

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория 3х до 7лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г.)			Энерг. ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Неделя 1 День 1								
	20 октября							
Завтрак	Каша дружбы	200	6,55	8,33	35.09	241,11	0,98	229(П)
	Бутерброд с сыром (масло)	45	2,45	7,55	14,62	136	0	64(П)
	Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69	1,08	465(П)
	Итого за завтрак:	445	11,79	19,07	34,33	495,8	2,06	
2 Завтрак	Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44	7	82(П)
	Итого за 2 завтрак:	100	0,4	0,4	9,8	44	7	
Обед	Икра кабачковая	50	1,9	8,9	7,7	118	0	150(П)
	Рассольник ленинградский (перловка)	200	4,02	9,04	25,9	119,68	1,66	100(П)
	Гуляш говядина	80	14,14	11,38	3,63	173	0,55	277(М)
	Каша гречневая рассыпчатая	130	8,73	5,43	45	263,8	0	202(П)
	Соус красный основной	30	0,6	0,78	1,86	16,89	0,8	422(П)
	Напиток витаминный	180	0	0	19	80	20	507(П)
	Хлеб	30	2,28	0,24	14,76	70,2	0	573(П)
	Итого за обед:	700	31,67	35,77	117,85	841,57	23,01	
Полдник	Пирог открытый	65	40,2	2,09	35,96	178,75	0,05	459(М)
	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64	0	457(П)
	Итого за полдник:	265	40,32	2,09	48	227,39	0,05	
	Итого за день:	1510	84,18	57,33	209,98	1608,76	32,12	
	Рекомендовано	1350	31,5	35,3	152,3	1050	33,75	
	Отклонение	160	52,68	22,03	57,68	558,76	-1,63	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 3х до 7 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г.)			Энерг. ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Неделя 1 День 2								
	21 октября							
Завтрак	Каша овсяная	200	6,33	8,9	25,49	207,38	0,5	237(П)
	Бутерброд с маслом сливочным	45	2,45	7,55	14,62	136	0	69(П)
	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63	0	267(П)
	Какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,95	1,92	462(П)
	Итого за завтрак:	285	13,88	21,05	40,41	406,38	0,5	
2 Завтрак	Сок	180	0,5	0,1	10,1	43	2	501(П)

	Итого за 2 завтрак:	180	0,5	0,1	10,1	43	2	
Обед	Салат из капусты белокачанной	50	0,72	3	4,2	47	8,5	1(П)
	Суп картофельный с бабовыми	200	2,1	2,1	15,5	90	5,6	81(М)
	Плов из курицы	200	22,26	7,73	35,69	301	1,01	375(П)
	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64	0	457(П)
	Хлеб	30	2,28	0,24	14,76	70,2	0	573(П)
	Итого за обед:	680	27,48	13,07	82,19	556,84	15,11	
Полдник	Суп с макарон. изделиями и картофелем	200	2,26	2,29	17,41	99,27	0	129(П)
	Напиток из плодов шиповника	200	0,44	0	13,65	30,47	65	496(П)
	Итого за полдник:	400	2,7	2,29	31,06	129,74	65	
	Итого за день:	1545	44,56	36,51	163,76	1135,96	82,61	
	Рекомендовано	1350	31,5	35,3	152,3	1050	33,75	
	Отклонение	195	13,06	1,21	11,46	85,96	48,86	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 3х до 7 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г.)			Энерг. ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Неделя 1 День 3								
	22 октября							
Завтрак	Каша пшённая	200	6,04	6,24	29,46	198,4	2,61	226(П)
	Бутерброд с джемом	45	1,6	3,8	23,4	134	0,1	72(П)
	Чай с молоком	200	2,79	2,55	13,27	87,25	0	460(П)
	Итого за завтрак:	445	10,43	12,59	66,13	419,65	2,71	
2 Завтрак	Печенье	15	7,5	9,8	74,4	415	0	582(П)
	Чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62	7,34	459(П)
	Итого за 2 завтрак:	215	7,57	9,81	89,71	476,62	7,34	
