

Меню приготавливаемых блюд (возрастная категория 1,5-3 года)

Прием пищи	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры (1-3 года)
		г.	г.	г.	г.	ккал	
	Неделя 1, Понедельник						
Завтрак	Масло сливочное (порциями)	5	0,02	2,06	0,02	18,70	6/11дели
	Каша жидкая молочная пшеничная	150	4,40	4,10	22,80	146,40	185/2011ДОУ
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	9,00	35,91	160105
	Хлеб пшеничный или батон к чаю	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
Итого за Завтрак		355	6,02	6,76	41,82	253,01	
Второй завтрак							
	Сок фруктовый	100	0,10	0,00	12,00	50,00	Пром.
Итого за Второй завтрак		100	0,10	0,00	12,00	50,00	
Обед	Салат из свеклы	30	0,40	1,80	2,50	28,17	33/11дели
	Суп картофельный с бабовыми (горох)	150	3,19	3,08	9,52	93,20	81/2011ДОУ
	Плов из отварной говядины	160	19,46	16,55	26,97	334,74	163/2001
	Наиток из сухофруктов	150	0,20	0,00	17,00	69,00	к/б
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,22	8,20	40,00	Пром.
Итого за Обед		530	26,17	22,25	74,19	617,11	
Полдник	Кисель из повидла	180	0,10	0,00	20,00	80,00	383/2011дели
	Кондитерское изделие	25	2,38	2,43	31,27	150,30	Пром.
Итого за Полдник		205	2,48	2,43	51,27	230,30	
Ужин	Салат витаминный с маслом растительным	30	0,40	3,00	2,90	40,20	100504
	Макароны отварные с сыром	150	9,29	10,01	22,71	218,00	206/2011дели
	Чай с лимоном	180	0,63	0,00	13,77	55,45	260/2011
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,22	8,20	40,00	Пром.
Итого за Ужин		400	13,24	13,83	57,58	405,65	
Итого за день			48,01	45,27	236,86	1556,07	
	Неделя 1, Вторник						
	Сыр твердых сортов в нарезке	4	0,80	1,00	0,00	13,00	7/2011ДЕЛИ

Обед	Напиток из сухофруктов	150	0,20	0,00	17,00	69,00	к/б
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,22	8,20	40,00	Пром.
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
Итого за Обед		520	15,23	14,21	62,22	440,58	
Полдник	Сок фруктовый	180	0,18	0,00	21,60	90,00	Пром.
	Кондитерское изделие	30	2,65	2,70	34,75	172,00	Пром.
Итого за Полдник		210	2,83	2,70	56,35	262,00	
Ужин	Макароны отварные с сыром	180	10,00	9,25	28,60	237,60	206/2011дели
	Напиток из свежих яблок	180	0,12	0,00	8,40	40,32	к/б
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,22	8,20	40,00	Пром.
	Итого за Ужин		400	13,04	10,07	55,20	369,92
Итого за день			41,89	43,10	227,56	1430,49	
	Неделя 1, Пятница						
Завтрак	Сыр твердых сортов в нарезке	4	0,80	1,00	0,00	13,00	7/11дели
	Каша пшенная молочная жидкая	150	4,40	4,10	22,80	146,10	185/2011ДОУ
	Чай с молоком	180	1,40	1,60	8,60	49,87	261/2001
	Хлеб пшеничный или батон к чаю	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
Итого за Завтрак		354	8,20	7,30	41,40	260,97	
Второй завтрак	Фрукт свежий	100	1,50	0,50	21,00	96,00	Пром.
Итого за Второй завтрак		100	1,50	0,50	21,00	96,00	
Обед	Помидор в нарезке	30	0,20	0,00	1,25	5,75	54-3з-2020
	Борщ с капустой и картофелем	150	1,60	2,88	4,32	55,44	57/11ДОУ
	Плов из отварной говядины	150	17,51	14,89	24,27	301,26	163/2001
	Напиток из шиповника	150	0,48	0,20	14,93	63,20	398/2011дели
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,22	8,20	40,00	Пром.
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
Итого за Обед		520	22,69	18,79	62,97	517,65	

