83 а        |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6   | 30           | 2,34             | 0,30         | 14,46         | 70,08                         | 6           |                  |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412   | 180          | 0,20             | 0,00         | 13,70         | 55,80                         | 412         | 2016             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>390</b>   | <b>8,44</b>      | <b>5,50</b>  | <b>44,96</b>  | <b>267,88</b>                 |             |                  |
| <b>Всего за день:</b>  | <b>1550</b>  | <b>40,91</b>     | <b>35,80</b> | <b>193,57</b> | <b>1229,56</b>                |             |                  |

Согласовано:

Директор:

Утверждаю: ООО "Славия"

Директор: Оноприенко Ю. М.

12.01.2016

2 день

| Прим пищи, наименование блюда  | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |              |                  |
| <b>Завтрак</b>   |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ №103  | 180          | 8,70             | 13,70        | 28,40         | 220,60                        | 103          |                  |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)   | 30/5/10      | 4,40             | 6,70         | 14,60         | 141,60                        | 3            | 2016             |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411   | 180          | 0,10             | 0,00         | 14,30         | 57,00                         | 411          | 2016             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>405</b>   | <b>13,20</b>     | <b>20,40</b> | <b>57,30</b>  | <b>419,20</b>                 |              |                  |
| <b>II Завтрак</b>  |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399  | 150          | 0,80             | 0,20         | 14,70         | 62,60                         | 399          | 2011             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>150</b>   | <b>0,80</b>      | <b>0,20</b>  | <b>14,70</b>  | <b>62,60</b>                  |              |                  |
| <b>Обед</b>  |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 50           | 0,80             | 0,10         | 4,40          | 21,40                         | 1,2,3,4,5    |                  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (горох) № 43   | 180          | 4,00             | 3,80         | 11,70         | 97,00                         | 43           |                  |
| ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ), (говядина) №304  | 70/30        | 4,70             | 5,30         | 6,00          | 90,40                         | 304          | 2016             |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №136  | 130          | 3,50             | 4,50         | 22,90         | 132,30                        | 136          | 2016             |
| КИСЕЛЬ №247  | 180          | 1,20             | 0,00         | 26,00         | 105,00                        | 247          | 2011             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6   | 30           | 2,34             | 0,30         | 14,46         | 70,08                         | 6            |                  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7  | 30           | 1,88             | 0,30         | 12,40         | 59,40                         | 7            |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>700</b>   | <b>18,42</b>     | <b>14,30</b> | <b>97,86</b>  | <b>575,58</b>                 |              |                  |
| <b>Полдник</b>   |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) №100  | 130/30       | 11,60            | 14,10        | 33,70         | 242,40                        | 100          |                  |
| КАКАО С МОЛОКОМ №416   | 180          | 4,10             | 3,60         | 17,40         | 118,80                        | 416          | 2016             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>340</b>   | <b>22,36</b>     | <b>23,25</b> | <b>51,10</b>  | <b>614,50</b>                 |              |                  |
| <b>Всего за день:</b>  | <b>1595</b>  | <b>54,78</b>     | <b>58,15</b> | <b>220,96</b> | <b>1671,88</b>                |              |                  |



Утверждаю: ООО "Славия"  
 Директор: Оноприенко Ю. М.  
 12.01.2016



Согласовано:  
 Директор:

3 день

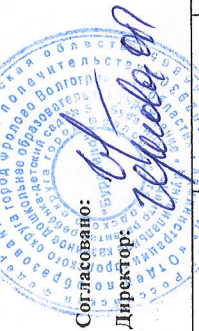
| Принем пищи, наименование блюда  | Масса порции | Пищевые вещества |              |              | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г  |                               |              |                  |
| <b>Завтрак</b>   |              |                  |              |              |                               |              |                  |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №102  | 180          | 5,70             | 9,80         | 41,20        | 284,50                        | 102          |                  |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)   | 40/10        | 3,20             | 7,50         | 20,20        | 169,50                        | 1            | 2016             |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412   | 180          | 0,20             | 0,00         | 13,70        | 55,80                         | 412          | 2016             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>410</b>   | <b>9,10</b>      | <b>17,30</b> | <b>75,10</b> | <b>509,80</b>                 |              |                  |
| <b>II Завтрак</b>  |              |                  |              |              |                               |              |                  |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399  | 150          | 0,80             | 0,20         | 14,70        | 62,60                         | 399          | 2011             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>150</b>   | <b>0,80</b>      | <b>0,20</b>  | <b>14,70</b> | <b>62,60</b>                  |              |                  |
| <b>Обед</b>  |              |                  |              |              |                               |              |                  |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 50           | 0,80             | 0,10         | 4,40         | 21,40                         | 1,2,3,4,5    |                  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (пшено) №86  | 180          | 1,60             | 2,10         | 12,10        | 73,60                         | 86           | 2016             |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (минтай) № 261  | 80           | 8,74             | 4,07         | 2,20         | 80,00                         | 261          | 2016             |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165  | 130          | 7,30             | 5,50         | 33,20        | 215,60                        | 165          | 2011             |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53   | 180          | 0,00             | 0,00         | 14,00        | 55,80                         | 53           |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6   | 30           | 2,34             | 0,30         | 14,46        | 70,08                         | 6            |                  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7  | 30           | 1,88             | 0,30         | 12,40        | 59,40                         | 7            |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>680</b>   | <b>22,66</b>     | <b>12,37</b> | <b>92,76</b> | <b>575,88</b>                 |              |                  |
| <b>Полдник</b>   |              |                  |              |              |                               |              |                  |