Обед	Салат из соленых огурцов с луком	50	0,43	2,55	1,3	29,9	2,78	16(П)
	Свекольник	200	1,54	5,07	8,04	83,33	0	98(П)
	Тефтели с рисом	80	9,16	13,53	9,44	196,14	0	350(П)
	Пюре картофельное	50	2,97	4,4	6,38	77	2,64	377(П)
	Соус сметанный с томатом	30	0,99	5,6	1,6	60,81	0,22	410(П)
	Компот из сухофруктов	200	0,45	0,07	15,07	63	0,15	495(П)
	Хлеб	30	2,28	0,24	14,76	70,2	0	573(П)
	Итого за обед:	640	17,82	31,46	56,59	580,38	5,79	
Полдник	Олады со сгущенкой	60	7,5	9,3	37,8	268,1	0,37	526(П)
	Компот из ягод замороженных (вишня)	200	0,22	0	23,3	54	0,07	491(П)
	Итого за полдник:	260	7,72	9,3	61,1	322,1	0,44	
	Итого за день:	1560	43,54	63,16	273,53	1798,75	16,28	
	Рекомендовано	1350	31,5	35,3	152,3	1050	33,75	
	Отклонение	210	12,04	27,86	121,23	748,75	-17,47	

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 3х до 7 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г.)			Энерг. ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Неделя 1 День 4								
	23 октября							
Завтрак	Каша манная	200	4,85	5,15	24,38	163,12	10,77	230(П)
	Бутерброд с сыром (масло)	45	2,45	7,55	14,62	136	0	64(П)
	Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69	1,08	465(П)
	Итого за завтрак:	445	10,09	15,89	58,71	417,81	11,85	
2 Завтрак	Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44	7	82(П)
	Итого за 2 завтрак:	100	0,4	0,4	9,8	44	7	
Обед	Салат свекла с чесноком	50	0,84	4,84	5,53	79,97	0	34(П)
	Уха с крупой	200	5,92	1,84	8,04	72,2	3,7	121(П)
	Биточки рыбные	80	11,83	2,2	7,75	98,07	0	307(П)
	Макароны отварные	130	4,07	3,63	21,67	135,3	0	256(П)
	Соус польский	30	0,88	6,01	0,83	60,99	0,33	423(П)
	Кисель витаминный	180	0	0	24	95	20,1	504(П)
	Хлеб	30	2,28	0,24	14,76	70,2	0	573(П)
	Итого за обед:	700	25,82	18,76	82,58	611,73	24,13	
Полдник	Ватрушка с творожным фаршем	60	7,8	2,8	21,7	144	0	531(П)
	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64	0	457(П)
	Итого за полдник:	260	7,92	2,8	33,74	192,64	0	
	Итого за день:	1505	44,23	37,85	184,83	1266,18	42,98	
	Рекомендовано	1350	31,5	35,3	152,3	1050	33,75	
	Отклонение	155	12,73	2,55	32,53	216,18	9,23	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 3х до 7 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г.)			Энерг. ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Неделя 1 День 5								
	24 октября							
Завтрак	Омлет натуральный	150	11,64	18,06	3,05	221,3	0,26	268(П)
	Бутерброд с маслом сливочным	45	2,45	7,55	14,62	136	0	69(П)
	Какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,95	1,92	462(П)
	Итого за завтрак:	395	17,86	29,54	43,62	511,25	2,18	
2 Завтрак	Вафли	15	7,5	9,8	74,4	415	0	580(П)
	Сок	180	0,5	0,1	10,1	43	2	501(П)
	Итого за 2 завтрак:	195	8	9,9	84,5	458	2	
Обед	Салат из кукурузы	50	1,44	3,1	4,02	49,65	4,65	157(П)
	Суп с макарон. изделиями и картофелем	200	2,26	2,29	17,41	99,27	0	129(П)
	Котлеты куриные	80	12,57	14,2	8,56	212,43	1,2	372(П)
	Рис отварной	130	3,89	5,09	40,28	225,18	0	205(П)
	Соус белый основной	30	0,38	1,25	0,62	15,2	0,26	414(П)
	Компот из ягод замороженных (вишня)	200	0,22	0	23,3	54	0,07	491(П)
	Хлеб	30	2,28	0,24	14,76	70,2	0	573(П)
	Итого за обед:	720	23,04	26,17	108,95	725,93	6,18	
Полдник								
	Коржик молочный	60	4,09	7,02	40,6	242,1	0	547(П)
	Напиток из плодов шиповника	200	0,44	0	13,65	30,47	65	496(П)