Полдник	Кисломолочная продукция	150	2,80	2,50	14,00	103,00	Пром.
	Кондитерское изделие	50	4,39	4,48	57,68	285,52	Пром.
Итого за Полдник		200	7,19	6,98	71,68	388,52	
Ужин	Салат из моркови с зеленым горошком	50	0,83	4,70	2,51	47,31	№11/2004
	Омлет натуральный запеченный	130	12,40	13,40	2,30	180,00	120301/2015
	Чай полусладкий	180	2,79	2,55	14,31	90,00	264/пермь
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,22	8,20	40,00	Пром.
	Итого за Ужин		400	18,94	21,47	37,32	409,31
Итого за день			58,52	55,04	234,37	1672,45	
Неделя 2, Понедельник							
Завтрак	Сыр твердых сортов в нарезке	4	0,80	1,00	0,00	13,00	7/11дели
	Каша жидкая на молоке (манная)	150	5,30	5,80	24,50	171,00	120205
	Кофейный напиток с молоком	180	2,51	2,87	15,97	59,54	253/2001
	Хлеб пшеничный или батон к чаю	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
	Итого за Завтрак		354	10,21	10,27	50,47	295,54
Второй завтрак	Фрукт свежий	100	0,4	0,4	11,8	52	Пром.
Итого за Второй завтрак		100	0,40	0,40	11,80	52,00	
Обед	Салат витаминный с маслом растительным	30	0,43	3,02	2,88	40,68	100504
	Суп "Крестьянский" с пшеном	150	1,40	1,80	11,80	63,90	204/2005
	Катлеты рубленные (из говядины)	60	9,04	10,72	5,27	161,00	282/2011доу
	Макаронные изделия отварные	110	4,40	3,60	21,20	134,40	317,204/11ДОУ
	Напиток из плодов шиповника	150	0,50	0,20	14,90	63,20	398/2011дели
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,22	8,20	40,00	Пром.
Итого за Обед		540	18,69	20,16	74,25	555,18	
Полдник	Сок фруктовый	150	0,15	0,00	18,00	75,00	Пром.
	Кондитерское изделие	50	3,65	4,77	24,42	155,00	Пром.
Итого за Полдник		200	3,80	4,77	42,42	230,00	

Ужин	Огурец в нарезке	50	0,40	0,00	1,44	7,28	54-23-2020
	Котлеты картофельные	160	5,28	13,42	35,48	283,62	65/2001
	Чай с сахаром	150					
	Хлеб пшеничный	15	1,20	0,45	7,50	39,00	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,22	8,20	40,00	Пром.
Итого за Ужин		395	8,20	14,09	52,62	369,90	
Итого за день			41,30	49,69	231,56	1502,62	
	Неделя 2, Вторник						
Завтрак	Сыр твердых сортов в нарезке	4	0,80	1,00	0,00	13,00	7/11дели
	Суп молочный с макаронными изделиями	150	3,30	3,20	11,30	87,00	93/2011ДОУ
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	397/20011дели
	Хлеб пшеничный или батон к чаю	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
Итого за Завтрак		354	9,37	7,99	37,12	259,00	
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,10	0,00	12,00	50,00	Пром.
	Итого за Второй завтрак		100	0,10	0,00	12,00	50,00
Обед	Напиток из свежих яблок	150	0,12	0	7,5	60	к/б
	Салат осенний	30	0,50	1,60	3,80	31,50	100516/2015
	Рассольник ленинградский	150	1,30	3,07	9,96	72,60	76/2011дели
	Рыба тушеная с овощами	60	8,63	4,35	2,32	83,42	247/2011ДОУ
	Рис отварной	110	2,70	3,10	30,00	152,90	130301/2015
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,22	8,20	40,00	Пром.
Итого за Обед		540	16,17	12,94	71,78	492,42	
Полдник	Молоко	150	4,80	3,80	7,60	79,30	Пром.
	Булочка домашняя	50	3,60	6,20	27,00	178,00	469/2011дели
Итого за Полдник		200	8,40	10,00	34,60	257,30	
Ужин	Салат из зеленого горошка	50	1,50	2,60	3,20	41,80	10/2011дели
	Рагу из овощей	165	2,45	4,44	11,17	95,33	77/2004
	Чай полусладкий	150	0,00	0,00	6,00	22,44	кон.бл.
	Хлеб пшеничный	15	1,20	0,45	7,50	39,00	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,22	8,20	40,00	Пром.
Итого за Ужин		400	6,47	7,71	36,07	238,57	

