



С учетом мнения :

Представителя профкома  
Т.С.Автаева  
протокол № 4 от 23.07.2021



УТВЕРЖДАЮ

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 1,5-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 1</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	5,40	4,95	21,97	154,5	2/4
	Какао с молоком	150	2,93	2,62	17,17	101,25	14/10
	Хлеб с маслом	50	1,75	1,72	11,11	67,03	1/13
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>350</b>	<b>10,08</b>	<b>9,29</b>	<b>50,25</b>	<b>322,78</b>	
10:00	Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	6,00	79,5	4
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>150</b>	<b>4,35</b>	<b>3,75</b>	<b>6,00</b>	<b>79,5</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	30	0,40	2,50	2,05	32	20/1
	Щи из свежей капусты со сметаной	150	1,20	1,95	4,95	42	6/2
	Плов из мяса говядины	120	8,88	9,89	20,74	209,28	4/8
	Компот из сухофруктов	150	0,38	0,00	13,72	54	6/10
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	2
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>480</b>	<b>12,84</b>	<b>14,70</b>	<b>51,48</b>	<b>386,78</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Фрукт	200	1,76	1,76	43,12	206,8	1/2
	Кондитерские изделия	30	0,44	0,56	4,39	24,42	1/2
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>230</b>	<b>2,20</b>	<b>2,32</b>	<b>47,51</b>	<b>231,22</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Макаронные изделия отварные с сыром	130	6,34	4,95	26,32	177,94	43-2/3
	Ватрушка со сметаной	70	6,03	9,04	33,06	240,16	6/12
	Чай черный	150	0,00	0,00	6,83	26,25	10/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	50	3,80	0,40	24,60	116,5	1
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>400</b>	<b>16,17</b>	<b>14,39</b>	<b>90,81</b>	<b>560,85</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1610</b>	<b>45,64</b>	<b>44,45</b>	<b>246,05</b>	<b>1575,13</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1610</b>	<b>45,64</b>	<b>44,45</b>	<b>246,05</b>	<b>1575,13</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1610</b>	<b>45,64</b>	<b>44,45</b>	<b>246,05</b>	<b>1575,13</b>	

Возрастная категория: Дети 1,5-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 2</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	4,50	3,98	23,03	146,25	14/4
	Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	6,00	79,5	4
	Хлеб с маслом и сыром	50	3,79	5,19	16,50	128,38	4/13
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>350</b>	<b>12,64</b>	<b>12,92</b>	<b>45,53</b>	<b>354,13</b>	
<b>10:00</b>	Кефир	100	3,00	1,00	4,00	40	4/3
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>100</b>	<b>3,00</b>	<b>1,00</b>	<b>4,00</b>	<b>40</b>	
<b>ОБЕД</b>	Горошек зеленый с яйцом	30	2,19	1,76	1,84	31,71	2/1
	Рассольник со сметаной	150	1,05	1,95	7,05	51	9/2
	Фрикадельки из мяса говядины тушеные в соусе	50	5,36	5,82	3,17	87,06	23/8
	Рагу из овощей	110	1,68	2,72	9,90	71,14	18/3
	Кисель из сухофруктов	150	0,75	0,08	21,45	86,25	9/10
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	2
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>520</b>	<b>13,01</b>	<b>12,69</b>	<b>53,43</b>	<b>376,66</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Сок	150	0,75	0,00	15,15	63,33	3/2
	Сдоба обыкновенная	50	4,41	3,25	27,00	156,66	8/12
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>200</b>	<b>5,16</b>	<b>3,25</b>	<b>42,15</b>	<b>219,99</b>	
<b>УЖИН</b>	Тефтели рыбные в соусе	80	6,83	3,70	6,58	87,38	11/7
	Омлет запеченный или паровой	150	14,62	19,68	2,62	245,62	2/6
	Чай с молоком	150	1,05	1,05	8,40	45,75	12/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	50	3,80	0,40	24,60	116,5	1
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>430</b>	<b>26,30</b>	<b>24,83</b>	<b>42,20</b>	<b>495,25</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1600</b>	<b>60,11</b>	<b>54,69</b>	<b>187,31</b>	<b>1486,03</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1600</b>	<b>60,11</b>	<b>54,69</b>	<b>187,31</b>	<b>1486,03</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1600</b>	<b>60,11</b>	<b>54,69</b>	<b>187,31</b>	<b>1486,03</b>	

