"СОГЛАСОВАНО" Заведующий МБДОУ "Детский сад № _____" Подлинник электронного документа, подписанного ЭП, хранится в МБДОУ "Детский сад № 137 г свэдения о сертификате эн сертификате оссоябряювараразара Влена Николаевна кому выдан: Конторщикова Елена Николаевна

Тиректор «МУГР» Комбинат питания "г.Дзержинска"

Директор «МУГР» Комбинат питания "г.Дзержинска"

комбинат питания "г.Дзержинска"

комбинат кузнецов О.В.

питания кузнецов О.В.

2024 год

ПРИМЕРНОЕ 10 - ДНЕВНОЕ МЕНЮ

для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет (с 12 часовым пребыванием)

Действителен: с 24 . 04 . 23

до 17 . 07 . 24

МБДОУ "Детский сад № 2", МБДОУ "Детский сад № 8", МБДОУ "Детский сад № 9", МБДОУ "Детский сад № 10", МБДОУ "Детский сад № 14" МБДОУ "Детский сад № 69", МБДОУ "Детский сад № 80", МБДОУ "Детский сад № 82", МБДОУ "Детский сад № 85", МБДОУ "Детский сад № МБДОУ "Детский сад № 16", МБДОУ "Детский сад № 17", МБДОУ "Детский сад № 20", МБДОУ "Детский сад № 21", МБДОУ "Детский сад № сад № 99", МБДОУ "Детский сад № 100", МБДОУ "Детский сад № 101", МБДОУ "Детский сад № 102", МБДОУ "Детский сад № 103", МБДОУ 87", МБДОУ "Детский сад № 89", МБДОУ "Детский сад № 90", МБДОУ "Детский сад № 95", МБДОУ "Детский сад № 97", МБДОУ "Детский 23", МБДОУ "Детский сад № 25", МБДОУ "Детский сад № 26", МБДОУ "Детский сад № 28", МБДОУ "Детский сад № 36", МБДОУ "Детский "Детский сад № 132", МБДОУ "Детский сад № 133", МБДОУ "Детский сад № 134", МБДОУ "Детский сад № 135", МБДОУ "Детский сад № "Детский сад № 58", МБДОУ "Детский сад № 61", МБДОУ "Детский сад № 62", МБДОУ "Детский сад № 63", МБДОУ "Детский сад № 65", "Детский сад № 105", МБДОУ "Детский сад № 108", МБДОУ "Детский сад № 109", МБДОУ "Детский сад № 110", МБДОУ "Детский сад № "Детский сад № 118", МБДОУ "Детский сад № 120", МБДОУ "Детский сад № 124", МБДОУ "Детский сад № 125", МБДОУ "Детский сад № сад № 37", МБДОУ "Детский сад № 39", МБДОУ "Детский сад № 44", МБДОУ "Детский сад № 50", МБДОУ "Детский сад № 57", МБДОУ 111", МБДОУ "Детский сад № 114", МБДОУ "Детский сад № 115", МБДОУ "Детский сад № 116", МБДОУ "Детский сад № 117", МБДОУ 126", МБДОУ "Детский сад № 127", МБДОУ "Детский сад № 128", МБДОУ "Детский сад № 130", МБДОУ "Детский сад № 131", МБДОУ 137", МБДОУ "Детский сад № 139", МБДОУ "Детский сад № 140", МБДОУ "Детский сад № 141", МБДОУ "Детский сад № 142", МБДОУ "Детский сад № 143", МБДОУ "Детский сад № 145", МБДОУ "Детский сад № 146", МБДОУ "Детский сад № 147"

Меню разработано на основе Сборника рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях 2016г.

	Примерное 10-ти дневное меню для детей от 3 ПЕРВЫЙ ДЕНЬ (ПОН			м пребываі	нием)	
	HEI BBIH GEHB (HOI	ПЕДЕЛИП		Пищевые	вещества	
№ по сборнику рецептур	Наименование блюд	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность (к/кал)
	Завтран		T			
<u>№6</u>	Масло сливочное	10	0,08	7,26	0,14	66,00
Пр.пр.	Печенье	20	1,52	3,10	12,72	85,65
№182	Каша пшенная молочная	200	7,11	10,53	28,74	237,58
№414	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	16,00	101,00
	Итого:	430	11,88	23,57	57,60	490,23
No.410	Второй зав	<u>грак</u> 180	1 0 00	1 0.00	20.16	90.64
№418	Сок фруктовый разливной Итого:	180	0,00	0,00	20,16 20,16	80,64 80,64
	Обед	100	0,00	0,00	20,10	80,04
	Обед		Τ	Τ	I	
ТТК	Морковь свежая (термообработанная) порционно	50	0,62	0,05	5,82	26,00
№ 90	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	20/200	8,32	9,03	17,40	170,60
№303	Тефтели мясные в соусе	60/30	9,50	8,54	11,18	165,00
№334	Рис отварной с овощами	150	3,40	4,90	31,00	168,00
TTK	Напиток яблочный	180	0,09	0,09	23,76	97,20
Пр.пр.	Хлеб ржаной	40	2,80	0,40	17,20	84,00
	Итого:	730	24,73	23,01	106,36	710,80
N. 427	Полдни		2.01	1.50	22.75	1.52.00
№437	Пирог с картофелем и луком	60	3,91	4,70	23,75	153,00
№354	Капуста тушеная	150	3,10	4,86	14,14	113,00
TTK	Кисель витаминизированный (из концентрата)	200	0,00	0,00	18,00	60,00
	Итого:	410	7,01	9,56	55,89	326,00
	ВСЕГО	1750	43,62	56,14	240,01	1607,67
	ВТОРОЙ ДЕНЬ (В	ТОРНИК)				<u> </u>
№ по				Пищевые	вещества	
сборнику	Наименование блюд	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
рецентур						(к/кал)
	Завтран	3				
№ 1	Бутерброд с маслом	10\30	2,45	7,55	14,60	136,00
№ 227	Яйцо вареное	60	6,35	5,75	0,35	78,75
№182	Каша кукурузная молочная	200	6,21	5,28	27,90	184,00
№416	Какао с молоком	200	4,20	3,63	17,28	119,00
	Итого:	500	19,21	22,21	60,13	517,75
24.006	Второй зава					
№386	Фрукты свежие	1 шт	0,48	0,48	5,20	56,00
	Итого:		0,48	0,48	5,20	56,00
TTI	Обед	50	0.72	1 2 20	1.76	50.20
TTK	Закуска из отварных овощей	50	0,73	3,20	4,75	50,30
№73	Щи из свежей капусты с картофелем на мясо-костном бульоне со сметаной	200/11	1,77	5,06	7,56	82,76
№309	Макаронник с мясом, с маслом	150\5	17,93	11,73	36,40	316,60
№394	Компот из сушеных фруктов	180	0,29	0,04	17,64	72,72
Пр.пр.	Хлеб ржаной	40	2,80	0,40	17,20	84,00
	Итого:	636	23,52	20,43	83,55	606,38
	Полдни					
№ 441	Ватрушка с повидлом	60	3,82	2,30	39,72	196,32
№362	Рагу овощное	150	3,53	6,68	12,38	129,00
No411	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
		20	2,40	0,60	17,10	84,00
Пр.пр.	Батон пшеничный	30				
	ватон пшеничный Итого: ВСЕГО	440	9,82	9,60	84,20	469,32 1649,45