Итого за день			40,51	38,64	191,57	1297,29	
	Неделя 2, Среда						
Завтрак	Масло сливочное (порциями)	5	0,01	4,15	0,05	37,45	6/2011ДЕЛИ
	Каша жидкая молочная пшеничная	150	3,30	3,04	23,92	136,50	185/2011ДОУ
	Чай с молоком	180	1,26	1,44	15,60	80,38	261/2001
	Хлеб пшеничный или батон к чаю	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
Итого за Завтрак		355	6,17	9,23	49,57	306,33	
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,10	0,00	12,00	50,00	Пром.
Итого за Второй завтрак		100	0,10	0,00	12,00	50,00	
Обед	Салат картофельный с огурцами солеными	30	0,50	2,30	4,40	40,50	23/2001пермь
	Свекольник	150	1,10	2,80	7,80	61,40	58/11дели
	Плов куринный	150	14,00	17,00	29,30	313,50	120605/2015
	Напиток из смеси сухофруктов	150	0,20	0,00	17,00	69,00	к/б
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,22	8,20	40,00	Пром.
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
Итого за Обед		520	18,72	22,92	76,70	576,40	
Полдник	Молоко	170	5,13	4,57	8,38	95,66	400
	Сдоба обыкновенная	30	2,95	1,79	19,87	107,92	466
Итого за Полдник		200	8,08	6,36	28,25	203,58	
Ужин	Сырники из творога запеченные	200	28,67	7,48	39,59	340,36	61/2001
	Чай полусладкий	180	0,00	0,00	7,20	26,92	к/б
	Хлеб пшеничный	15	1,20	0,45	7,50	39,00	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,22	8,20	40,00	Пром.
Итого за Ужин		415	31,19	8,15	62,49	446,28	
Итого за день			64,26	46,66	229,01	1582,59	
	Неделя 2, Четверг						
Завтрак	Сыр твердых сортов в нарезке	4	0,80	1,00	0,00	12,00	7/11дели
	Каша вязкая молочная кукурузная	150	4,37	5,45	19,17	144,00	91/2004

	Кофейный напиток с молоком	180	2,51	2,87	15,97	59,54	253/2001
	Хлеб пшеничный или батон к чаю	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
Итого за Завтрак		354	9,28	9,92	45,14	267,54	
Второй завтрак							
	Сок фруктовый	100	0,10	0,00	12,00	50,00	Пром.
Итого за Второй завтрак		100	0,10	0,00	12,00	50,00	
Обед							
	Винегрет овощной	30	0,40	2,50	2,50	28,40	45/11дели
	Суп лапша домашняя	150	1,30	4,50	6,90	58,90	86/11дели
	Биточки рубленые куриные	60	8,94	9,46	6,06	145,50	306/2011дели
	Картофельное пюре	120	2,70	4,26	16,40	122,00	321/11дели
	Чай полусладкий	150	0,00	0,00	6,00	22,44	к/б
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,22	8,20	40,00	Пром.
Итого за Обед		550	16,26	21,54	56,06	469,24	
Полдник							
	Кисломолочная продукция	150	3,92	3,78	14,28	70,70	Пром.
	Кондитерское изделие	50	3,65	4,77	24,42	155,00	Пром.
Итого за Полдник		200	7,57	8,55	38,70	225,70	
Ужин							
	Крупяная запеканка с яблоками	155	7,41	5,99	39,78	242,70	61/2001
	Кисель из плодов шиповника	180	0,21	0,00	24,76	108,00	381/2011дели
	Хлеб пшеничный	15	1,20	0,45	7,50	39,00	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,22	8,20	40,00	Пром.
Итого за Ужин		370	10,14	6,66	80,24	429,70	
Итого за день			43,35	46,67	232,14	1442,18	
	Неделя 2, Пятница						
Завтрак							
	Масло сливочное (порциями)	5	0,04	4,16	0,04	37,40	6/11дели
	Каша вязкая молочная гречневая	150	7,51	3,99	30,34	227,00	177/11дели
	Кофейный напиток с молоком сгущенным	180	2,58	1,75	18,60	100,80	396/11дели
	Хлеб пшеничный или батон к чаю	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
Итого за Завтрак		355	11,73	10,50	58,98	417,20	
Второй завтрак							
	Сок фруктовый	100	0,10	0,00	12,00	50,00	Пром.