	Итого за полдник:	260	4,53	7,02	54,25	272,57	65	
	Итого за день:	1570	53,43	72,63	291,32	1967,75	75,36	
	Рекомендовано	1350	31,5	35,3	152,3	1050	33,75	
	Отклонение	220	21,93	37,33	139,02	917,75	41,61	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 3х до 7 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г.)			Энерг. ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Неделя 2 День 6								
	27 октября							
Завтрак	Каша рисовая	200	5,03	6,36	31,4	203	1,3	236(П)
	Бутерброд с сыром	45	6,31	7,8	7,4	121	0,1	64(П)
	Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69	1,08	465(П)
	Итого за завтрак:	445	14,13	17,35	58,51	442,69	2,48	
2 Завтрак	Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44	7	82(П)

	Итого за 2 завтрак:	100	0,4	0,4	9,8	44	7	
Обед	Салат из зелёного горошка	50	1,49	2,59	3,13	41,8	5,5	157(П)
	Щи с капустой и картофелем	200	1,2	3,6	3,04	49,4	6,8	104(П)
	Биточки паровые	80	12,57	14,2	8,56	212,43	1,2	372(П)
	Макароны отварные	130	4,07	3,63	21,67	135,3	0	256(П)
	Соус сметанный с томатом	30	0,99	5,6	1,6	60,81	0,22	410(П)
	Напиток витаминный	180	0	0	19	80	20	507(П)
	Хлеб	30	2,28	0,24	14,76	70,2	0	573(П)
	Итого за обед:	700	22,6	29,86	71,76	649,94	33,72	
Полдник								
	Блины со сгущенкой	100	7,53	11,76	57,4	317,66	0,6	523(П)
	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64	0	457(П)
	Итого за полдник:	300	7,65	11,76	69,44	366,3	0,6	
	Итого за день:	1545	44,78	59,37	209,51	1502,93	43,8	
	Рекомендовано	1350	31,5	35,3	152,3	1050	33,75	

	Отклонение	195	13,28	24,07	57,21	452,93	10,05	
--	------------	-----	-------	-------	-------	--------	-------	--

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 3х до 7 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г.)			Энерг. ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Неделя 2 День 7								
	28 октября							
Завтрак	Каша манная	200	4,85	5,15	24,38	163,12	10,77	230(П)
	Бутерброд с маслом сливочным	45	2,45	7,55	14,62	136	0	69(П)
	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63	0	267(П)
	Какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,95	1,92	462 (П)
	Итого за завтрак:	485	16,17	21,23	65,25	516,07	12,69	
2 Завтрак	Сок	200	0,5	0,1	10,1	43	2	501(П)
	ИТОГО Завтрак	200	0,5	0,1	10,1	43	2	
Обед	Салат картофельный с солёными огурцами	50	0,68	2,61	4,28	43,3	6	43(П)
	Суп гороховый	200	1,87	3,11	10,89	79,03	2,42	127(П)
	Плов из горядины	200	22,26	7,73	35,69	301	1,01	375(П)
	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64	0	457(П)
	Хлеб	30	2,28	0,24	14,76	70,2	0	573(П)
	Итого за обед:	680	27,21	13,69	77,66	542,17	9,43	
Полдник	Каша кукурузная	200	5,9	6,4	36	227	0	233(П)
	Напиток из плодов шиповника	200	0,44	0	13,65	30,47	65	496(П)
	Итого за полдник:	400	6,34	6,4	49,65	257,47	65	
	Итого за день:	1765	50,22	41,42	202,66	1358,71	89,12	
	Рекомендовано	1350	31,5	35,3	152,3	1050	33,75	
	Отклонение	415	18,72	6,12	50,36	308,71	55,37	

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 3х до 7 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г.)			Энерг. ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Неделя 2 День 8								
	15 октября							
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,75	5,21	18,84	145,2	0,91	139П
