

	Меню приготавливаемых блюд						
Возрастная категория от 3 до 7 лет Вода питьевая детская (на весь день), 300мл.							
пятница-2							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетиче ская	№ рецептур
			Б	Ж	У		
Неделя 2День 5							
Завтрак:	Каша молочная геркулесовая	180	5.04	6.96	18.6	179.52	93
	Хлеб пшеничный с маслом	37	2.34	8.43	13.78	110.7	6;0001
	Какао с молоком	180	2.88	3.55	13.57	113.3	9,4
Итого за завтрак		397	10.26	18.94	45.95	403.52	
2 завтрак	Яблоки	100	0.4	0	11.3	45	368
Итого за 2 завтрак		100	0.4	0	11.3	45	
Обед							
	Суп гречневый	180	1.68	2.04	16.8	95.88	101
	Рагу овощное	170	1.37	3.93	13.39	105.77	331
	Компот из смеси сухофруктов	180	0.5	0	25.1	102.36	376
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.18	15.69	69.9	0001
	Хлеб ржаной	20	1.3	0.21	6.68	38	0001
Итого за обед		580	7.13	6.36	77.66	411.91	
Полдник	Пирожок с повидлом	70	4.48	3.92	40.46	250.4	454
	Кефир	180	5.04	5.4	7.29	96.63	3
Итого за полдник		250	9.52	9.32	47.75	347.03	
Итого за день:		1327	27.31	34.62	182.66	1207.46	
	Норма	1250	40.50	45.00	195.75	1350.00	
			13.190	10.380	13.090	142.540	
			67.43%	76.93%	93.31%	89.44%	

	Меню приготавливаемых блюд						
Возрастная категория от 3 до 7 летВода питьевая детская (на весь день), 300мл.							
	четверг-2						
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2 День 4							
Завтрак:							
	Вареники с творогом	180	25.45	35.28	52.2	614.7	18
	Кофейный напиток с молоком	180	2.24	2.32	17.55	104.62	126
Итого за завтрак		360	27.690	37.600	69.750	719.320	
2 завтрак	Сок	100	0.5	0.1	10.1	46	532
Итого за 2завтрак		100	0.5	0.1	10.1	46	
Обед							
	Суп крестьянский со сметаной	180	2.41	1.45	15.31	94.03	37
	Котлеты рыбные	80	8.64	6.56	18.32	168	357
	Капуста тушеная	100.0	2	2.67	7.95	75	708
	Чай с лимоном и сахаром	180.0	0.06	0.01	9.33	38.04	133
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.18	15.69	69.9	0001
	Хлеб ржаной	20	1.3	0.21	6.68	38	0001
Итого за обед		590.0	16.69	11.08	73.28	482.97	
Полдник	Яйцо вареное	40	5.08	4.6	0.28	63	78
	Чай с сахаром	180	0.12	0	10.68	43.8	132
	Хлеб пшеничный с маслом	37	2.34	8.43	13.78	110.7	6;0001
Итого за полдник		257	7.54	13.03	24.74	217.50	
Итого за день:		1307.0	52.420	61.810	177.870	1465.790	
		1250	40.50	45.00	195.75	1350.00	
			-11.920	-21.310	-132.870	-1270.040	
			129.43%	152.62%	395.27%	748.81%	

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория от 3 до 7 лет Вода питьевая детская (на весь день), 300мл.

среда-2							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
НЕДЕЛЯ2 ДЕНЬ 3							
Завтрак:	Каша ячневая молочная	180	5.82	6	22.93	157.95	3.11
	Хлеб пшеничный с маслом	37	2.34	8.43	13.78	110.7	6;0001
	Какао с молоком	180	2.88	3.55	13.57	113.3	9.4
Итого за завтрак		397	11.040	17.980	50.280	381.950	
2 завтрак	Яблоки	100	0.4	0	11.3	45	368
Итого за завтрак		100	0.4	0	11.3	45	
Обед	Салат из свеклы с чесноком	50	0.7	3	3	46.95	22
	Борщ со сметаной	180	2.5	3.7	17.01	109.68	2.5
	Пельмени мясные отварные	150	10.5	13.75	19.28	390	440
	Соус сметанный	20	0.2	0.9	1.1	14.8	354
	Кисель	180	0	0	14.51	54.73	233
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.18	15.69	69.9	
	Хлеб ржаной	20	1.3	0.21	6.68	38	0001
Итого за обед		630	17.48	21.74	77.27	724.06	
Полдник	Пудинг из творога (запеченный)	70	5.6	6.7	20.86	156.1	235
	Чай с сахаром	180	0.12	0	10.68	43.8	132
Итого за полдник		250	5.72	6.70	31.54	199.90	
Итого за день:		1377	34.640	46.420	170.390	1350.910	
	Норма	1250	40.50	45.00	195.75	1350.00	
			5.860	-1.420	25.360	-0.910	
			85.53%	103.16%	87.04%	100.07%	