		(СРЕДА)		Пишевы	е вещества	***************************************
№ по сборнику рецептур	Наименование блюд	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценності (к/кал)
	Завтран	······································				(55.11.1)
№ 3	Бутерброд с маслом и сыром	10\5\30	4,73	6,88	14,56	139,00
№182	Каша «Дружба»	200	6,23	10,20	27,28	224,98
№413	Чай с молоком	200	2,97	2,60	15,90	99,00
	Итого:	445	13,93	19,68	57,74	462,98
	Второй зав	грак				
№418	Сок фруктовый разливной	180	0,00	0,00	20,16	80,64
1	Итого:	180	0,00	0,00	20,16	80,64
	Обед					
TTK	Свекла отварная порционно	50	0,77	0,04	4,30	21,40
№86	Суп картофельный с крупой на мясо-костном бульоне	200	1,58	2,19	11,66	72,60
TTK	Мясо, тушенное с капустой	180	19,80	9,60	16,20	262,30
№394	Компот из сушеных фруктов	180	0,29	0,04	17,64	72,72
Пр.пр.	Хлеб ржаной	40	2,80	0,40	17,20	84,00
	Итого:	650	25,24	12,27	67,00	513,02
	Полдни			***************************************		
№277	Тефтели рыбные тушеные со сметанным соусом	70/30	10,28	4,96	12,43	135,00
№339	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,00
№417	Напиток из плодов шиповника	200	0,70	0,30	24,40	103,00
Пр.пр.	Батон пшеничный	30	2,40	0,60	17,10	84,00
	Итого:	480	16,44	10,66	74,37	459,00
	ВСЕГО	1755	55,61	42,61	219,27	1715,64
	ЧЕТВЕРТЫЙ ДЕНЬ	(ЧЕТВЕР	Γ)			
				Пишевы	е вещества	
				тинцевы	с веществи	
№ по сборнику рецептур	Наименование блюд	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	
сборнику		блюда	Белки			
сборнику рецептур	Завтран	блюда		Жиры	Углеводы	ценност (к/кал)
сборнику рецептур №1	Завтран Бутерброд с маслом	блюда с 10\30	2,45	Жиры 7,55	У глеводы 14,60	ценност (к/кал)
сборнику рецептур №1	Завтран Бутерброд с маслом Каша гречневая на молоке	блюда с 10\30 200	2,45 7,00	Жиры 7,55 10,44	Углеводы 14,60 25,77	ценност (к/кал) 136,00 224,28
сборнику рецептур №1	Завтран Бутерброд с маслом Каша гречневая на молоке Кофейный напиток с молоком	блюда 10\30 200 200	2,45 7,00 3,17	Жиры 7,55 10,44 2,68	Углеводы 14,60 25,77 16,00	ценност (к/кал) 136,00 224,28 101,00
мо1 №1	Завтран Бутерброд с маслом Каша гречневая на молоке Кофейный напиток с молоком Итого:	блюда 10\30 200 200 440	2,45 7,00	Жиры 7,55 10,44	Углеводы 14,60 25,77	ценност (к/кал) 136,00 224,28 101,00
мо1 №1 №199 №414	Завтран Бутерброд с маслом Каша гречневая на молоке Кофейный напиток с молоком Итого: Второй зав	блюда 10\30 200 200 440 грак	2,45 7,00 3,17 12,62	7,55 10,44 2,68 20,6 7	Углеводы 14,60 25,77 16,00 56,37	136,00 224,28 101,00 461,28
мо1 №1	Завтран Бутерброд с маслом Каша гречневая на молоке Кофейный напиток с молоком Итого: Второй завя Фрукты свежие	блюда 10\30 200 200 440	2,45 7,00 3,17 12,62	Жиры 7,55 10,44 2,68 20,67	Углеводы 14,60 25,77 16,00 56,37	136,00 224,28 101,00 461,28
мом 1 мом	Завтран Бутерброд с маслом Каша гречневая на молоке Кофейный напиток с молоком Итого: Второй зава Фрукты свежие Итого:	блюда 10\30 200 200 440 грак	2,45 7,00 3,17 12,62	7,55 10,44 2,68 20,6 7	Углеводы 14,60 25,77 16,00 56,37	136,00 224,28 101,00 461,28
№1 №1 №1 №414 №386	Завтран Бутерброд с маслом Каша гречневая на молоке Кофейный напиток с молоком Итого: Второй зав Фрукты свежие Итого: Обед	блюда 10\30 200 200 440 грак 1 шт	2,45 7,00 3,17 12,62 0,48 0,48	7,55 10,44 2,68 20,67 0,48 0,48	14,60 25,77 16,00 56,37 5,20 5,20	136,00 224,28 101,00 461,28 56,00 56,00
мом 1 мом	Завтран Бутерброд с маслом Каша гречневая на молоке Кофейный напиток с молоком Итого: Второй зава Фрукты свежие Итого: Обед Икра морковная Борщ с фасолью и картофелем на курином бульоне со	блюда 10\30 200 200 440 грак	2,45 7,00 3,17 12,62	Жиры 7,55 10,44 2,68 20,67	Углеводы 14,60 25,77 16,00 56,37	136,00 224,28 101,00 461,28
№1 №1 №199 №414 №386	Завтран Бутерброд с маслом Каша гречневая на молоке Кофейный напиток с молоком Итого: Второй заво Фрукты свежие Итого: Обед Икра морковная Борщ с фасолью и картофелем на курином бульоне со сметаной	блюда 10\30 200 200 440 грак 1 шт	2,45 7,00 3,17 12,62 0,48 0,48	7,55 10,44 2,68 20,67 0,48 0,48 4,05 4,08	Углеводы 14,60 25,77 16,00 56,37 5,20 5,20 5,05	136,00 224,28 101,00 461,28 56,00 56,00 94,60
№1 №1 №199 №414 №2386	Завтран Бутерброд с маслом Каша гречневая на молоке Кофейный напиток с молоком Итого: Второй зава Фрукты свежие Итого: Обед Икра морковная Борщ с фасолью и картофелем на курином бульоне со	блюда 10\30 200 200 440 грак 1 шт 50 200/11	2,45 7,00 3,17 12,62 0,48 0,48 2,10 2,83	7,55 10,44 2,68 20,67 0,48 0,48	Углеводы 14,60 25,77 16,00 56,37 5,20 5,20 5,05 11,63	136,00 224,28 101,00 461,28 56,00 56,00 94,60
№1 №1 №199 №414 №2386 №55 №69 № 327	Завтран Бутерброд с маслом Каша гречневая на молоке Кофейный напиток с молоком Итого: Второй зав Фрукты свежие Итого: Обед Икра морковная Борщ с фасолью и картофелем на курином бульоне со сметаной Суфле куриное	блюда 10\30 200 200 440 грак 1 шт 50 200/11 70	2,45 7,00 3,17 12,62 0,48 0,48 2,10 2,83 10,15	7,55 10,44 2,68 20,67 0,48 0,48 4,05 4,08	14,60 25,77 16,00 56,37 5,20 5,20 5,05 11,63 2,14	136,00 224,28 101,00 461,28 56,00 56,00 94,60
№1 №1 №199 №414 №386 №55 №69 № 327 №218	Завтран Бутерброд с маслом Каша гречневая на молоке Кофейный напиток с молоком Итого: Второй зава Фрукты свежие Итого: Обед Икра морковная Борщ с фасолью и картофелем на курином бульоне со сметаной Суфле куриное Макароные изделия отварные	блюда 10\30 200 200 440 грак 1 шт 50 200/11 70 150	2,45 7,00 3,17 12,62 0,48 0,48 2,10 2,83 10,15 5,50	7,55 10,44 2,68 20,67 0,48 0,48 4,05 4,08 13,03 4,80	Углеводы 14,60 25,77 16,00 56,37 5,20 5,20 5,05 11,63 2,14 31,30	136,00 224,28 101,00 461,28 56,00 56,00 94,60 166,00 191,00