	Бутерброд с повидлом	45	1,6	3,8	23,4	134	0,1	72(П)
	Чай с молоком	200	2,79	2,55	13,27	87,25	0	460(П)
	Итого за завтрак:	445	10,14	11,56	55,51	366,45	1,01	
2 Завтрак	Печенье	15	7,5	9,8	74,4	415	0	582(П)
	Чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62	7,34	459(П)
	Итого за 2 завтрак:	215	7,57	9,81	89,71	476,62	7,34	
Обед	Салат из моркови	50	0,63	0,05	5,81	23,03	2,4	41(М)
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,52	5,33	8,65	45	88,89	95(П)
	Шницель куринный	80	16	14	8,5	227	0,7	372(П)
	Макароны отварные	130	4,07	3,63	21,67	135,3	0	256(П)
	Соус сметанный с томатом	30	0,99	5,6	1,6	60,81	0,22	410(П)
	Компот из сухофруктов	200	0,45	0,07	15,07	63	0,15	495(П)
	Хлеб	30	2,28	0,24	14,76	70,2	0	573(П)
	Итого за обед:	720	25,94	28,92	76,06	624,34	92,36	

Полдник								
	Крендель	60	3,5	6,12	31	193	0	460(М)
	Компот из ягод замороженных (вишня)	200	0,22	0	23,3	54	0,07	491(П)
	Итого за полдник:	260	3,72	6,12	54,3	247	0,07	
	Итого за день:	1640	47,37	56,41	275,58	1714,41	100,78	
	Рекомендовано	1350	31,5	35,3	152,3	1050	33,75	
	Отклонение	290	15,87	21,11	123,28	664,41	67,03	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 3х до 7 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г.)			Энерг. ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Неделя 2 День 9								
	30 октября							
Завтрак	Каша пшеничная	200	6,33	8,9	25,49	207,38	0,5	232(П)
	Бутерброд с сыром (масло)	45	2,45	7,55	14,62	136	0	64(П)
	Кофейный напиток с молоком	200	2,79	3,19	19,71	118,69	1,08	465(П)
	Итого за завтрак:	445	11,57	19,64	59,82	462,07	1,58	
2 Завтрак	Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44	7	82(П)
	Итого за 2 завтрак:	100	0,4	0,4	9,8	44	7	
Обед	Салат винегрет овощной с луком	50	0,63	5,7	4,16	64,63	0	47(П)
	Суп с макарон. изделиями и картофелем	200	2,26	2,29	17,41	99,27	0	129(П)
	Рыба, тушеная	80	9	2,32	6,8	81,6	0,72	298(П)
	Рис отварной	130	3,89	5,09	40,28	225,18	0	205(П)
	Соус сметанный	30	0,39	1,89	0,6	21	0	408(П)
	Компот из ягод замороженных (вишня)	200	0,22	0	23,3	54	0,07	491(П)
	Хлеб	30	2,28	0,24	14,76	70,2	0	573(П)
	Итого за обед:	720	18,67	17,53	107,31	615,88	0,79	
Полдник	Запеканка рисовая с творогом	100	7,8	2,8	21,7	144	0	282(П)
	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64	0	457(П)
	Итого за полдник:	300	7,92	2,8	33,74	192,64	0	
	Итого за день:	1565	38,56	40,37	210,67	1314,59	9,37	
	Рекомендовано	1350	31,5	35,3	152,3	1050	33,75	
	Отклонение	215	7,06	5,07	58,37	264,59	-24,38	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 3х до 7 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г.)			Энерг. ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Неделя 2 День 10								
	31 октября							
Завтрак	Каша гречневая	200	6,96	5,99	25,13	182,16	0,47	213(П)
	Бутерброд с маслом сливочным	45	2,45	7,55	14,62	136	0	69(П)
	Какао с молоком	200	3,77	3,93	25,95	153,95	1,92	462(П)
	Итого за завтрак:	445	13,18	17,47	65,7	472,11	2,39	
2 Завтрак	Вафли	15	7,5	9,8	74,4	415	0	580(П)
	Сок	200	0,5	0,1	10,1	43	2	501(П)
	Итого за 2 завтрак:	215	8	9,9	84,5	458	2	
	Салат из кукурузы	50	1,44	3,1	4,02	49,65	4,65	157(П)
Обед	Суп харчо	200	6,36	7,52	9,76	132,2	0,52	109(П)
	Птица тушённая	80	4,02	2,09	35,96	178,75	0,05	301(М)
	Пюре картофельное	50	2,97	4,4	6,38	77	2,64	377(П)