Итого за Второй завтрак		100	2,30	0,00	12,00	50,00	
Обед	Напиток из сухофруктов	150	0,2	0	17	69	к/б
	Салат "Осенний"	30	0,50	1,60	3,80	31,50	100516/2015
	Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,24	3,78	6,37	72,00	67/2011ДОУ
	Картофель отварной	120	2,70	17,20	16,40	122,00	318/11дели
	Гуляш из отварного мяса	60	6,70	7,10	1,90	122,60	277/11дели
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,22	8,20	40,00	Пром.
Итого за Обед		550	14,26	30,50	63,67	509,10	
Полдник							
	Кисломолочная продукция	170	3,91	4,59	14,62	115,60	Пром.
	Булочка дорожная	30	3,60	1,90	19,20	71,30	470/11дели
Итого за Полдник		200	7,51	6,49	33,82	186,90	
Ужин							
	Икра кабачковая после т/о	30	0,48	2,16	2,06	29,28	Пром.
	Омлет натуральный запеченный	150	15,60	16,80	2,90	226,00	120301/2015
	Чай с лимоном	180	0,08	0,00	12,87	50,09	260/пермь
	Хлеб пшеничный	15	1,20	0,45	7,50	39,00	Пром.
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,22	8,20	40,00	Пром.
Итого за Ужин		395	18,68	19,63	33,53	384,37	
Итого за день			54,48	67,12	202,00	1547,57	
	Средние показатели за Завтрак		9,01	9,51	46,86	300,66	
	Средние показатели за Второй завтрак		0,71	0,36	12,54	56,60	
	Средние показатели за Обед		17,52	19,57	68,76	518,67	
	Средние показатели за Полдник		6,65	6,38	40,73	240,66	
	Средние показатели за Ужин		14,20	11,80	52,65	379,60	
	Средние показатели за период		48,10	47,63	221,53	1496,20	

Меню приготавливаемых блюд (возрастная категория 3-7 лет)