|                                    |             |              |              |               |                |     |      |
|------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-----|------|
| КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ № 108 | 180         | 0,80         | 0,90         | 4,80          | 31,70          | 108 |      |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                 | 30          | 2,34         | 0,30         | 14,46         | 70,08          | 6   |      |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                 | 180         | 0,10         | 0,00         | 14,30         | 57,00          | 411 | 2016 |
| <b>Итого за прием пищи:</b>        | <b>390</b>  | <b>3,24</b>  | <b>1,20</b>  | <b>33,56</b>  | <b>158,78</b>  |     |      |
| <b>Всего за день:</b>              | <b>1630</b> | <b>35,80</b> | <b>31,07</b> | <b>216,12</b> | <b>1307,06</b> |     |      |

Утверждено: ООО "Славия"

Директор: Оноприенко Ю. М.

12.01.2016



Согласовано:

Директор:

4 день

| Принем пищи, наименование блюда  | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-тур | Сборник рецептов |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |             |                  |
| <b>Завтрак</b>   |              |                  |              |               |                               |             |                  |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185   | 180          | 5,50             | 3,10         | 28,00         | 156,40                        | 185         | 2011             |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414  | 180          | 3,00             | 2,50         | 15,50         | 95,60                         | 414         | 2016             |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2 (БАТОН)  | 30/20        | 4,40             | 6,70         | 14,60         | 141,60                        | 2           | 2016             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>410</b>   | <b>12,90</b>     | <b>12,30</b> | <b>58,10</b>  | <b>393,60</b>                 |             |                  |
| <b>II Завтрак</b>  |              |                  |              |               |                               |             |                  |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386  | 100          | 0,4              | 0,4          | 9,5           | 45,6                          | 386         | 2016             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>100</b>   | <b>0,4</b>       | <b>0,4</b>   | <b>9,5</b>    | <b>45,6</b>                   |             |                  |
| <b>Обед</b>  |              |                  |              |               |                               |             |                  |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 50           | 0,80             | 0,10         | 4,40          | 21,40                         | 1,2,3,4,5   |                  |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №63   | 180          | 1,30             | 3,60         | 9,00          | 74,25                         | 63          | 2016             |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №321   | 150          | 25,40            | 27,30        | 25,30         | 454,30                        | 321         |                  |
| КИСЕЛЬ №247  | 180          | 1,20             | 0,00         | 26,00         | 105,00                        | 247         | 2011             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6   | 30           | 2,34             | 0,30         | 14,46         | 70,08                         | 6           |                  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7  | 30           | 1,88             | 0,30         | 12,40         | 59,40                         | 7           |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>620</b>   | <b>32,92</b>     | <b>31,60</b> | <b>91,56</b>  | <b>784,43</b>                 |             |                  |
| <b>Полдник</b>   |              |                  |              |               |                               |             |                  |
| ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) № 154   | 130/30       | 13,13            | 12,00        | 34,06         | 272,50                        | 154         |                  |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ №413   | 180          | 3,00             | 2,50         | 15,60         | 97,60                         | 413         | 2016             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>340</b>   | <b>16,13</b>     | <b>14,50</b> | <b>49,66</b>  | <b>370,10</b>                 |             |                  |
| <b>Всего за день:</b>  | <b>1470</b>  | <b>62,35</b>     | <b>58,80</b> | <b>208,82</b> | <b>1593,73</b>                |             |                  |

Утверждено: ООО "Славия"

Директор: Оноприенко Ю. М.