Возрастная категория: Дети 1,5-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 3</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Суп молочный с крупой	150	2,62	3,15	10,65	81	22/2
	Какао с молоком	150	2,93	2,62	17,17	101,25	14/10
	Хлеб с маслом и яйцом	80	5,99	8,79	12,17	151,92	2/13
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>380</b>	<b>11,54</b>	<b>14,56</b>	<b>39,99</b>	<b>334,17</b>	
<b>10:00</b>	Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	6,00	79,5	4
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>150</b>	<b>4,35</b>	<b>3,75</b>	<b>6,00</b>	<b>79,5</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом	30	0,45	2,05	3,20	33,5	28/1
	Свекольник со сметаной	150	1,28	3,30	8,77	69,75	5/2
	Гуляш из отварного мяса говядины	50	7,35	7,85	1,75	107	12/8
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	110	6,30	4,98	27,72	183,34	44/3
	Компот из сухофруктов	150	0,38	0,00	13,72	54	6/10
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	2
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>520</b>	<b>17,74</b>	<b>18,54</b>	<b>65,18</b>	<b>497,09</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Фрукт	200	0,80	0,80	19,60	94	1/1
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>200</b>	<b>0,80</b>	<b>0,80</b>	<b>19,60</b>	<b>94</b>	
<b>УЖИН</b>	Вареники ленивые	120	18,88	13,68	20,08	281,6	5/5
	Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и растительным маслом	70	1,17	4,67	7,23	74,67	4/1
	Хлеб с сыром	60	5,05	2,97	19,19	124,41	3/13
	Чай черный	150	0,00	0,00	6,83	26,25	10/10
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>400</b>	<b>25,10</b>	<b>21,32</b>	<b>53,33</b>	<b>506,93</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1650</b>	<b>59,53</b>	<b>58,97</b>	<b>184,10</b>	<b>1511,69</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1650</b>	<b>59,53</b>	<b>58,97</b>	<b>184,10</b>	<b>1511,69</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1650</b>	<b>59,53</b>	<b>58,97</b>	<b>184,10</b>	<b>1511,69</b>	

Возрастная категория: Дети 1,5-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 4</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	4,88	4,50	23,40	154,5	11/4
	Кофейный напиток с молоком	150	2,25	2,18	10,05	66,75	13/10
	Хлеб с маслом и сыром	50	3,79	5,19	16,50	128,38	4/13
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>350</b>	<b>10,92</b>	<b>11,87</b>	<b>49,95</b>	<b>349,63</b>	
<b>10:00</b>	Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	6,00	79,5	4
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>150</b>	<b>4,35</b>	<b>3,75</b>	<b>6,00</b>	<b>79,5</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	30	0,40	2,50	2,05	32	20/1
	Суп-лапша на курином бульоне	150	1,42	2,10	8,33	58,5	20/2
	Суфле из мяса кур паровое	70	13,82	15,92	3,15	210,88	8/9
	Капуста тушеная	110	2,56	2,12	9,98	68,94	8/3
	Компот из сухофруктов	150	0,38	0,00	13,72	54	6/10
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	2
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>540</b>	<b>20,56</b>	<b>23,00</b>	<b>47,25</b>	<b>473,82</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Булочка творожная	50	6,16	6,59	23,33	178,34	2/12
	Сок	150	0,75	0,00	15,15	63,33	3/2
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>200</b>	<b>6,91</b>	<b>6,59</b>	<b>38,48</b>	<b>241,67</b>	
<b>УЖИН</b>	Рыба (филе), припущенная с молоком и овощами	80	10,10	2,10	2,00	67	3/7
	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом	120	2,20	8,20	14,60	144	27/1
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	50	3,80	0,40	24,60	116,5	1
	Чай с молоком	150	1,05	1,05	8,40	45,75	12/10
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>400</b>	<b>17,15</b>	<b>11,75</b>	<b>49,60</b>	<b>373,25</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1640</b>	<b>59,89</b>	<b>56,96</b>	<b>191,28</b>	<b>1517,87</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1640</b>	<b>59,89</b>	<b>56,96</b>	<b>191,28</b>	<b>1517,87</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1640</b>	<b>59,89</b>	<b>56,96</b>	<b>191,28</b>	<b>1517,87</b>	