Прием пищи	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры (3-7 лет)
		г.	г.	г.	г.	ккал	
	Неделя 1, Понедельник						
Завтрак	Масло сливочное (порциями)	5	0,02	2,06	0,02	18,70	6/11дели
	Каша жидкая молочная пшеничная	180	4,00	3,70	28,70	163,80	185/2011ДОУ
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	39,90	160105/2015
	Хлеб пшеничный или батон к чаю	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
Итого за Завтрак		405	5,62	6,36	48,72	274,40	
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,10	0,00	12,00	50,00	Пром.
Итого за Второй завтрак		100	0,10	0,00	12,00	50,00	
Обед	Салат из свеклы	50	0,71	3,04	4,18	46,95	33/11дели
	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	3,94	3,79	12,24	115,02	81ДОУ2011
	Плов из отварной говядины	180	21,89	18,62	30,33	376,53	163/2001
	Напиток из сухофруктов	180	0,27	0,00	20,40	82,80	к/б
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,90	15,00	78,00	Пром.
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	50,00	Пром.
Итого за Обед		665	30,86	26,63	92,40	749,30	
Полдник	Кисель из повидла	200	0,11	0,00	22,00	88,00	383/2011дели
	Кондитерское изделие	25	4,76	4,86	62,54	300,60	Пром.
Итого за Полдник		225	4,87	4,86	84,54	388,60	
Ужин	Салат витаминный с маслом растительным	50	0,72	5,04	4,80	67,80	100504
	Чай с лимоном	180	0,63	0,00	13,77	55,45	260/2001
	Макароны отварные с сыром	180	11,17	10,28	31,78	264,00	206/2011дели
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	50,00	Пром.
Итого за Ужин		455	15,77	16,20	70,60	489,25	
Итого за день			57,22	54,05	308,26	1951,55	
	Неделя 1, Вторник						
Завтрак	Сыр твердых сортов в нарезке	6	1,40	1,80	0,00	21,60	7/2001дели
	Каша гречневая вязкая на молоке	200	7,94	8,21	35,13	246,17	86/2001

	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	397/2011дели
	Хлеб пшеничный или батон к чаю	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
Итого за Завтрак		406	14,61	13,80	60,95	426,77	
Второй завтрак							
	Сок фруктовый	100	0,10	0,00	12,00	50,00	Пром.
Итого за Второй завтрак		100	0,10	0,00	12,00	50,00	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем	180	1,50	4,60	7,70	77,60	67/2011ДОУ
	Икра кабачковая после т/о	50	0,57	2,25	3,69	37,44	256/2004
	Котлеты рыбные запеченные	70	9,06	1,68	5,91	75,18	255/2011дели
	Картофельное пюре	130	2,76	5,25	20,18	139,06	206/2001
	Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	18,67	79,00	398/11 ДЕЛИ
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,90	15,00	78,00	Пром.
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	50,00	Пром.
Итого за Обед		665	18,55	15,21	81,40	536,28	
Полдник							
	Молоко	200	7,00	5,40	10,80	113,40	400
	Сдоба обыкновенная	50	3,88	7,16	26,14	222,20	466/11дели
Итого за Полдник		250	10,88	12,56	36,94	335,60	
Ужин							
	Омлет с творогом	200	18,68	13,70	36,60	423,36	кон.бл.
	Напиток из сухофруктов	200	0,29	0,00	22,44	91,00	к/б
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	50,00	Пром.
Итого за Ужин		445	22,22	14,58	79,29	616,36	
Итого за день			66,36	56,15	270,58	1965,01	
	Неделя 1, Среда						
Завтрак							
	Сыр твердых сортов в нарезке	6	1,40	1,80	0,00	21,60	7/11ДЕЛИ
	Каша вязкая молочная "Рябчик"	200	6,65	7,64	28,15	206,67	84/2004
	Чай с молоком	200	1,40	1,60	17,34	89,32	261/2001
	Хлеб пшеничный или батон к чаю	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
Итого за Завтрак		426	11,05	11,64	55,49	369,59	
Второй завтрак							
Итого за Второй завтрак	Фрукт свежий	100	0,10	0,00	12,00	50,00	Пром.
		100	0,10	0,00	12,00	50,00	