Меню приготавливаемых блюд							
Возрастная категория от 3 до 7 лет Вода питьевая детская (на весь день), 300мл.							
вторник-2							
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2 День 2							
Завтрак:	Каша гречневая молочная жидкая	180	4.72	8.36	21.96	198.01	64
	Хлеб с маслом и сыром	50	5	8.8	16	163	147
	Кофейный напиток с молоком	180	2.24	2.32	17.55	104.62	126
Итого за завтрак		410	11.960	19.480	55.510	465.630	
2 завтрак	Сок фруктовый	100	0.5	0.1	10.1!	46	368
Итого за 2 завтрак		100	0.5	0.1	10.1	46	
Обед	Салат "Витаминный"	50	0.57	5.07	5.77	50.33	52
	Суп «Рассольник» со сметаной	180	1.44	3.72	14.28	86.88	76
	Картофельное пюре	100	2.25	2.62	17.75	91.5	56
	Тефтели мясные	80	7.57	8.09	9.8	150.5	287
	Компот из сухофруктов	180	0.5	0	25.1	102.36	376
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.18	15.69	69.9	0001
	Хлеб ржаной	20	1.3	0.21	6.68	38	0001
Итого за обед		640	14.61	19.89	95.07	589.47	
Полдник	Печенье	50	3.6	5.9	34.5	178	26
	Кефир	200	5.6	6	8.1	107.37	3
Итого за полдник		250	9.2	11.9	42.6	285.37	
Итого за день:		1400	36.27	51.37	203.28	1386.47	
	Норма	1250	40.50	45.00	195.75	1350.00	
			4.230	-6.370	-7.530	-36.470	
			89.56%	114.16%	103.85%	102.70%	

	Меню приготавливаемых блюд. Возрастная категория от 3 до 7						
Вода питьевая детская (на весь день), 300мл.							
	понедельник-2						
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептур
			Б	Ж	У		
Неделя2 День 1							
Завтрак:	Каша пшеничная молочная жидкая	180	5.4	9.1	26.5	228	68
	Хлеб пшеничный с маслом	37	2.34	8.43	13.78	110.7	6;0001
	Чай с молоком	180	2.5	2.88	15.96	77.4	134
Итого за завтрак		400	10.24	20.41	56.24	416.10	
2 завтрак	Бананы	100	1.1	0.3	20.2	89	368
Итого за 2 завтрак		100	1.1	0.3	20.2	89	
Обед	Зеленый горошек отварной	50	1.68	1.25	4.18	36.26	1.8
	Суп-лапша на курином бульоне	180	1.53	1.78	13.99	82.29	34
	Плов из отварной птицы	170	21.7	4.96	39.23	300	4.2
	Кисель	180	0	0	15.9	54.73	233
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.18	15.69	69.9	0001
	Хлеб ржаной	20	1.3	0.21	6.68	38	0001
Итого за обед		630	28.490	8.380	95.670	581.180	
Полдник	Пирожки печеные с морковью	70	5.6	3.5	41.02	208	454
	Чай с сахаром	180	0.12	0	10.68	43.8	132
Итого за полдник		250	5.72	3.50	51.70	251.80	
Итого за день:		1380	45.5	32.59	223.81	1338.1	
	Норма	1250	40.50	45.00	195.75	1350.00	
	Разница		-5.000	12.410	-28.060	11.920	
	%		112.35%	72.42%	114.33%	99.12%	

Менюготавливаемых блюд. Возрастная категория: от 3 до 7 лет
Вода питьевая детская (на весь день) , 300 мл.