№1 №199 №414 №255 №69 №218 №218	Завтран Бутерброд с маслом Каша гречневая на молоке Кофейный напиток с молоком Итого: Второй зава Фрукты свежие Итого: Обед Икра морковная Борщ с фасолью и картофелем на курином бульоне со сметаной Суфле куриное Макароные изделия отварные Компот из сушеных фруктов	блюда 10\30 200 200 440 грак 1 шт 50 200/11 70 150 180	2,45 7,00 3,17 12,62 0,48 0,48 2,10 2,83 10,15 5,50 0,29	7,55 10,44 2,68 20,67 0,48 0,48 4,05 4,08 13,03 4,80 0,04	Углеводы 14,60 25,77 16,00 56,37 5,20 5,20 5,20 11,63 2,14 31,30 17,64	136,00 224,28 101,00 461,28 56,00 56,00 94,60 166,00 191,00 72,72
№1 №1 №199 №414 №386 №55 №69 № 327 №218 №394 Пр.пр.	Бутерброд с маслом Каша гречневая на молоке Кофейный напиток с молоком Итого: Второй зава Фрукты свежие Итого: Обед Икра морковная Борщ с фасолью и картофелем на курином бульоне со сметаной Суфле куриное Макароные изделия отварные Компот из сушеных фруктов Батон пшеничный Хлеб ржаной Итого:	блюда 10\30 200 200 440 грак 1 шт 50 200/11 70 150 180 20 40 721	2,45 7,00 3,17 12,62 0,48 0,48 2,10 2,83 10,15 5,50 0,29 1,60	7,55 10,44 2,68 20,67 0,48 0,48 4,05 4,08 13,03 4,80 0,04 0,40	Углеводы 14,60 25,77 16,00 56,37 5,20 5,20 5,05 11,63 2,14 31,30 17,64 11,40	136,00 224,28 101,00 461,28 56,00 56,00 94,60 166,00 191,00 72,72 56,00 84,00
№1 №1 №199 №414 №386 №55 №69 № 327 №218 №394 Пр.пр.	Бутерброд с маслом Каша гречневая на молоке Кофейный напиток с молоком Итого: Второй зава Фрукты свежие Итого: Обед Икра морковная Борщ с фасолью и картофелем на курином бульоне со сметаной Суфле куриное Макароные изделия отварные Компот из сушеных фруктов Батон пшеничный Хлеб ржаной	блюда 10\30 200 200 440 грак 1 шт 50 200/11 70 150 180 20 40 721	2,45 7,00 3,17 12,62 0,48 0,48 2,10 2,83 10,15 5,50 0,29 1,60 2,80	7,55 10,44 2,68 20,67 0,48 0,48 4,05 4,08 13,03 4,80 0,04 0,40 0,40	14,60 25,77 16,00 56,37 5,20 5,20 5,05 11,63 2,14 31,30 17,64 11,40 17,20	136,00 224,28 101,00 461,28 56,00 56,00 94,60 166,00 191,00 72,72 56,00 84,00
№1 №1 №199 №414 №386 №55 №69 № 327 №218 №394 Пр.пр.	Бутерброд с маслом Каша гречневая на молоке Кофейный напиток с молоком Итого: Второй зава Фрукты свежие Итого: Обед Икра морковная Борщ с фасолью и картофелем на курином бульоне со сметаной Суфле куриное Макароные изделия отварные Компот из сушеных фруктов Батон пшеничный Хлеб ржаной Итого:	блюда 10\30 200 200 440 грак 1 шт 50 200/11 70 150 180 20 40 721	2,45 7,00 3,17 12,62 0,48 0,48 2,10 2,83 10,15 5,50 0,29 1,60 2,80	7,55 10,44 2,68 20,67 0,48 0,48 4,05 4,08 13,03 4,80 0,04 0,40 0,40	14,60 25,77 16,00 56,37 5,20 5,20 5,05 11,63 2,14 31,30 17,64 11,40 17,20	136,00 224,28 101,00 461,28 56,00 56,00 94,60 166,00 191,00 72,72 56,00
№1 №199 №414 №386 №55 №69 № 327 №218 №394 Пр.пр. Пр.пр.	Бутерброд с маслом Каша гречневая на молоке Кофейный напиток с молоком Итого: Второй зава Фрукты свежие Итого: Обед Икра морковная Борщ с фасолью и картофелем на курином бульоне со сметаной Суфле куриное Макароные изделия отварные Компот из сушеных фруктов Батон пшеничный Хлеб ржаной Итого: Полдни	блюда 10\30 200 200 440 грак 1 шт 50 200/11 70 150 180 20 40 721 к 130/20 200	2,45 7,00 3,17 12,62 0,48 0,48 2,10 2,83 10,15 5,50 0,29 1,60 2,80 25,27	7,55 10,44 2,68 20,67 0,48 0,48 4,05 4,08 13,03 4,80 0,04 0,40 0,40 26,80	14,60 25,77 16,00 56,37 5,20 5,20 5,20 11,63 2,14 31,30 17,64 11,40 17,20 96,36	136,00 224,28 101,00 461,28 56,00 56,00 94,60 166,00 191,00 72,72 56,00 84,00 729,32
№1 №199 №414 №386 №255 №69 № 327 №218 №394 Пр.пр. Пр.пр.	Бутерброд с маслом Каша гречневая на молоке Кофейный напиток с молоком Итого: Второй зава Фрукты свежие Итого: Обед Икра морковная Борщ с фасолью и картофелем на курином бульоне со сметаной Суфле куриное Макароные изделия отварные Компот из сушеных фруктов Батон пшеничный Хлеб ржаной Итого: Полдни Запеканка из творога с морковью, сгущенное молоко Молоко кипяченое Батон пшеничный	5люда 10\30 200 200 440 Трак 1 шт 50 200/11 70 150 180 20 40 721 к 130/20 200 30	2,45 7,00 3,17 12,62 0,48 0,48 2,10 2,83 10,15 5,50 0,29 1,60 2,80 25,27 21,30 5,80 2,40	7,55 10,44 2,68 20,67 0,48 0,48 4,05 4,08 13,03 4,80 0,04 0,40 26,80 14,00 5,00 0,60	14,60 25,77 16,00 56,37 5,20 5,20 5,20 5,20 11,63 2,14 31,30 17,64 11,40 17,20 96,36 22,90 9,60 17,10	136,00 224,28 101,00 461,28 56,00 56,00 94,60 166,00 191,00 72,72 56,00 84,00 729,32
№1 №199 №414 №2386 №255 №69 № 327 №218 №218 №394 Пр.пр. Пр.пр.	Бутерброд с маслом Каша гречневая на молоке Кофейный напиток с молоком Итого: Второй зав: Фрукты свежие Итого: Обед Икра морковная Борщ с фасолью и картофелем на курином бульоне со сметаной Суфле куриное Макароные изделия отварные Компот из сушеных фруктов Батон пшеничный Хлеб ржаной Итого: Полдни Запеканка из творога с морковью, сгущенное молоко Молоко кипяченое	блюда 10\30 200 200 440 грак 1 шт 50 200/11 70 150 180 20 40 721 к 130/20 200	2,45 7,00 3,17 12,62 0,48 0,48 2,10 2,83 10,15 5,50 0,29 1,60 2,80 25,27 21,30 5,80	7,55 10,44 2,68 20,67 0,48 0,48 4,05 4,08 13,03 4,80 0,04 0,40 0,40 26,80 14,00 5,00	14,60 25,77 16,00 56,37 5,20 5,20 5,20 5,20 11,63 2,14 31,30 17,64 11,40 17,20 96,36 22,90 9,60	136,00 224,28 101,00 461,28 56,00 56,00 94,60 191,00 72,72 56,00 84,00 729,32