Обед	Напиток из свежих яблок	180	0,14	0	8,7	42	к/б
	Салат из моркови с зеленым горошком	60	1,00	5,07	3,03	57,00	Nov-04
	Суп картофельный с крупой (перловая)	180	1,30	2,02	10,00	64,00	80/11дели
	Курица в соусе с томатом	105	3,45	11,62	25,44	214,29	179/2001ДОУ
	Макаронные изделия отварные	130	4,40	3,60	21,20	134,40	317/ДОУ2011
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,90	15,00	78,00	Пром.
Итого за Обед	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	50,00	Пром.
Полдник		710	14,34	23,49	93,62	639,69	
	Молоко	200	7,00	5,40	10,80	113,40	400
Итого за Полдник	Булочка "Забава"	50	6,00	3,32	25,98	157,66	190111/2015
Ужин		250	13,00	8,72	36,78	271,06	
	Рагу из овощей	200	2,93	5,30	11,17	95,33	77/2004
	Кисель из повидла	200	0,90	0,00	18,00	72,00	383/11дели
Итого за Ужин	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
Итого за Ужин	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	50,00	Пром.
Итого за день		445	7,08	6,18	49,42	269,33	
			45,57	50,03	247,31	1599,67	
Завтрак	Неделя 1, Четверг						
	Масло сливочное (порциями)	5	0,02	2,08	0,02	18,7	6/11дели
	Каша вязкая кукурузная молочная	180	5,20	6,50	23,00	173,00	91/2004
Итого за Завтрак	Кофейный напиток с молоком	200	2,76	3,15	17,56	62,19	253/2001
Итого за Завтрак	Хлеб пшеничный или батон к чаю	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
Второй завтрак		405	9,58	12,33	50,58	305,89	
Итого за Второй завтрак	Кисломолочная продукция	100	2,30	2,70	8,60	68,00	Пром.
Обед		100	2,30	2,70	8,60	68,00	
	Суп картофельный с клецками	180	2,70	3,20	12,10	85,83	85/11ДОУ
	Жаркое по-домашнему с мясом птицы	180	11,21	10,17	15,53	207,00	160/2004
	Салат из свеклы отварной	60	0,90	4,10	5,00	56,30	33/11дели
	Напиток из сухофруктов	180	0,27	0,00	20,40	82,80	к/бл
Итого за Обед	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,90	15,00	78,00	Пром.
Итого за Обед	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	50,00	Пром.

Ужин	Салат из моркови с зеленым горошком	50	0,83	4,70	2,51	47,31	№11/2004
	Омлет натуральный запеченный	150	15,60	16,80	2,90	226,00	120301/2015
	Чай полусладкий	200	0,00	0,00	8,00	29,92	кон.бл.
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	50,00	Пром.
Итого за Ужин							
Итого за день		445	19,68	22,38	33,66	405,23	
			66,74	62,20	262,85	1889,77	
Завтрак	Неделя 2, Понедельник						
	Сыр твердых сортов в нарезке	6	1,40	1,80	0,00	21,60	7/11дели
	Каша жидкая на молоке (манная)	180	6,60	7,20	30,70	214,00	120205
	Кофейный напиток с молоком	200	2,76	3,15	17,56	65,49	253/2001
Итого за Завтрак	Хлеб пшеничный или батон к чаю	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
Второй завтрак		406	12,36	12,75	58,26	353,09	
Итого за Второй завтрак	Фрукт свежий	100	0,4	0,4	11,8	52	Пром.
Обед		100	0,40	0,40	11,80	52,00	
	Салат витаминный с маслом растительным	50	0,72	5,04	4,80	67,80	100504
	Суп "Крестьянский" с пшеном	180	1,80	2,38	9,88	79,87	204/2005
	Катлеты рубленые (из говядины)	70	10,68	11,72	5,74	176,00	282/2011ДОУ
	Макаронные изделия отварные	130	4,40	3,60	21,20	134,00	317,204/11ДОУ
	Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	18,67	79,00	398/2011дели
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,90	15,00	78,00	Пром.
Итого за Обед	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	50,00	Пром.
Полдник		665	22,26	24,17	85,54	664,67	
Сок фруктовый	150	0,20	0,00	23,94	99,75	Пром.	
Итого за Полдник	Кондитерское изделие	50	3,65	4,77	24,42	155,00	Пром.
Ужин		200	3,85	4,77	48,36	254,75	
	Огурец в нарезке	50	0,40	0,00	1,44	7,28	54-23-2020
	Котлеты картофельные	160	5,28	13,42	35,48	283,62	65/2001
	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	39,90	160105
Хлеб пшеничный	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.	
Итого за Ужин	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	50,00	Пром.
Итого за день		455	8,93	14,30	67,17	432,80	