Возрастная категория: Дети 1,5-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 5</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150	4,50	4,35	31,80	186	7/4
	Какао с молоком	150	2,93	2,62	17,17	101,25	14/10
	Хлеб с маслом	50	1,75	1,72	11,11	67,03	1/13
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>350</b>	<b>9,18</b>	<b>8,69</b>	<b>60,08</b>	<b>354,28</b>	
<b>10:00</b>	Кефир	100	3,00	1,00	4,00	40	4/3
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>100</b>	<b>3,00</b>	<b>1,00</b>	<b>4,00</b>	<b>40</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из белокачанной капусты с кукурузой, луком и растительным маслом	30	0,50	2,04	3,16	32,99	4/2
	Борщ со сметаной	150	1,35	3,23	6,45	60,75	2/2
	Рагу из отварного мяса говядины	110	8,31	7,59	9,02	138,6	6/8
	Напиток из шиповника	150	0,15	0,08	12,53	48,75	15/10
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	2
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>470</b>	<b>12,29</b>	<b>13,30</b>	<b>41,18</b>	<b>330,59</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Фрукт	200	1,76	1,76	43,12	206,8	1/2
	Кондитерские изделия	30	0,44	0,56	4,39	24,42	1/2
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>230</b>	<b>2,20</b>	<b>2,32</b>	<b>47,51</b>	<b>231,22</b>	
<b>УЖИН</b>	Запеканка из творога	100	16,90	9,60	13,20	209	9/5
	Салат из отварной свеклы с изюмом и растительным маслом	60	0,80	4,90	12,20	94	25/1
	Чай с молоком	150	1,05	1,05	8,40	45,75	12/10
	Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	63	1/6
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	50	3,80	0,40	24,60	116,5	1
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>400</b>	<b>27,65</b>	<b>20,55</b>	<b>58,70</b>	<b>528,25</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1550</b>	<b>54,32</b>	<b>45,86</b>	<b>211,47</b>	<b>1484,34</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1550</b>	<b>54,32</b>	<b>45,86</b>	<b>211,47</b>	<b>1484,34</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1550</b>	<b>54,32</b>	<b>45,86</b>	<b>211,47</b>	<b>1484,34</b>	

Возрастная категория: Дети 1,5-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 6</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	4,80	5,55	20,40	151,5	8/4
	Кофейный напиток с молоком	150	2,25	2,18	10,05	66,75	13/10
	Хлеб с маслом и сыром	50	3,79	5,19	16,50	128,38	4/13
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>350</b>	<b>10,84</b>	<b>12,92</b>	<b>46,95</b>	<b>346,63</b>	
<b>10:00</b>	Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	6,00	79,5	4
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>150</b>	<b>4,35</b>	<b>3,75</b>	<b>6,00</b>	<b>79,5</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом	30	0,45	2,00	2,80	30,5	6/1
	Щи из свежей капусты с крупой со сметаной	150	1,20	3,23	5,77	57	7/2
	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины	110	8,45	7,74	15,40	166,76	36/8
	Компот из кураги и изюма	150	0,23	0,00	13,80	53,25	4/10
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	2
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>470</b>	<b>12,31</b>	<b>13,33</b>	<b>47,79</b>	<b>357,01</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Пирожки печеные из дрожжевого теста с морковью	70	4,40	3,20	23,80	142	9/12
	Сок	130	0,65	0,00	16,51	68,61	3/1
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>200</b>	<b>5,05</b>	<b>3,20</b>	<b>40,31</b>	<b>210,61</b>	
<b>УЖИН</b>	Салат из отварной свеклы и моркови с растительным маслом	30	0,40	2,95	2,20	36,5	21/1
	Картофельное пюре	120	2,48	3,36	16,48	108	3/3
	Кондитерские изделия	30	0,44	0,56	4,39	24,42	1/2
	Чай черный	150	0,00	0,00	6,83	26,25	10/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	50	3,80	0,40	24,60	116,5	1
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>380</b>	<b>7,12</b>	<b>7,27</b>	<b>54,50</b>	<b>311,67</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1550</b>	<b>39,67</b>	<b>40,47</b>	<b>195,55</b>	<b>1425</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1550</b>	<b>39,67</b>	<b>40,47</b>	<b>195,55</b>	<b>1425</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1550</b>	<b>39,67</b>	<b>40,47</b>	<b>195,55</b>	<b>1425</b>	