	Соус белый основной	30	0,38	1,25	0,62	15,2	0,26	414(П)
	Компот из ягод замороженных (вишня)	200	0,22	0	23,3	54	0,07	491(П)
	Хлеб	30	2,28	0,24	14,76	70,2	0	573(П)
	Итого за обед:	640	17,67	18,6	94,8	577	8,19	
Полдник	Макароны с сыром	200	11,17	10,28	31,78	264	0,14	259(П)
	Напиток из плодов шиповника	200	0,44	0	13,65	30,47	65	496(П)
	Итого за полдник:	400	11,61	10,28	45,43	294,47	65,14	
	Итого за день:	1700	50,46	56,25	290,43	1801,58	77,72	
	Рекомендовано	1350	31,5	35,3	152,3	1050	33,75	
	Отклонение	350	18,96	20,95	138,13	751,58	43,97	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г.)			Энерг. ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Неделя 1 День 1								
	20 октября							
Завтрак	Каша дружбы	150	4,91	6,25	26,32	180,83	0,98	229(П)
	Бутерброд с сыром	35	5,2	7,8	7,4	121	0,1	64(П)
	Кофейный напиток с молоком	150	2,09	2,39	14,78	89,02	0,81	465(П)
	Итого за завтрак:	335	12,2	16,44	48,5	390,85	1,89	
2 Завтрак	Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44	7	82(П)
	Итого за 2 завтрак:	100	0,4	0,4	9,8	44	7	
Обед	Икра кабачковая	40	1,9	8,9	7,7	118	0	150(П)
	Рассольник ленинградский (перловка)	150	3,02	6,78	19,43	89,76	1,25	100(П)
	Гуляш из отварного мяса	60	14,14	11,38	3,63	173	0,55	277(М)
	Каша гречневая рассыпчатая	110	5,82	3,62	30	175,87	0	202(П)
	Соус красный основной	30	0,6	0,78	1,86	16,89	0,8	422(П)
	Сок	150	0,75	0,15	15,15	64,5	3	501(П)
	Хлеб	30	2,28	0,24	14,76	70,2	0	573(П)
	Итого за обед:	570	28,51	31,85	92,53	708,22	5,6	
Полдник	Пирог открытый	60	3,71	1,93	33,19	165	0,05	459(М)
	Чай с сахаром	150	0,15	0,07	6,97	28,5	0	457(П)
	Итого за полдник:	210	3,86	2	40,16	193,5	0,05	
	Итого за день:	1215	44,97	50,69	190,99	1336,57	14,54	
	Рекомендовано	1100	31,5	35,3	152,3	1050	33,75	
	Отклонение	115	13,47	15,39	38,69	286,57	-19,21	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г.)			Энерг. ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Неделя 1 День 2								
	21 октября							
Завтрак	Каша овсяная	150	5,98	6,68	25,24	184,97	0,5	237(П)
	Бутерброд с маслом сливочным	35	1,63	5,7	9,75	90,67	0	69(П)
	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63	0	267(П)
	Какао с молоком	150	2,83	2,95	19,43	115,44	1,44	462(П)
	Итого за завтрак:	225	12,71	16,98	35,29	338,64	0,5	
2 Завтрак	Сок	150	0,75	0,15	15,15	64,5	3	501(П)
	Итого за 2 завтрак:	150	0,75	0,15	15,15	64,5	3	
Обед	Салат из капусты белокачанной	40	0,55	2,4	3,7	37,6	6,8	1(П)
	Суп картофельный с бабовыми	150	1,58	1,58	11,62	67,5	4,95	81(М)
	Плов из курицы	180	16,59	5,81	26,76	226	0,41	375(П)
	Чай с сахаром	150	0,15	0,07	6,97	28,5	0	457(П)
	Хлеб	30	2,28	0,24	14,76	70,2	0	573(П)
	Итого за обед:	550	21,15	10,1	63,81	429,8	12,16	
Полдник	Суп с макаронными издел. и картофелем	150	1,7	1,72	13,06	74,45	2,28	129(П)
	Напиток из плодов шиповника	150	0,44	0	13,65	30,47	65	496(П)
	Итого за полдник:	300	2,14	1,72	26,71	104,92	67,28	
	Итого за день:	1225	36,75	28,95	140,96	937,86	82,94	
	Рекомендовано	1100	31,5	35,3	152,3	1050	33,75	
	Отклонение	125	5,25	-6,35	-11,34	-112,14	49,19	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г.)			Энерг. ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Неделя 1 День 3								
	22 октября							
Завтрак	Каша пшённая	150	4,53	5,45	25,72	170,37	0,85	235(П)
	Бутерброд с джемом	35	1,2	2,9	18,2	104	0,07	72(П)