			47,80	56,39	271,13	1757,31	
Завтрак	Неделя 2, Вторник						
	Сыр твердых сортов в нарезке	6	1,40	1,80	0,00	21,60	7/11дели
	Суп молочный с макаронными изделиями	200	4,18	3,94	14,13	108,75	932011ДОУ
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	397/20011дели
Итого за Завтрак	Хлеб пшеничный или батон к чаю	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
Второй завтрак		406	10,85	9,53	39,95	289,35	
Итого за Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,10	0,00	12,00	50,00	Пром.
Обед		100	0,10	0,00	12,00	50,00	
	Напиток из свежих яблок	180	0,14	0	8,7	42	к/б
	Салат осенний	50	0,90	2,60	6,30	52,50	100516/2015
	Рассольник ленинградский	180	1,50	3,70	11,90	87,00	76/2011дели
	Рыба тушеная с овощами	70	10,04	5,06	2,70	97,00	247/2011ДОУ
	Рис отварной	130	3,18	3,65	35,40	180,40	130301/2015
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,90	15,00	78,00	Пром.
Итого за Обед	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	50,00	Пром.
Полдник		665	19,67	16,19	81,55	544,90	
	Молоко	200	6,90	5,42	10,80	113,33	400
Итого за Полдник	Булочка домашняя	50	3,60	6,20	27,00	178,00	469/2011дели
Ужин		250	10,50	11,62	37,80	291,33	
	Салат из зеленого горошка	50	1,50	2,60	3,20	41,80	10/2011дели
	Рагу из овощей	180	2,67	4,82	12,19	104,00	77/2004
	Чай полусладкий	180	0,00	0,00	7,20	26,92	кон.бл.
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
Итого за Ужин	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	50,00	Пром.
Итого за день		455	7,42	8,30	42,84	274,72	
			48,54	45,64	214,14	1450,30	
Завтрак	Неделя 2, Среда						
	Масло сливочное (порциями)	5	0,04	4,16	0,04	37,40	6/2011дели
	Каша жидкая молочная пшеничная	180	4,00	3,70	28,70	163,80	185/2011ДОУ
	Чай с молоком	200	1,40	1,60	17,34	89,32	261/2001
Итого за Завтрак	Хлеб пшеничный или батон к чаю	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
Второй завтрак		405	7,04	10,06	56,08	342,52	

Итого за Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,10	0,00	12,00	50,00	Пром.
		100	0,10	0,00	12,00	50,00	
Обед	Салат картофельный с огурцами солеными	50	0,80	3,40	6,30	58,80	23/2001пермь
	Свекольник	180	1,50	3,60	10,20	79,02	58/11дели
	Плов куриный	180	17,00	20,30	35,20	376,00	120605/2015
	Напиток из смеси сухофруктов	180	0,27	0,00	20,40	82,80	к/б
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	50,00	Пром.
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,90	15,00	78,00	Пром.
	Итого за Обед						
Полдник		645	23,62	28,48	97,35	724,62	
	Молоко	200	6,02	5,36	9,77	112,20	400
Итого за Полдник	Сдоба обыкновенная	50	3,88	2,60	26,14	111,10	466/11дели
		250	9,90	7,96	35,91	223,30	
Ужин							
	Сырники из творога запеченные	200	28,67	7,48	39,59	340,36	61/2001
	Чай полусладкий	200	0,00	0,00	8,00	29,92	к/б
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	50,00	Пром.
Итого за Ужин		0					
Итого за день		445	31,92	8,36	67,84	472,28	
			72,58	54,86	269,18	1812,72	
Завтрак	Неделя 2, Четверг						
	Сыр твердых сортов в нарезке	6	1,40	1,80	0,00	21,60	7/11дели
	Кофейный напиток с молоком	180	2,51	2,87	15,97	59,54	253/2001
	Каша вязкая молочная кукурузная	200	5,72	7,15	25,30	190,30	91/2004
Итого за Завтрак	Хлеб пшеничный или батон к чаю	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
Второй завтрак		406	11,23	12,42	51,27	323,44	
Итого за Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,10	0,00	12,00	50,00	Пром.
		100	0,10	0,00	12,00	50,00	
Обед	Винегрет овощной	50	0,70	3,10	4,20	47,40	45/11дели
	Суп лапша домашняя	180	3,60	4,60	11,50	94,50	86/11дели
	Биточки рубленые куриные	80	11,93	12,62	8,09	194,00	306/2011дели