№ по рецентур		пятый день (п		T	Пишеры	е вещества	
№1 Бутерброд о маслом 1030 2_45 7,55 14,60 №101 Суп молочный с крупой 200 5,43 9,95 24,18 №11 Чаг секаром 200 0,07 0,02 15,00 Итого: 440 7,95 17,52 53,78 Второй завтрак №418 Сок фруктовый разливной 180 0,00 0,00 20,16 Нтого: 180 0,00 0,00 20,16 Обек Суп картофельный с макаронными изделиями на 200 5,20 3,74 26,67 Маркое по-домашиему 200 25,00 6,79 20,00 Мэ394 Комог из сущеных фуктов 180 0,29 0,04 17,04 Пр.пр. Хлеб ржаной 40 2,80 0,40 17,04 Пр.пр. Хлеб ржаной 150 3,63 2,57 Итого: 670 34,02 14,17 86,26 Пр.пр. Клеб ржаной 150 3	сборнику	Наименование блюд		Белки		Углеводы	Эн. ценност (к/кал)
Med Vin молочный с крупой 200 5,43 9,95 24,18 Med Variore 440 7,95 17,52 53,78 Toroi: 440 7,95 17,52 53,78 Toroi: 180 0,00 0,00 20,16 Miroro: 180 0,00 0,00 20,16 Miroro: 180 0,00 0,00 20,16 Miroro: 180 0,00 0,00 20,16 Toroi: 05ca Toroi: 05ca Toroi: 05ca Toroi: 05ca Toroi: 05ca Miroro: 05ca Toroi: 05ca Miroro: 05ca Miroro:		Завтра	к				
№411 Чай с сахаром Итого: 200 0,07 0,02 15,00 Итого: 440 7,95 17,52 53,78 Второй завтрак №418 Сок фруктовый разливной 180 0,00 0,00 20,16 Итого: 180 0,00 0,00 20,16 Обех ТТК Закуска из отварных овощей 50 0,73 3,20 4,75 №8292 Жаркое по-домашиему 200 5,20 3,74 26,67 №3294 Компот из сущеных фруктов 180 0,29 0,04 17,64 Пр.пр. Хлеб ржаной 40 2,80 0,40 17,20 №3394 Компот из сущеных фруктов 180 0,29 0,04 17,64 Пр.пр. Хлеб ржаной 40 2,80 0,40 17,62 Пр.пр. Хлеб ржаной 10 0,36 5,38 36,69 №332 Рыс отварной 150 3,65 5,38 36,69	№ 1	Бутерброд с маслом	10\30	2,45	7,55	14,60	136,00
Мтого: Bropoй завтрак Ne418 Cox фруктовый разливной 180 0,00 0,00 20,16	№ 101	Суп молочный с крупой	200	5,43	9,95	24,18	206,68
Второй завтрак №418 Сок фруктовый разливной 180 0,00 0,00 20,16 Итого: 180 0,00 0,00 20,16 Обед ТТК Закуска из отварных овощей 50 0,73 3,20 4,75 №88 Суп картофельный е макаронным изделиями на мястном бульоне 200 5,20 3,74 26,67 №292 Жаркое по-домашиему мястном бульоне 180 0,29 0,04 17,04 №3934 Компот из сущеных фруктов 180 0,29 0,04 17,04 Пр.пр. Хлеб ржаной 40 2,80 0,40 17,04 Пр.пр. Хлеб ржаной 40 2,80 0,40 17,04 №263 Рыба, запеченная в омлете 80 12,70 3,63 2,57 №265 Рыба, запеченная в омлете 80 12,70 3,63 2,57 №267 Рыба, запеченная в омлете 80 12,70 3,63 2,57 Пр.пр. Ватон пш	№411	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
№418 Сок фруктовый разливной 180 0,00 0,00 20,16 Итого: 180 0,00 0,00 20,16 Обед ТТК Закуска из отварных овощей 50 0,73 3,20 4,75 №88 Арстном бульопов 200 5,20 3,74 26,67 №292 Жаркое по-ломашнему 200 25,00 6,79 20,00 №394 Компот из сушеных фруктов 180 0,29 0,04 17,64 Пр.пр. Хасе ражаной 40 2,80 0,40 17,20 №6263 Рыба, запеченная в омлете 80 12,70 3,63 2,57 №332 Рис отварной 150 3,65 5,38 36,69 №161 Вато пиненичный 30 2,40 0,60 17,40 Пр.пр. Ветон пиненичный 30 2,40 0,60 17,10 Итого: 460 19,05 9,66 73,76 Ветон пиненичный 30		Итого:	440	7,95	17,52	53,78	402,68
Митор:	-	Второй зав	трак				
ТТК Закуска из отварных овощей 50 0,73 3,20 4,75 №88	№418				· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·		80,64
ТТК Закуска из отварных овошей 50 0,73 3,20 4,75 №88 Суп картофельный с макаронными изделиями на магронизми изделиями изделиями на магронизми изделиями издели издели изделиями изделиями издели изделиями изделиями издели издели издели и		-	180	0,00	0,00	20,16	80,64
№88 Вовет Суп картофельный с макаронными изделиями на мястном бульоне мястном бульон				T		· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	
№292 Жаркое по-домашнему 200 5,20 3,4 20,6 №292 Жаркое по-домашнему 200 25,00 6,79 20,00 №294 Комогт из сущеных фруктов 180 0,29 0,04 17,20 Итого: 670 34,02 14,17 86,26 Полдник №263 Рыба, запеченная в омлете 80 12,70 3,63 2,57 №332 Рис отварной 150 3,65 5,38 36,59 №332 Рис отварной 150 3,65 5,38 36,69 ПГр.пр. Батон пшеничный 30 2,40 0,60 17,10 Итого: 460 19,05 9,66 73,76 ВСЕГО 1750 61,02 41,35 253,96 ШЕСТОЙ ДЕНЬ (ПОНЕДЕЛЬНИК) Пиниевые вещества №6 Масло сливочное 10 0,08 7,26 0,14 Пр.пр. Печеные 20 1,52 3,10 <td< td=""><td>TTK</td><td></td><td>50</td><td>0,73</td><td>3,20</td><td>4,75</td><td>50,30</td></td<>	TTK		50	0,73	3,20	4,75	50,30
№394 Компот из сушеных фруктов 180 0,29 0,04 17,64 Пр.пр. Хяеб ржавой 40 2,80 0,40 17,20 Итого: 670 34,02 14,17 86,26 ПОДНИК ПОДНИК №2.63 Рыба, запеченная в омлете 80 12,70 3,63 2,57 №332 Рис отварной 150 3,65 5,38 36,69 ТГК Чай с шиповинчый 30 2,40 0,60 17,10 Итого: 460 19,05 9,66 73,76 ВЕСГО 1750 61,02 41,35 253,96 Инисение 10 0,08 7,26 0,14 Пр.пр. Наименование блюд Выход белки Киры Углеводы №6 Масло сливочное 10 0,08 7,26 0,14 Пр.пр. Печенье 20 1,52 3,10 12,72 №6 Масло сливочное 20		мястном бульоне	200	5,20	3,74	26,67	161,34
Пр.пр. Хлеб ржаной 40 2,80 0,40 17,20 Итого: 670 34,02 14,17 86,26 ПОЛДНИК №263 Рыба, запеченная в омлете 80 12,70 3,63 2,57 №332 Рис отварной 150 3,65 5,38 36,69 ТТК Чай с шиповником 200 0,30 0,05 17,40 Пр.пр. Ватон пшеничный 30 2,40 0,60 17,10 Итого: 460 19,05 9,66 73,76 ШЕСТОЙ ДЕНЬ (ПОНЕДЕЛЬНИК) ШЕСТОЙ ДЕНЬ (ПОНЕДЕЛЬНИК) Пищевые венесства Выход блюд Белки Жиры Углеводы							