	Чай с молоком	150	1,2	0,97	8,62	48	0,22	460(П)
	ИТОГО завтрак	335	6,93	9,32	52,54	322,37	1,14	
2 Завтрак	Печенье	15	7,5	9,8	74,4	415	0	582(П)
	Чай с лимоном	150	0,05	0,075	11,48	46,2	5,5	459(П)
	Итого за 2 завтрак:	165	7,55	9,875	85,88	461,2	5,5	
Обед	Салат из соленых огурцов с луком	40	0,34	20,4	1,04	23,92	2,22	16(П)
	Свекольник	150	1,39	4,56	7,24	75	180	98(П)
	Тефтели с рисом	60	7,83	11,56	8,07	167,64	0	350(П)
	Пюре картофельное	50	2,97	4,4	6,38	77	2,64	377(П)
	Соус сметанный с томатом	30	0,99	5,6	1,6	60,81	0,22	410(П)
	Компот из сухофруктов	150	0,45	0,07	15,07	63	0,15	495(П)
	Хлеб	30	2,28	0,24	14,76	70,2	0	573(П)
	Итого за обед:	510	16,25	46,83	54,16	537,57	185,23	
Полдник	Олады со сгущенкой	60	7,5	9,3	37,8	268,1	0,37	526(П)
	Компот из ягод замороженных (вишня)	150	0,22	0	23,3	54	0,07	491(П)
	Итого за полдник:	210	7,72	9,3	61,1	322,1	0,44	
	Итого за день:	1220	38,45	75,325	253,68	1643,24	192,31	
	Рекомендовано	1100	31,5	35,3	152,3	1050	33,75	
	Отклонение	120	6,95	40,025	101,38	593,24	158,56	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г.)			Энерг. ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Неделя 1 День 4								
	23 октября							
Завтрак	Каша манная	150	4,85	5,15	24,38	163,12	10,77	230(П)
	Бутерброд с сыром	35	5,2	7,8	7,4	121	0,1	64(П)
	Кофейный напиток с молоком	150	2,09	2,39	14,78	89,02	0,81	465(П)
	Итого за завтрак:	335	12,14	15,34	46,56	373,14	11,68	
2 Завтрак	Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44	7	82(П)
	Итого за 2 завтрак:	100	0,4	0,4	9,8	44	7	
Обед	Салат из свеклы с чесноком	40	0,56	3,22	3,69	53,31	0	34(П)
	Уха с крупой	150	4,44	1,38	6,03	54,15	2,7	121(П)
	Биточки рыбные	60	8,87	1,65	5,81	73,55	0	307(П)
	Макароны отварные	110	4,07	3,63	21,67	135,3	0	256(П)
	Соус польский	30	0,88	6,01	0,83	60,99	0,33	423(П)
	Сок	150	0,75	0,15	15,15	64,5	3	501(П)
	Хлеб	30	2,28	0,24	14,76	70,2	0	573(П)
	Итого за обед:	570	21,85	16,28	67,94	512	6,03	
Полдник	Ватрушка с творогом	60	7,8	2,8	21,7	114	0	531(П)
	Чай с сахаром	150	0,15	0,07	6,97	28,5	0	457(П)
	Итого за полдник:	210	7,95	2,87	28,67	142,5	0	
	Итого за день:	1215	42,34	34,89	152,97	1071,64	24,71	
	Рекомендовано	1100	31,5	35,3	152,3	1050	33,75	
	Отклонение	115	10,84	-0,41	0,67	21,64	-9,04	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г.)			Энерг. ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Неделя 1 День 5								
	24 октября							
Завтрак	Омлет натуральный	130	11,64	18,06	3,05	221,3	0,26	268(П)
	Бутерброд с маслом сливочным	35	1,63	5,7	9,75	90,67	0	69(П)
	Какао с молоком	150	2,83	2,95	19,43	115,44	1,44	462(П)
	Итого за завтрак:	315	16,1	26,71	32,23	427,41	1,7	
2 Завтрак	Вафли	15	3,9	30,6	62,5	541	0	580(П)
	Сок	150	0,75	0,15	15,15	64,5	3	501(П)
	Итого за 2 завтрак:	165	4,65	30,75	77,65	605,5	3	
Обед	Салат из кукурузы	40	1,15	2,5	3,22	39,72	3,72	157(П)
	Суп картофельный с вермишелью	150	1,72	1,72	13,06	74,45	2,28	129(П)
	Котлета куриная	60	9,43	10,66	6,42	159,32	0	372(П)
	Рис отварной	110	2,59	3,39	26,85	150,12	0	205(П)
	Соус белый основной	30	0,38	1,25	0,62	15,2	0,26	414(П)
	Компот из ягод замороженных (вишня)	150	0,22	0	23,3	54	0,07	491(П)
	Хлеб	30	2,28	0,24	14,76	70,2	0	573(П)
	Итого за обед:	570	17,77	19,76	88,23	563,01	6,33	470 (П)