12.01.2016

Согласовано:

Директор:



| Прием пищи, наименование блюда  | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|   |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |              |                  |
| <b>Завтрак</b>  |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №85  | 180          | 7,56             | 10,00        | 23,76         | 135,14                        | 85           |                  |
| БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)  | 30/5/10      | 4,40             | 6,70         | 14,60         | 141,60                        | 3            | 2016             |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411  | 180          | 0,10             | 0,00         | 14,30         | 57,00                         | 411          | 2016             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>405</b>   | <b>12,06</b>     | <b>16,70</b> | <b>52,66</b>  | <b>333,74</b>                 |              |                  |
| <b>II Завтрак</b>   |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399   | 150          | 0,80             | 0,20         | 14,70         | 62,60                         | 399          | 2011             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>150</b>   | <b>0,80</b>      | <b>0,20</b>  | <b>14,70</b>  | <b>62,60</b>                  |              |                  |
| <b>Обед</b>   |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ №135  | 180          | 1,35             | 2,70         | 7,90          | 64,50                         | 135          | 2011             |
| КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) С СОУСОМ ТОМАТНЫМ № 455/363 | 70/30        | 7,00             | 6,80         | 15,70         | 159,90                        | 455/363      |                  |
| БОБОВЫЕ ОТВАРНЫЕ (ГОРОХ) № 330  | 130          | 12,50            | 6,00         | 27,70         | 217,10                        | 330          | 2004             |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53  | 180          | 0,00             | 0,00         | 14,00         | 55,80                         | 53           |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6  | 30           | 2,34             | 0,30         | 14,46         | 70,08                         | 6            |                  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7   | 30           | 1,88             | 0,30         | 12,40         | 59,40                         | 7            |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>650</b>   | <b>25,07</b>     | <b>16,10</b> | <b>92,16</b>  | <b>626,78</b>                 |              |                  |
| <b>Полдник</b>  |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| БУЛОЧКА №39   | 50           | 4,70             | 7,00         | 26,20         | 185,60                        | 39           |                  |
| КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ(КЕФИР)  | 200          | 6,66             | 5,55         | 8,88          | 253,30                        |              |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>   | <b>250</b>   | <b>11,36</b>     | <b>12,55</b> | <b>35,08</b>  | <b>438,90</b>                 |              |                  |
| <b>Всего за день:</b>   | <b>1455</b>  | <b>49,29</b>     | <b>45,55</b> | <b>194,60</b> | <b>1462,02</b>                |              |                  |

Утверждаю: ООО "Славия"  
 Директор: Оноприенко Ю. М.



Согласовано:  
 Директор:



6 день

| Прем пищи, наименование блюда  | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |              |                  |
| <b>Завтрак</b>   |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185   | 180          | 5,50             | 3,10         | 28,00         | 156,40                        | 185          | 2011             |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414  | 180          | 3,00             | 2,50         | 15,50         | 95,60                         | 414          | 2016             |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)   | 40/10        | 3,20             | 7,50         | 20,20         | 169,50                        | 1            | 2016             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>410</b>   | <b>11,70</b>     | <b>13,10</b> | <b>63,70</b>  | <b>421,50</b>                 |              |                  |
| <b>II Завтрак</b>  |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399  | 150          | 0,80             | 0,20         | 14,70         | 62,60                         | 399          | 2011             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>150</b>   | <b>0,80</b>      | <b>0,20</b>  | <b>14,70</b>  | <b>62,60</b>                  |              |                  |
| <b>Обед</b>  |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 50           | 0,80             | 0,10         | 4,40          | 21,40                         | 1,2,3,4,5    |                  |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №47  | 180          | 2,30             | 4,50         | 7,40          | 73,44                         | 47           |                  |
| РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (мятай) № 261   | 80           | 8,74             | 4,07         | 2,20          | 80,00                         | 261          | 2016             |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ №136  | 130          | 3,50             | 4,50         | 22,90         | 132,30                        | 136          | 2016             |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53   | 180          | 0,00             | 0,00         | 14,00         | 55,80                         | 53           |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6   | 30           | 2,34             | 0,30         | 14,46         | 70,08                         | 6            |                  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7  | 30           | 1,88             | 0,30         | 12,40         | 59,40                         | 7            |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>680</b>   | <b>19,56</b>     | <b>13,77</b> | <b>77,76</b>  | <b>492,42</b>                 |              |                  |
| <b>Полдник</b>   |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ № 227   | 64           | 7,82             | 7,11         | 0,42          | 97,56                         | 227          | 2016             |
| ИКРА КАБАЧКОВАЯ №5   | 60           | 1,08             | 5,16         | 4,50          | 69,24                         | 5            |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6   | 30           | 2,34             | 0,30         | 14,46         | 70,08                         | 6            |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411   | 180          | 0,10             | 0,00         | 14,30         | 57,00                         | 411          | 2016             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>334</b>   | <b>11,34</b>     | <b>12,57</b> | <b>33,68</b>  | <b>293,88</b>                 |              |                  |
| <b>Всего за день:</b>  | <b>1574</b>  | <b>43,40</b>     | <b>39,64</b> | <b>189,84</b> | <b>1270,40</b>                |              |                  |

Утверждено: ООО "Славна"

Директор: Оноприенко Ю. М.