№ по		_		Пищевы	е вещества	
сборнику рецептур	Наименование блюд	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценност (к/кал)
	Завтра	К	•			
№3	Бутерброд с маслом и сыром	10\5\30	4,73	6,88	14,56	139,00
№182	Каша манная молочная жидкая	200	6,30	9,98	24,69	212,44
№416	Какао с молоком	200	4,20	3,63	17,28	119,00
	Итого:	445	15,23	20,49	56,53	470,44
	Второй зав	трак	·	·	·	
№386	Фрукты свежие	1 шт	0,48	0,48	5,20	56,00
-	Итого:	L	0,48	0,48	5,20	56,00
TTI	Обед	T 50	0.72	2.20	1.77	50.20
TTK	Закуска из отварных овощей	50	0,73	3,20	4,75	50,30
№63	Борщ с капустой и картофелем на мясо-костном бульоне со сметаной	200\11	2,56	4,48	9,68	89,60
№308	Запеканка картофельная с мясом	180	13,30	9,89	30,60	265,00
№394	Компот из сушеных фруктов	180	0,29	0,04	17,64	72,72
Пр.пр.	Хлеб ржаной	40	2,80	0,40	17,20	84,00
	Итого:	661	19,68	18,01	79,87	561,62
	Полдни				T	
№226	Лапшевник с творогом, со сгущенным молоком	150\15	14,30	12,90	32,70	304,60
№419	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00
Пр.пр.	Батон пшеничный	30	2,40	0,60	17,10	84,00
	Итого:	395	22,50	18,50	59,40	495,60
	ВСЕГО	1651	57,89	57,48	201,00	1583,6
			, , , , ,			
	восьмой ден	ь (СРЕДА)				
			I	Пинарии	DAIMAGERA	
№ по		Выхол		Пищевые	е вещества	Эн
№ по сборнику рецептур	Наименование блюд	Выход блюда	Белки	Пищевые Жиры	углеводы Углеводы	
сборнику		блюда	Белки			
сборнику рецептур	Завтра	блюда К		Жиры	Углеводы	ценност (к/кал
сборнику рецептур №1	Завтра Бутерброд с маслом	б люда К 10\30	2,45	Жиры 7,55	Углеводы 14,60	ценнос (к/кал 136,00
сборнику рецептур №1 №100	Завтра Бутерброд с маслом Суп молочный с макаронными изделиями	блюда К 10\30 200	2,45 6,05	Жиры 7,55 10,00	Углеводы 14,60 23,67	ценнос (к/кал 136,00 207,53
сборнику рецептур №1	Завтра Бутерброд с маслом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком	блюда К 10\30 200 200	2,45 6,05 2,97	Жиры 7,55 10,00 2,60	Углеводы 14,60 23,67 15,90	ценнос (к/кал 136,00 207,53 99,00
сборнику рецептур №1 №100	Завтра Бутерброд с маслом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Итого:	блюда К 10\30 200 200 440	2,45 6,05	Жиры 7,55 10,00	Углеводы 14,60 23,67	ценнос (к/кал 136,00 207,53 99,00
мом 1 №1 №1 №1 №413	Завтра Бутерброд с маслом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Итого: Второй зав	блюда К 10\30 200 200 440 страк	2,45 6,05 2,97 11,47	Жиры 7,55 10,00 2,60 20,15	Углеводы 14,60 23,67 15,90 54,17	ценнос (к/кал 136,00 207,53 99,00 442,53
сборнику рецептур №1 №100	Завтра Бутерброд с маслом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Итого:	блюда К 10\30 200 200 440 Трак 180	2,45 6,05 2,97 11,47	Жиры 7,55 10,00 2,60 20,15	Углеводы 14,60 23,67 15,90 54,17	136,00 207,53 99,00 442,5 3
мом 1 №1 №1 №1 №413	Завтра Бутерброд с маслом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Итого: Второй зав Сок фруктовый разливной Итого:	блюда К 10\30 200 200 440 страк	2,45 6,05 2,97 11,47	Жиры 7,55 10,00 2,60 20,15	Углеводы 14,60 23,67 15,90 54,17	136,00 207,53 99,00 442,5 3
мом 1 №1 №1 №1 №413	Завтра Бутерброд с маслом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Итого: Второй зав	блюда К 10\30 200 200 440 Трак 180	2,45 6,05 2,97 11,47	Жиры 7,55 10,00 2,60 20,15	Углеводы 14,60 23,67 15,90 54,17	136,00 207,53 99,00 442,53 80,64
№1 №100 №413	Завтра Бутерброд с маслом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Итого: Второй зав Сок фруктовый разливной Итого: Обед	блюда к 10\30 200 200 440 трак 180 180	2,45 6,05 2,97 11,47 0,00 0,00	7,55 10,00 2,60 20,15	14,60 23,67 15,90 54,17 20,16 20,16	ценнос (к/кал 136,00 207,53 99,00 442,53 80,64 21,40
№1 №100 №413 ТТК	Завтра Бутерброд с маслом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Итого: Второй зав Сок фруктовый разливной Итого: Обед Свекла отварная порционно	блюда к 10\30 200 200 440 трак 180 180	2,45 6,05 2,97 11,47 0,00 0,00	7,55 10,00 2,60 20,15 0,00 0,00	Углеводы 14,60 23,67 15,90 54,17 20,16 20,16 4,30	136,00 207,53 99,00 442,53 80,64 80,64 21,40
№1 №100 №413 №418 ТТК №87	Завтра Бутерброд с маслом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Итого: Второй зав Сок фруктовый разливной Итого: Обед Свекла отварная порционно Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	блюда к 10\30 200 200 440 трак 180 180 200	2,45 6,05 2,97 11,47 0,00 0,00 0,77 4,39	7,55 10,00 2,60 20,15 0,00 0,00 0,04 4,21	14,60 23,67 15,90 54,17 20,16 20,16 4,30 13,10	136,00 207,53 99,00 442,53 80,64 80,64 21,40 108,00
№1 №100 №413 №418 ТТК №87 №2322	Завтра Бутерброд с маслом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Итого: Второй зав Сок фруктовый разливной Итого: Обед Свекла отварная порционно Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне Котлета рубленная из птицы с маслом сливочным Рис отварной с овощами Компот из сушеных фруктов	блюда к 10\30 200 200 440 трак 180 180 200 70/5	2,45 6,05 2,97 11,47 0,00 0,00 0,77 4,39	7,55 10,00 2,60 20,15 0,00 0,00 0,04 4,21 10,79	14,60 23,67 15,90 54,17 20,16 20,16 4,30 13,10 10,85	136,00 207,53 99,00 442,53 80,64 80,64 21,40 108,00 183,40
№1 №100 №413 №418 ТТК №87 №322 №334	Завтра Бутерброд с маслом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Итого: Второй зав Сок фруктовый разливной Итого: Обед Свекла отварная порционно Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне Котлета рубленная из птицы с маслом сливочным Рис отварной с овощами Компот из сушеных фруктов Хлеб ржаной	блюда к 10\30 200 200 440 30 180 180 200 70/5 150 180 40	2,45 6,05 2,97 11,47 0,00 0,00 0,77 4,39 10,48 3,40	7,55 10,00 2,60 20,15 0,00 0,00 0,04 4,21 10,79 4,90	Углеводы 14,60 23,67 15,90 54,17 20,16 20,16 31,10 10,85 31,00	ценнос (к/кал 136,00 207,53 99,00 442,53 80,64 80,64 108,00 183,40 168,00 72,72