Полдник	Коржик молочный	60	4,09	7,02	40,6	242,1	0	547(П)
	Напиток из плодов шиповника	150	0,44	0	13,65	30,47	65	496(П)
	Итого за полдник:	210	4,53	7,02	54,25	272,57	65	
	Итого за день:	1260	43,05	84,24	252,36	1868,49	76,03	
	Рекомендовано	1100	31,5	35,3	152,3	1050	33,75	
	Отклонение	160	11,55	48,94	100,06	818,49	42,28	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г.)			Энерг. ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Неделя 2 День 6								
	27 октября							
Завтрак	Каша рисовая	150	4,02	5,09	25,1	162,3	1,04	236(П)
	Бутерброд с сыром	35	5,2	7,8	7,4	121	0,1	64(П)
	Чай с молоком	150	1,2	0,97	8,62	48	0,22	460(П)
	Итого за завтрак:	335	10,42	13,86	41,12	331,3	1,36	
2 Завтрак	Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44	7	82(П)
	Итого за 2 завтрак:	100	0,4	0,4	9,8	44	7	
Обед	Салат из горошка зеленого	40	1,9	2,08	2,5	33,44	4,4	157(П)
	Щи из свежей капусты с картофелем	150	0,9	2,7	2,28	37,05	5,1	104(П)
	Биточки паровые	60	9,43	10,66	6,42	159,32	0	372(П)
	Макароны отварные	110	4,07	3,63	21,67	135,3	0	256(П)
	Соус сметанный с томатом	30	0,99	5,6	1,6	60,81	0,22	410(П)
	Сок	150	0,75	0,15	15,15	64,5	3	501(П)
	Хлеб	30	2,28	0,24	14,76	70,2	0	573(П)
	Итого за обед:	570	20,32	25,06	64,38	560,62	12,72	
Полдник	Блины со сгущенкой	50						
	Чай с сахаром	150	0,15	0,07	6,97	28,5	0	457(П)
	Итого за полдник:	200	0,15	0,07	6,97	28,5	0	
	Итого за день:	1205	31,29	39,39	122,27	964,42	21,08	
	Рекомендовано	1100	31,5	35,3	152,3	1050	33,75	
	Отклонение	105	-0,21	4,09	-30,03	-85,58	-12,67	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г.)			Энерг. ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Неделя 2 День 7								
	28 октября							
Завтрак	Каша манная	150	4,85	5,15	24,38	163,12	10,77	230(П)
	Бутерброд с маслом сливочным	35	1,63	5,7	9,75	90,67	0	69(П)
	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63	0	267(П)
	Какао с молоком	150	2,83	2,95	19,43	115,44	1,44	462(П)
	Итого за завтрак:	375	14,41	18,4	53,86	432,23	12,21	
2 Завтрак	Сок	150	0,75	0,15	15,15	64,5	3	501(П)
	Итого за 2 завтрак:	150	0,75	0,15	15,15	64,5	3	
Обед	Салат картофельный с солёными огурцами	40	0,55	2,08	3,43	34,64	4,8	43(П)
	Суп гороховый	150	1,4	2,33	8,17	59,3	1,82	127(П)
	Плов из говядины	180	16,59	5,81	26,76	226	0,41	375(П)
	Чай с сахаром	150	0,15	0,07	6,97	28,5	0	457(П)
	Хлеб	30	2,28	0,24	14,76	70,2	0	573(П)
	Итого за обед:	550	20,97	10,53	60,09	418,64	7,03	
Полдник	Каша кукурузная	150	4,4	4,8	27	170	0	233(П)
	Напиток из плодов шиповника	150	0,44	0	13,65	30,47	65	496(П)
	Итого за полдник:	300	4,84	4,8	40,65	200,47	65	
	Итого за день:	1375	40,97	33,88	169,75	1115,84	87,24	
	Рекомендовано	1100	31,5	35,3	152,3	1050	33,75	
	Отклонение	275	9,47	-1,42	17,45	65,84	53,49	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г.)			Энерг. ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Неделя 2 День 8								
	29 октября							
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,31	3,91	14,31	108,9	0,68	139(П)
	Бутерброд с повидлом	35	1,2	2,9	18,2	104	0,07	72(П)
	Чай с молоком	150	1,2	0,97	8,62	48	0,22	460(П)
	Итого за завтрак:	335	6,71	7,78	41,13	260,9	0,97	
2 Завтрак	Печенье	15	7,5	9,8	74,4	415	0	582(П)
	Чай с лимоном	150	0,05	0,075	11,48	46,2	5,5	459(П)
	Итого за 2 завтрак:	165	7,55	9,875	85,88	461,2	5,5	