12.01.2016

7 день

Согласовано:

Директор:

| Принем пищи, наименование блюда  | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |              |                  |
| <b>Завтрак</b>   |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №102  | 180          | 5,70             | 9,80         | 41,20         | 284,50                        | 102          |                  |
| КАКАО С МОЛОКОМ №416   | 180          | 4,10             | 3,60         | 17,40         | 118,80                        | 416          | 2016             |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)   | 30/20        | 4,40             | 6,70         | 14,60         | 141,60                        | 2            | 2016             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>410</b>   | <b>14,20</b>     | <b>20,10</b> | <b>73,20</b>  | <b>544,90</b>                 |              |                  |
| <b>II Завтрак</b>  |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386  | 100          | 0,40             | 0,40         | 9,50          | 45,60                         | 386          | 2016             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>100</b>   | <b>0,40</b>      | <b>0,40</b>  | <b>9,50</b>   | <b>45,60</b>                  |              |                  |
| <b>Обед</b>  |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная) | 50           | 0,80             | 0,10         | 4,40          | 21,40                         | 1,2,3,4,5    |                  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ (пшено) № 86  | 180          | 1,60             | 2,10         | 12,10         | 73,60                         | 86           | 2016             |
| КОЛЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ №322   | 70           | 12,84            | 11,60        | 13,30         | 209,30                        | 322          | 2016             |
| МАКАРОНЫ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №219  | 130          | 4,90             | 7,90         | 29,60         | 211,90                        | 219          | 2016             |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ №412   | 180          | 0,20             | 0,00         | 13,70         | 55,80                         | 412          | 2016             |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6   | 30           | 2,34             | 0,30         | 14,46         | 70,08                         | 6            |                  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7  | 30           | 1,88             | 0,30         | 12,40         | 59,40                         | 7            |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>670</b>   | <b>24,56</b>     | <b>22,30</b> | <b>99,96</b>  | <b>701,48</b>                 |              |                  |
| <b>Полдник</b>   |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ №101  | 180          | 9,45             | 8,90         | 33,75         | 240,66                        | 101          |                  |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414  | 180          | 3,00             | 2,50         | 15,50         | 95,60                         | 414          | 2016             |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)   | 40/10        | 3,20             | 7,50         | 20,20         | 169,50                        | 1            | 2016             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>410</b>   | <b>15,65</b>     | <b>18,90</b> | <b>69,45</b>  | <b>505,76</b>                 |              |                  |
| <b>Всего за день:</b>  | <b>1590</b>  | <b>54,81</b>     | <b>61,70</b> | <b>252,11</b> | <b>1797,74</b>                |              |                  |

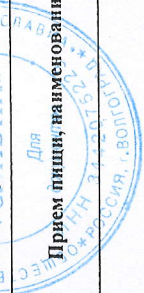




Утверждаю: ООО "Славна"

Директор: Оноприенко Ю. М.

*Ю. М. Оноприенко*



Согласовано:

Директор:

*Ю. М. Оноприенко*



9 день

| Прием пищи; наименование блюда             | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |              |                  |
| <b>Завтрак</b>                             |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №85   | 180          | 7,56             | 10,00        | 23,76         | 135,14                        | 85           |                  |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ № 1 (БАТОН)             | 40/10        | 3,20             | 7,50         | 20,20         | 169,50                        | 1            | 2016             |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                         | 180          | 0,10             | 0,00         | 14,30         | 57,00                         | 411          | 2016             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                | <b>410</b>   | <b>10,86</b>     | <b>17,50</b> | <b>58,26</b>  | <b>361,64</b>                 |              |                  |
| <b>II Завтрак</b>                          |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399                          | 150          | 0,80             | 0,20         | 14,70         | 62,60                         | 399          | 2011             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                | <b>150</b>   | <b>0,80</b>      | <b>0,20</b>  | <b>14,70</b>  | <b>62,60</b>                  |              |                  |
| <b>Обед</b>                                |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №47      | 180          | 2,30             | 4,50         | 7,40          | 73,44                         | 47           |                  |
| ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) (говядина) №304 | 70/30        | 4,70             | 5,30         | 6,00          | 90,40                         | 304          | 2016             |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165            | 130          | 7,30             | 5,50         | 33,20         | 215,60                        | 165          | 2011             |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (изюм) № 53 а  | 180          | 0,00             | 0,00         | 14,00         | 55,80                         | 53 а         |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6                         | 30           | 2,34             | 0,30         | 14,46         | 70,08                         | 6            |                  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7                    | 30           | 1,88             | 0,30         | 12,40         | 59,40                         | 7            |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                | <b>650</b>   | <b>18,52</b>     | <b>15,90</b> | <b>87,46</b>  | <b>564,72</b>                 |              |                  |
| <b>Полдник</b>                             |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗАЯ № 108          | 180          | 0,80             | 0,90         | 4,80          | 31,70                         | 108          |                  |
| ПЕЧЕНЬЕ № 9                                | 50           | 3,80             | 4,90         | 37,20         | 208,50                        | 9            |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ №411                         | 180          | 0,10             | 0,00         | 14,30         | 57,00                         | 411          | 2016             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                | <b>410</b>   | <b>4,70</b>      | <b>5,80</b>  | <b>56,30</b>  | <b>297,20</b>                 |              |                  |
| <b>Всего за день:</b>                      | <b>1620</b>  | <b>34,88</b>     | <b>39,40</b> | <b>216,72</b> | <b>1286,16</b>                |              |                  |

Утверждаю: ООО "Славия"

Директор: Оноприенко Ю. М.

12.01.2016

Согласовано:

Директор:

10 день

| Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|  |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |              |                  |
| <b>Завтрак</b>   |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185   | 180          | 5,50             | 3,10         | 28,00         | 156,40                        | 185          | 2011             |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №414  | 180          | 3,00             | 2,50         | 15,50         | 95,60                         | 414          | 2016             |
| БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ № 2 (БАТОН)   | 30/20        | 4,40             | 6,70         | 14,60         | 141,60                        | 2            | 2016             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>410</b>   | <b>12,90</b>     | <b>12,30</b> | <b>58,10</b>  | <b>393,60</b>                 |              |                  |
| <b>II Завтрак</b>  |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №386  | 100          | 0,40             | 0,40         | 9,50          | 45,60                         | 386          | 2016             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>100</b>   | <b>0,40</b>      | <b>0,40</b>  | <b>9,50</b>   | <b>45,60</b>                  |              |                  |
| <b>Обед</b>  |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый. или свекла отварная) | 50           | 0,80             | 0,10         | 4,40          | 21,40                         | 1,2,3,4,5    |                  |
| БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №63   | 180          | 1,30             | 3,60         | 9,00          | 74,25                         | 63           | 2016             |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №321   | 150          | 25,40            | 27,30        | 25,30         | 454,30                        | 321          |                  |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ № 53   | 180          | 0,00             | 0,00         | 14,00         | 55,80                         | 53           |                  |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ № 6   | 30           | 2,34             | 0,30         | 14,46         | 70,08                         | 6            |                  |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ №7  | 30           | 1,88             | 0,30         | 12,40         | 59,40                         | 7            |                  |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>620</b>   | <b>31,72</b>     | <b>31,60</b> | <b>79,56</b>  | <b>735,23</b>                 |              |                  |
| <b>Полдник</b>   |              |                  |              |               |                               |              |                  |
| ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (сладким) №154  | 130/30       | 13,13            | 12,00        | 34,06         | 272,50                        | 154          |                  |
| КАКАО С МОЛОКОМ №416   | 180          | 4,10             | 3,60         | 17,40         | 118,80                        | 416          | 2016             |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>340</b>   | <b>17,23</b>     | <b>15,60</b> | <b>51,46</b>  | <b>391,30</b>                 |              |                  |
| <b>Всего за день:</b>  | <b>1470</b>  | <b>62,25</b>     | <b>59,90</b> | <b>198,62</b> | <b>1565,73</b>                |              |                  |



**ИТОГО ПО УТВЕРЖДЕННОМУ МЕНЮ**

|                            | б      | ж      | уг      | ккал     |
|----------------------------|--------|--------|---------|----------|
| Итого                      | 481,73 | 468,91 | 2083,78 | 14406,44 |
| Итого за период            |        |        |         |          |
| Среднее значение за период | 48,17  | 46,89  | 208,38  | 1440,64  |

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.:Дели принт, 2011. - 584с.

Сборник рецептов и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах/ Под ред. В.Т. Лапиной.-М.:Хлебпродинформ,2004.-640с.

Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. - М.:Дели плюс, 2016. - 640 с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: Дели принт, 2008. - 276с. Скуряхин И.М., Тутельян В.А.