	Картофельное пюре	120	2,70	4,26	16,40	122,00	321/11дели
	Чай полусладкий	180	0,00	0,00	7,20	26,92	к/б
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,90	15,00	78,00	Пром.
Итого за Обед	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	50,00	Пром.
Полдник		665	22,98	25,76	72,64	612,82	
	Кисломолочная продукция	200	5,00	4,90	18,50	91,90	Пром.
Итого за Полдник	Кондитерское изделие	50	3,65	4,77	24,42	155,00	Пром.
Ужин		250	8,65	9,67	42,92	246,90	
	Крупяная запеканка с яблоками	205	9,88	7,99	39,78	323,60	61/2001
	Кисель из плодов шиповника	200	0,24	0,10	27,52	112,00	381/2011дели
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
Итого за Ужин	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	50,00	Пром.
Итого за день		450	13,37	8,97	87,55	537,60	
			56,33	56,82	266,38	1770,76	
Завтрак	Неделя 2, Пятница						
	Масло сливочное (порциями)	5	0,04	4,16	0,04	37,40	6/11дели
	Каша вязкая молочная гречневая	180	9,50	10,20	37,10	276,00	177/2011дели
	Кофейный напиток с молоком сгущенным	200	2,87	1,95	20,67	112,00	396/2011дели3,,,,
Итого за Завтрак	Хлеб пшеничный или батон к чаю	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
Второй завтрак		405	14,01	16,91	67,81	477,40	
Итого за Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,10	0,00	12,00	50,00	Пром.
Обед		100	0,10	0,00	12,00	50,00	
	Напиток из сухофруктов	180	0,3	0	20,4	82,8	к/б
	Салат "осенний"	50	0,50	1,60	3,80	31,50	100516/2015
	Щи из свежей капусты с картофелем	180	1,50	4,60	7,70	77,60	67/2011ДОУ
	Картофель отварной	110	2,70	3,10	30,00	152,90	318/11дели
	Гуляш из отварного мяса	80	10,28	8,27	2,64	126,00	277/2011дели
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,90	15,00	78,00	Пром.
Итого за Обед	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	50,00	Пром.
Полдник		655	19,33	18,75	89,79	598,80	
	Кисломолочная продукция	200	4,60	5,40	17,20	136,00	Пром.

Итого за Полдник	Булочка дорожная	50	6,00	3,32	26,00	157,60	470/11дели
		250	10,60	8,72	43,20	293,60	
Ужин	Икра кабачковая после т/о	50	0,80	3,60	3,44	48,80	Пром.
	Омлет натуральный запеченный	150	15,60	16,80	2,90	226,00	120301/2015
	Чай с лимоном	200	0,09	0,00	14,30	55,66	260/пермь
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,60	10,00	52,00	Пром.
Итого за Ужин	Хлеб ржаной	25	1,65	0,28	10,25	50,00	Пром.
Итого за день		445	19,74	21,28	40,89	432,46	
			63,78	65,66	253,69	1852,26	
	Средние показатели за Завтрак		10,50	11,37	53,93	346,61	
	Средние показатели за Второй завтрак		0,49	0,36	12,54	56,60	
	Средние показатели за Обед		21,96	27,10	85,43	639,85	
	Средние показатели за Полдник		8,50	8,12	52,44	311,27	
	Средние показатели за Ужин		16,12	13,20	60,38	435,82	
	Средние показатели за период		57,56	60,14	264,72	1800,15	