№1 №100 №413 №418 ТТК №87 №322 №334 №394	Завтра Бутерброд с маслом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Итого: Второй зав Сок фруктовый разливной Итого: Обед Свекла отварная порционно Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне Котлета рубленная из птицы с маслом сливочным Рис отварной с овощами Компот из сушеных фруктов Хлеб ржаной Итого:	блюда к 10\30 200 200 440 трак 180 180 200 70/5 150 180 40 695	2,45 6,05 2,97 11,47 0,00 0,00 0,77 4,39 10,48 3,40 0,29	7,55 10,00 2,60 20,15 0,00 0,00 0,04 4,21 10,79 4,90 0,04	Углеводы 14,60 23,67 15,90 54,17 20,16 20,16 31,10 10,85 31,00 17,64	136,00 207,53 99,00 442,53 80,64 80,64 21,40 108,00 183,40 168,00 72,72 84,00
№1 №100 №413 №418 ТТК №87 №322 №334 №394 Пр.пр.	Завтра Бутерброд с маслом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Итого: Второй зав Сок фруктовый разливной Итого: Обед Свекла отварная порционно Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне Котлета рубленная из птицы с маслом сливочным Рис отварной с овощами Компот из сушеных фруктов Хлеб ржаной Итого: Полдни	блюда к 10\30 200 200 440 30 180 180 200 70/5 150 180 40 695	2,45 6,05 2,97 11,47 0,00 0,00 0,77 4,39 10,48 3,40 0,29 2,80 22,13	7,55 10,00 2,60 20,15 0,00 0,00 0,04 4,21 10,79 4,90 0,04 0,40 20,38	14,60 23,67 15,90 54,17 20,16 20,16 20,16 31,10 10,85 31,00 17,64 17,20 94,09	136,00 207,53 99,00 442,53 80,64 21,40 108,00 183,40 168,00 72,72 84,00 637,52
№1 №100 №413 №418 ТТК №87 №322 №334 №394 Пр.пр.	Бутерброд с маслом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Итого: Второй зав Сок фруктовый разливной Итого: Обед Свекла отварная порционно Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне Котлета рубленная из птицы с маслом сливочным Рис отварной с овощами Компот из сушеных фруктов Хлеб ржаной Итого: Полдни Суфле из рыбы	блюда к 10\30 200 200 440 30 180 180 200 70/5 150 180 40 695 1K 80	2,45 6,05 2,97 11,47 0,00 0,00 0,00 0,77 4,39 10,48 3,40 0,29 2,80 22,13	7,55 10,00 2,60 20,15 0,00 0,00 0,04 4,21 10,79 4,90 0,04 0,40 20,38	14,60 23,67 15,90 54,17 20,16 20,16 20,16 31,10 10,85 31,00 17,64 17,20 94,09	136,00 207,53 99,00 442,53 80,64 80,64 21,40 108,00 72,72 84,00 637,52
№1 №100 №413 №418 ТТК №87 №322 №334 №394 Пр.пр.	Бутерброд с маслом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Итого: Второй зав Сок фруктовый разливной Итого: Обед Свекла отварная порционно Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне Котлета рубленная из птицы с маслом сливочным Рис отварной с овощами Компот из сушеных фруктов Хлеб ржаной Итого: Полдни Суфле из рыбы Овощи тушеные	блюда к 10\30 200 200 440 трак 180 180 200 70/5 150 180 40 695 150 150 150 150 150	2,45 6,05 2,97 11,47 0,00 0,00 0,77 4,39 10,48 3,40 0,29 2,80 22,13	7,55 10,00 2,60 20,15 0,00 0,00 0,04 4,21 10,79 4,90 0,04 0,40 20,38 6,41 5,06	14,60 23,67 15,90 54,17 20,16 20,16 20,16 31,10 10,85 31,00 17,64 17,20 94,09 3,29 14,62	136,00 207,53 99,00 442,53 80,64 80,64 21,40 108,00 72,72 84,00 637,52
№1 №100 №413 №418 ТТК №87 №322 №334 №394 Пр.пр.	Бутерброд с маслом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Итого: Второй зав Сок фруктовый разливной Итого: Обед Свекла отварная порционно Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне Котлета рубленная из птицы с маслом сливочным Рис отварной с овощами Компот из сушеных фруктов Хлеб ржаной Итого: Полдни Суфле из рыбы Овощи тушеные Чай с сахаром	блюда к 10\30 200 200 440 30 180 180 200 70/5 150 180 40 695 30 150 200	2,45 6,05 2,97 11,47 0,00 0,00 0,77 4,39 10,48 3,40 0,29 2,80 22,13 12,81 3,75 0,07	7,55 10,00 2,60 20,15 0,00 0,00 0,04 4,21 10,79 4,90 0,04 0,40 20,38 6,41 5,06 0,02	14,60 23,67 15,90 54,17 20,16 20,16 20,16 31,10 10,85 31,00 17,64 17,20 94,09 3,29 14,62 15,00	136,00 207,53 99,00 442,53 80,64 80,64 21,40 108,00 72,72 84,00 637,52
№1 №100 №413 №418 ТТК №87 №322 №334 №394 Пр.пр.	Бутерброд с маслом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Итого: Второй зав Сок фруктовый разливной Итого: Обед Свекла отварная порционно Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне Котлета рубленная из птицы с маслом сливочным Рис отварной с овощами Компот из сушеных фруктов Хлеб ржаной Итого: Полдни Суфле из рыбы Овощи тушеные Чай с сахаром Батон пшеничный	блюда к 10\30 200 200 440 30 180 180 180 150 180 40 695 30 30	2,45 6,05 2,97 11,47 0,00 0,00 0,77 4,39 10,48 3,40 0,29 2,80 22,13 12,81 3,75 0,07 2,40	7,55 10,00 2,60 20,15 0,00 0,00 0,04 4,21 10,79 4,90 0,04 0,40 20,38 6,41 5,06 0,02 0,60	14,60 23,67 15,90 54,17 20,16 20,16 20,16 31,10 10,85 31,00 17,64 17,20 94,09 3,29 14,62 15,00 17,10	136,00 207,53 99,00 442,53 80,64 80,64 21,40 108,00 72,72 84,00 637,52
№1 №100 №413 №418 ТТК №87 №322 №334 №394 Пр.пр.	Бутерброд с маслом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Итого: Второй зав Сок фруктовый разливной Итого: Обед Свекла отварная порционно Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне Котлета рубленная из птицы с маслом сливочным Рис отварной с овощами Компот из сушеных фруктов Хлеб ржаной Итого: Полдни Суфле из рыбы Овощи тушеные Чай с сахаром	блюда к 10\30 200 200 440 30 180 180 200 70/5 150 180 40 695 30 150 200	2,45 6,05 2,97 11,47 0,00 0,00 0,77 4,39 10,48 3,40 0,29 2,80 22,13 12,81 3,75 0,07	7,55 10,00 2,60 20,15 0,00 0,00 0,04 4,21 10,79 4,90 0,04 0,40 20,38 6,41 5,06 0,02	14,60 23,67 15,90 54,17 20,16 20,16 20,16 31,10 10,85 31,00 17,64 17,20 94,09 3,29 14,62 15,00	136,00 207,53 99,00 442,53 80,64 80,64 21,40 108,00 72,72 84,00 637,52
№1 №100 №413 №418 ТТК №87 №322 №334 №394 Пр.пр.	Бутерброд с маслом Суп молочный с макаронными изделиями Чай с молоком Итого: Второй зав Сок фруктовый разливной Итого: Обед Свекла отварная порционно Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне Котлета рубленная из птицы с маслом сливочным Рис отварной с овощами Компот из сушеных фруктов Хлеб ржаной Итого: Полдни Суфле из рыбы Овощи тушеные Чай с сахаром Батон пшеничный	блюда к 10\30 200 200 440 30 180 180 180 150 180 40 695 30 30	2,45 6,05 2,97 11,47 0,00 0,00 0,77 4,39 10,48 3,40 0,29 2,80 22,13 12,81 3,75 0,07 2,40	7,55 10,00 2,60 20,15 0,00 0,00 0,04 4,21 10,79 4,90 0,04 0,40 20,38 6,41 5,06 0,02 0,60	14,60 23,67 15,90 54,17 20,16 20,16 20,16 31,10 10,85 31,00 17,64 17,20 94,09 3,29 14,62 15,00 17,10	ценност