Обед	Салат из моркови	40	0,5	0,04	4,65	20,92	1,92	41(М)
	Борщ с капустой и картофелем	150	1,11	0	4,17	45	4,8	95(П)
	Шницель куринный	60	12	11	6,4	171	0,5	372(П)
	Каша гречневая рассыпчатая	110	5,82	3,62	30	175,87	0	202(П)
	Соус сметанный с томатом	30	0,99	5,6	1,6	60,81	0,22	410(П)
	Компот из сухофруктов	150	0,45	0,07	15,07	63	0,15	495(П)
	Хлеб	30	2,28	0,24	14,76	70,2	0	573(П)
	Итого за обед:	570	23,15	20,57	76,65	606,8	7,59	
Полдник	Крендель	60	3,5	6,12	31	193	0	460(М)
	Коктель молочный	150	4,4	3,7	6	75,8	1,05	470(П)
	Итого за полдник:	210	7,9	9,82	37	268,8	1,05	
	Итого за день:	1280	45,31	48,045	240,66	1597,7	15,11	
	Рекомендовано	1100	31,5	35,3	152,3	1050	33,75	
	Отклонение	180	13,81	12,745	88,36	547,7	-18,64	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г.)			Энерг. ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Неделя 2 День 9								
	30 октября							
Завтрак	Каша пшеничная	150	5,98	6,68	25,24	184,97	0,5	232(П)
	Бутерброд с сыром	35	5,2	7,8	7,4	121	0,1	64(П)
	Кофейный напиток с молоком	150	2,09	2,39	14,78	89,02	0,81	465(П)
	Итого за завтрак:	335	13,27	16,87	47,42	394,99	1,41	
2 Завтрак	Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	44	7	82(П)
	Итого за 2 завтрак:	100	0,4	0,4	9,8	44	7	
Обед	Винегрет овощной с луком	40	0,38	3,42	2,5	38,78	0	47(П)
	Суп картофельный с вермишелью	150	1,72	1,72	13,06	74,45	2,28	129(П)
	Рыба, тушенная	60	8	2,4	2	61,6	1,3	298(П)
	Рис отварной	110	2,59	3,39	26,85	150,12	0	205(П)
	Соус сметанный	30	0,39	1,89	0,6	21	0	408(П)
	Сок	150	0,75	0,15	15,15	64,5	3	501(П)
	Хлеб	30	2,28	0,24	14,76	70,2	0	573(П)
	Итого за обед:	570	16,11	13,21	74,92	480,65	6,58	
Полдник	Запеканка рисовая с творогом	100	7,8	2,8	21,7	114	0	282(П)
	Чай с сахаром	150	0,15	0,07	6,97	28,5	0	457(П)
	Итого за полдник:	250	7,95	2,87	28,67	142,5	0	
	Итого за день:	1255	37,73	33,35	160,81	1062,14	14,99	
	Рекомендовано	1100	31,5	35,3	152,3	1050	33,75	
	Отклонение	155	6,23	-1,95	8,51	12,14	-18,76	

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г.)			Энерг. ценность (ккал.)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Неделя 2 День 10								
	31 октября							
Завтрак	Каша гречневая	150	5,82	3,62	30	175,87	0	202(П)
	Бутерброд с маслом сливочным	35	1,63	5,7	9,75	90,67	0	69(П)
	Какао с молоком	150	2,83	2,95	19,43	115,44	1,44	462(П)
	Итого за завтрак:	335	10,28	12,27	59,18	381,98	1,44	
2 Завтрак	Вафли	15	3,9	30,6	62,5	541	0	580(П)
	Сок	150	0,75	0,15	15,15	64,5	3	501(П)
	Итого за 2 завтрак:	165	4,65	30,75	77,65	605,5	3	
Обед	Салат из кукурузы	40	1,15	2,5	3,22	39,72	3,72	157(П)
	Суп харчо	150	4,77	33,3	7,32	99,15	0,39	109 (П)
	Птица тушёная	60	3,71	1,93	33,19	165	0,05	301(П)
	Пюре картофельное	50	2,97	4,4	6,38	77	2,64	377(П)
	Соус белый основной	30	0,38	1,25	0,62	15,2	0,26	414(П)
	Компот из ягод замороженных (вишня)	150	0,22	0	23,3	54	0,07	491(П)
	Хлеб	30	2,28	0,24	14,76	70,2	0	573(П)
	Итого за обед:	510	15,48	10,32	88,79	520,27	7,13	
Полдник	Макароны отварные с сыром	150	9,29	10,01	22,71	218	0,14	259(П)
	Напиток из плодов шиповника	150	0,44	0	13,65	30,47	65	496(П)
	Итого за полдник:	300	9,73	10,01	36,36	248,47	65	
	Итого за день:	1310	40,14	63,35	261,98	1756,22	76,57	
	Рекомендовано	1100	31,5	35,3	152,3	1050	33,75	
	Отклонение	210	8,64	28,05	109,68	706,22	42,82	