пятница -1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя1 День 5							
	Каша молочная рисовая	180	5.58	9.18	28.98	188.64	283
Завтрак:	Хлеб пшеничный с маслом	37	2.34	8.43	13.78	110.7	6.0001
	Кофейный напиток с молоком	180	2.24	2.32	17.55	104.62	126
Итого за завтрак		397	10.16	19.93	60.31	403.96	
2 завтрак	Сок фруктовый	100	0.5	0.1	10.1	46	532
Итого 2 завтрак		100	0.5	0.1	10.1	46	
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов	50	0.48	2.56	1.71	36.85	20
	Суп рыбный из консервов	180	6.12	4.56	12.6	120.3	42
	Котлета мясная с томатным соусом (70/10)	80	8.47	8.12	11.41	167.3	381
	Гречка отварная	100	4.75	3.87	27.62	153.5	679
	Чай с сахаром	180	0.12	0	10.68	43.8	132
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.18	15.69	69.9	0001
	Хлеб ржаной	20	1.3	0.21	6.68	38	0001
Итого за обед		590	23.52	19.50	86.39	629.65	
Полдник	Пряник	50	1.9	1.4	38.8	169	26
	Кефир	200	5.6	6	8.1	107.37	3
Итого за полдник		250	7.50	7.40	46.90	276.37	
Итого за день:		1337	41.68	46.93	203.70	1355.98	
	норма	1250	40.5	45	195.75	1350	
	разница		-1.180	-1.930	-7.950	-5.980	
	%		102.91%	104.29%	104.06%	100.44%	

	Меню приготавливаемых блюд. Возрастная категория: от 3 до 7 лет						
	Вода питьевая детская (на весь день) , 300 мл.						
	четверг -1						
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	№ рецепту
			Б	Ж	У		
Неделя 1 День 4							
Завтрак:	Каша молочная «Дружба»	180	5.76	9.1	24.24	185.7	66
	Хлеб пшеничный с маслом	37	2.34	8.43	13.78	110.7	6;0001
	Какао с молоком	180	2.88	3.55	13.57	113.3	9.4
Итого за завтрак		400	10.980	21.080	51.590	409.700	
2 завтрак	Яблоки	100	0.4	0	11.3	45	368
Итого за 2 завтрак		100	0.4	0	11.3	45	
Обед	Салат из белокочанной капусты	50	0.7	2.5	4.51	43.7	1.8
	Суп гороховый	180	3.72	2.28	13.44	96.96	2.6
	Макаронные изделия отварные	100	5.1	3.87	29.17	163.1	8.2
	Гуляш из мяса	70	11.9	9.52	4.2	194.7	93
	Кисель	180	0	0	15.9	54.73	233
	Хлеб ржаной	30	1.95	0.33	10.03	57	0001
Итого за обед		610	23.370	18.500	77.250	610.190	
Полдник	Яйцо вареное	40	5.08	4.6	0.28	63	78
	Чай с сахаром	180	0.12	0	10.68	43.8	132
	Хлеб пшеничный с маслом	30	1.89	6.83	11.17	89.75	0001
Итого за полдник		250	7.09	11.43	22.13	196.55	
<i>Итого за день:</i>		1360	41.840	51.010	162.270	1261.440	
	норма	1250	40.50	45.00	195.75	1350.00	
	разница		-1.340	-6.010	33.480	88.560	
	%		-3.31%	-13.36%	17.10%	6.56%	

|

Менюготавливаемых блюд. Возрастная категория от 3 до 7 лет							
Вода питьевая детская (на весь день) , 300 мл.							
Среда -1							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецепту
			Б	Ж	У		
Неделя1 День 3	Каша геркулесовая молочная	180	5.04	6.96	18.6	179.52	93
Завтрак:	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	50	5	8.8	16	163	147
	Чай с молоком	170	2.3	2.7	15	73.1	134
Итого за завтрак		400	12.34	18.46	49.60	415.62	
2-ой завтрак	Сок фруктовый	100	0.5	0.1	10.1	46	532
Итого за 2 завтрак		100	0.5	0.1	10.1	46	
Обед							
	Свекольник со сметаной	180	2.28	4.92	15.9	118.32	104
	Рыба тушеная с овощами	70	12.36	4.43	2.8	133.4	381
	Картофельное пюре	100	2.25	2.62	17.75	91.5	56
	Кисель	180	0	0	14.51	54.73	233
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.18	15.69	69.9	0001
	Хлеб ржаной	20	1.3	0.21	6.68	38	0001
Итого за обед		580	20.47	12.36	73.33	505.85	
Полдник	Пиоржок с творогом	70	7.22	2	30.17	186.3	555
	Чай с молоком	180	2.5	2.88	15.96	77.4	134
Итого за полдник		250	9.72	4.88	46.13	263.7	
<i>Итого за день:</i>		1330	43.030	35.800	179.160	1231.170	
	норма	1250	40.50	45.00	195.75	1350.00	
	разница		2.530	-9.200	-16.590	-118.830	
	%		6.25%	-20.44%	-8.48%	-8.80%	

| | | |

Меню приготавливаемых блюд. Возрастная категория от 3 до 7 лет
Вода питьевая детская (на весь день) , 300 мл.