сборнику рецептур	Наименование блюд	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценності (к/кал)
	Завтра	ĸ				(5 5.555)
№ 3	Бутерброд с маслом и сыром	10\5\30	4,73	6,88	14,56	139,00
№229	Омлет натуральный с маслом	150/5	10,60	17,50	9,80	208,00
№414	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	16,00	101,00
	Итого:	400	18,50	27,06	40,36	448,00
	Второй зав	трак				
№386	Фрукты свежие	1 шт	0,48	0,48	5,20	56,00
	Итого:		0,48	0,48	5,20	56,00
	Обед					
TTK	Морковь свежая (термообработанная) порционно	50	0,62	0,05	5,82	26,00
№83	Суп картофельный с куриными фрикадельками	20/200	5,31	4,15	12,40	108,00
№315	Голубцы ленивые в сметанном соусе	150/50	14,90	9,50	24,28	249,00
№394	Компот из сушеных фруктов	180	0,29	0,04	17,64	72,72
Пр.пр.	Хлеб ржаной	40	2,80	0,40	17,20	84,00
	Итого:	690	23,92	14,14	77,34	539,72
	Полдни	K	Г	Γ	T	<u> </u>
ТТК	Запеканка из творога с яблоками, сгущенное молоко	130/20	19,00	12,70	19,80	283,00
№417	Напиток из плодов шиповника	200	0,70	0,30	24,40	103,00
Пр.пр.	Батон пшеничный	30	2,40	0,60	17,10	84,00
	Итого:	380	22,10	13,60	61,30	470,00
	ВСЕГО	1620	65,00	55,28	214,09	1580,25
				33,20	214,09	1300,23
	ДЕСЯТЫЙ ДЕНЬ (<u>пятница</u>) 	10	е вещества	
№ по сборнику рецептур	Наименование блюд	Выход блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценност (к/кал)
	Завтра	ĸ				(K/Ka31)
№ 1	Бутерброд с маслом	10\30	2,45	7,55	14,60	136,00
№182	Каша рисовая молочная	200	5,78	10,00	27,73	223,18
№411	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00
	Итого:	445	8,30	17,57	57,33	419,18
	Второй зав	трак	•			
№418	Сок фруктовый разливной	180	0,00	0,00	20,16	80,64
	Итого:	180	0,00	0,00	20,16	80,64
	Обед					
TTK	Закуска из отварных овощей	50	0,73	3,20	4,75	50,30
TTK TTK	Суп картофельный с яйцом на курином бульоне	30/200	5,33	5,25	11,75	116,88
№339	Гуляш из куриного филе Пюре картофельное	50/50 150	16,00 3,06	11,80 4,80	3,30	184,00 137,00
№394	Компот из сушеных фруктов	180	0,29	0,04	17,64	72,72
Пр.пр.	Хлеб ржаной	40	2,80	0,40	17,04	84,00
11911191	Итого:	750	28,21	25,49	75,08	644,90
	Полдни	К	I			
TTK	Булочка с сыром	70	5,30	9,20	38,10	253,10
№272	Котлеты рыбные любительские	70	9,80	3,40	7,90	101,50
№354	Капуста тушеная	150	3,10	4,86	14,14	113,00
TTK	Кисель витаминизированный (из концентрата)	200	0,00	0,00	18,00	60,00
Пр.пр.	Батон пшеничный	30	2,40	0,60	17,10	84,00
	Итого:	520	20,60	18,06	95,24	611,60
	ВСЕГО	1895	57,11	61,12	247,81	1756,32
	ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ: В СРЕДНЕМ ЗА 1 ДЕНЬ:	17354 1735,4	560,07 56,01	549,90 54,99	2487,40 248,74	16389,6