Вторник -1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1 День 2							
Завтрак:	Каша манная молочная жидкая	180	4.56	7.62	19.76	156.43	277
	Хлеб пшеничный с маслом	37	2.34	8.43	13.78	110.7	6;0001
	Какао с молоком	180	2.88	3.55	13.57	113.3	9.4
Итого за завтрак		397	9.78	19.60	47.11	380.43	
2 завтрак	Бананы	100	1.1	0.3	20-Feb	89	368
Итого за 2 завтрак		100	1.1	0.3	20.2	89	
Обед							
	Суп картофельный	180	1.53	1.57	12.96	64.63	36
	Капуста тушеная с мясом, курой	150	16	16.5	11.5	243.7	336
	Компот из сухофруктов	180	0.5	0.00	25.10	102.36	376
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.18	15.69	69.9	0001
	Хлеб ржаной	20	1.3	0.21	6.68	38	0001
Итого за обед		560	21.61	18.46	71.93	518.59	
Полдник	Печенье	50	3.6	5.9	34.5	178	26
	Кефир	200	5.6	6	8.1	107.37	3
Итого полдник		250	9.2	11.9	42.6	285.37	
Итого за день:		1307	41.690	50.260	181.840	1273.390	
норма		1250	40.50	45.00	195.75	1350.00	
разница			-1.190	-5.260	13.910	76.610	
%			102.94%	111.69%	92.89%	94.33%	

|

0

	Б	Ж	У	Ккал
1	48.76	43.24	169.04	1165.97
2	41.69	50.26	181.84	1273.39
3	43.03	35.80	179.16	1231.17
4	41.84	51.01	162.27	1261.44
5	41.68	46.93	203.70	1355.98
6	45.50	32.59	223.81	1338.10
7	36.27	51.37	203.28	1386.47
8	34.64	46.42	170.39	1350.91
9	52.42	61.81	177.87	1465.79
10	27.31	34.62	182.66	1207.46
итог	41.31	45.41	185.40	1303.67
норма	40.50	45.00	195.75	1350.00
разница	-0.81	-0.41	10.35	46.33
%	-2.01	-0.90	5.29	3.43

Менюготавливаемых блюд. Возрастная категория от 3 до 7 лет							
Вода питьевая детская (на весь день) , 300 мл.							
Понедельник -1							
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1 День 1							
Завтрак:	Суп молочный с макаронными изделиями	180	4.68	6.58	20.64	158.4	33
	Хлеб пшеничный с маслом	37	2.34	8.43	13.78	110.7	6:0001
	Кофейный напиток с молоком	180	2.24	2.32	17.55	104.62	126
Итого за завтрак		397	9.260	17.330	51.970	373.720	
2 завтрак	Сок фруктовый (яблочный)	100	0.5	0.1	10.1	46	532
Итого за 2 завтрак		100	0.5	0.1	10.1	46	
	Салат из кукурузы с луком репчатым	50	0.98	3.4	3.25	55.83	181
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	180	2.5	3.7	17.01	109.68	2.5
	Жаркое по - домашнему	150	11.65	8.74	17.07	165	590
	Кисель	180	0	0	14.51	54.73	233
	Хлеб пшеничный	30	2.28	0.18	15.69	69.9	0001
	Хлеб ржаной	20	1.3	0.21	6.68	38	0001
Итого за обед		610	18.71	16.23	74.21	493.14	
Полдник	Ватрушка королевская (с творогом)	70	17.79	6.7	16.8	175.71	97
	Чай сладкий с молоком	180	2.5	2.88	15.96	77.4	134
Итого полдник		250	20.29	9.58	32.76	253.11	
Итого за день:		1357	48.760	43.240	169.040	1165.970	
	норма	1250	40.50	45.00	195.75	1350.00	
	разница		-8.260	1.760	26.710	184.030	
	%		120.40%	96.09%	86.36%	86.37%	