Ведомость контроля за рационом питания Июнь 2024г.

по примерному 10-дневному меню

Режим питания: четырёхразовое (завтрак, 2 завтрак, обед, полдник) **Возрастная категория:** 3-7 лет (с 12 часовым пребыванием)

52,78	19,00	190,00		70,00		50,00			70,00				36,00	Творог, творожные изделия
110,46	23,86	238,60	64,00	22,80	51,80				100,00				21,60	Птица
61,11	3,30	33,00	3,00	10,00		10,00				10,00			5,40	Сыр твердый
57,41	0,31	3,10	0,30		0,80		0,50	0,70		0,50	0,30		0,54	Чай, включая фиточай
126,46	12,52	125,20	9,90	21,90	9,90	9,90		13,90	9,90	21,90	27,90		9,90	Фрукты (плоды) сухие
126,85	13,70	137,00				36,00		8,00	51,00		42,00		10,80	Макаронные изделия
111,11	0,60	6,00				3,00					3,00		0,54	Какао-порошок
88,67	0,40	3,99	1,19				1,00				0,80	1,00	0,45	Дрожжи хлебопекарные
88,89	40,00	400,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	40,00	45,00	Хлеб ржаной (ржано-пшенич)
75,11	67,60	676,00		181,00		150,00	22,50		150,00		150,00	22,50	90,00	Фрукты (плоды) свежие
90,51	8,96	89,60		16,50		14,00	18,80		13,00	7,50	12,00	7,80	9,90	Сметана
68,64	17,92	179,15	51,80	3,00	4,00		34,20	3,00	3,50	8,95	34,00	36,70	26,10	Мука пшеничная
88,22	63,52	635,20	70,20	64,00	98,90	65,40		70,00	94,00	71,70	64,00	18,00	72,00	Хлеб пшеничный
99,19	49,10	491,00		60,00		81,00		81,00		87,00	98,00	38,00	49,50	Мясо
106,17	38,22	382,20	40,80	143,20	20,20	16,00	16,00	28,40	32,40		79,00	6,20	36,00	Яйцо
76,88	25,60	256,00	48,00					65,00		48,00		22,00	33,30	Рыба
107,38	135,30	1353,00	218,00	80,00	125,00	188,00	168,00	200,00	20,00	188,00	78,00	88,00	126,00	Картофель
121,06	11,99	119,85	15,00	13,00	10,00	9,70	16,00	11,50	10,00	7,70	11,45	15,50	9,90	Масло растительное
98,21	194,46	1944,60	290,00	180,00	184,50	129,50	171,00	86,00	154,70	237,20	210,90	300,80	198,00	Овощи, зелень
122,78	110,50	1105,00	180,00		180,00		_	180,00		180,00	25,00	180,00	90,00	Соки фруктовые (овощные)
111,11	1,20	12,00		3,00			3,00		3,00			3,00	1,08	Кофейный напиток
89,47	4,03	40,26	4,42	3,60	2,82	2,80	6,60	3,70	4,52	2,20	5,00	4,60	4,50	Соль пищевая поваренная
134,87	36,42	364,15	38,00	37,00	36,00	35,00	35,00	36,00	38,00	35,00	40,15	34,00	27,00	Caxap
80,75	327,05	3270,50	208,00	162,80	331,00	518,00			558,00	335,70	313,00	282,00	405,00	Молоко и кисломолочные пр
108,53	42,00	420,00	22,00	16,00	70,00	20,00	60,00	61,00	30,00	29,00	40,00	72,00	38,70	Крупы, бобовые
22,22	4,00	40,00					20,00					20,00	18,00	Кондитерские изделия
98,68	18,65	186,50	20,00	10,00	26,00	10,00	19,00	17,00	19,00	19,50	26,00	20,00	18,90	Масло сливочное
			10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	в зависимости от возраста 90%	
30(11)													одного ребенка	
% (+/-)													о) в день на	
нормы в	за 1 день	дней			,		человека	чел					продуктов(нетт	
ние от	среднем	3a 10	ого	к на одн	Количество пищевой продукции в нетто по дням в граммах на одного	о дням в	нетто по	укции в	зой прод	во пищен	личеств		количество	продукции
Отклоне-	В	В сумме											Рекомендуемое	Наименование группы пищевой