Возрастная  
категория: Дети 1,5-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 7</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша молочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом сливочным	150	3,82	4,43	18,53	129	18/4
	Кофейный напиток с молоком	150	2,25	2,18	10,05	66,75	13/10
	Хлеб с маслом и сыром	50	3,79	5,19	16,50	128,38	4/13
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>350</b>	<b>9,86</b>	<b>11,80</b>	<b>45,08</b>	<b>324,13</b>	
<b>10:00</b>	Кефир	100	3,00	1,00	4,00	40	4/3
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>100</b>	<b>3,00</b>	<b>1,00</b>	<b>4,00</b>	<b>40</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из отварной свеклы и моркови с растительным маслом	30	0,40	2,95	2,20	36,5	21/1
	Суп картофельный со сметаной	150	0,97	1,57	6,75	45,75	12/2
	Суфле из печени	80	16,10	5,50	2,20	123	35/8
	Картофельное пюре	120	2,48	3,36	16,48	108	3/3
	Компот из сухофруктов	150	0,38	0,00	13,72	54	6/10
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	2
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>560</b>	<b>22,31</b>	<b>13,74</b>	<b>51,37</b>	<b>416,75</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Сок	150	0,75	0,00	15,15	63,33	3/2
	Сдоба обыкновенная	50	4,41	3,25	27,00	156,66	8/12
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>200</b>	<b>5,16</b>	<b>3,25</b>	<b>42,15</b>	<b>219,99</b>	
<b>УЖИН</b>	Тефтели рыбные с рисом в соусе	90	8,23	2,91	7,76	90,69	12/7
	Омлет запеченный или паровой	150	14,62	19,68	2,62	245,62	2/6
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	50	3,80	0,40	24,60	116,5	1
	Чай с лимоном	150	0,08	0,00	6,90	27	11/10
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>440</b>	<b>26,73</b>	<b>22,99</b>	<b>41,88</b>	<b>479,81</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1650</b>	<b>67,06</b>	<b>52,78</b>	<b>184,48</b>	<b>1480,68</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1650</b>	<b>67,06</b>	<b>52,78</b>	<b>184,48</b>	<b>1480,68</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1650</b>	<b>67,06</b>	<b>52,78</b>	<b>184,48</b>	<b>1480,68</b>	



Возрастная  
категория: Дети 1,5-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 8</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	4,50	3,98	23,03	146,25	14/4
	Чай с молоком	150	1,05	1,05	8,40	45,75	12/10
	Хлеб с маслом	50	1,75	1,72	11,11	67,03	1/13
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>350</b>	<b>7,30</b>	<b>6,75</b>	<b>42,54</b>	<b>259,03</b>	
10:00	Сок	150	0,75	0,00	15,15	63,33	3/2
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,00</b>	<b>15,15</b>	<b>63,33</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Салат из моркови с яблоками и растительным маслом	30	0,30	2,00	3,00	31	11/1
	Суп-пюре из разных овощей	150	2,03	2,70	7,12	60,75	27/2
	Рулет из мяса говядины с яйцом (паровой)	110	15,53	18,50	5,05	248,47	29/8
	Компот из сухофруктов	150	0,38	0,00	13,72	54	6/10
	Гренки (сухарики)	15	1,29	0,12	8,06	39,45	34/2
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	2
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>485</b>	<b>21,51</b>	<b>23,68</b>	<b>46,97</b>	<b>483,17</b>	
ПОЛДНИК	Фрукт	200	0,80	0,80	19,60	94	1/1
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>200</b>	<b>0,80</b>	<b>0,80</b>	<b>19,60</b>	<b>94</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Запеканка из творога	110	18,25	11,22	14,31	229,41	9/6
	Салат из отварной свеклы с изюмом и растительным маслом	60	0,80	4,90	12,20	94	25/1
	Чай черный	150	0,00	0,00	6,83	26,25	10/10
	Кондитерские изделия	30	0,44	0,56	4,39	24,42	1/2
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	50	3,80	0,40	24,60	116,5	1
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>400</b>	<b>23,29</b>	<b>17,08</b>	<b>62,33</b>	<b>490,58</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1585</b>	<b>53,65</b>	<b>48,31</b>	<b>186,59</b>	<b>1425</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1585</b>	<b>53,65</b>	<b>48,31</b>	<b>186,59</b>	<b>1425</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1585</b>	<b>53,65</b>	<b>48,31</b>	<b>186,59</b>	<b>1425</b>	

Возрастная категория: Дети 1,5-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 9</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	130	4,22	3,90	20,28	133,9	15/4
	Молоко кипяченое	180	5,22	5,76	8,46	108	4/1
	Хлеб с маслом и сыром	50	3,79	5,19	16,50	128,38	4/13
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>360</b>	<b>13,23</b>	<b>14,85</b>	<b>45,24</b>	<b>370,28</b>	
<b>10:00</b>	Сок или фрукты	130	0,65	0,00	13,13	54,89	3
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>130</b>	<b>0,65</b>	<b>0,00</b>	<b>13,13</b>	<b>54,89</b>	
<b>ОБЕД</b>	Суп-пюре гороховый	150	3,90	1,35	10,80	72	29/2
	Гренки (сухарики)	15	1,29	0,12	8,06	39,45	34/2
	Биточки (котлеты) из мяса кур	50	8,94	7,31	7,44	131,88	5/9
	Макаронные изделия отварные	110	3,88	2,78	23,76	137,86	43/3
	Компот из сухофруктов	150	0,38	0,00	13,72	54	6/10
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	49,5	2
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>505</b>	<b>20,37</b>	<b>11,92</b>	<b>73,80</b>	<b>484,69</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Напиток из шиповника	200	0,24	0,10	18,34	73,2	15/12
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>200</b>	<b>0,24</b>	<b>0,10</b>	<b>18,34</b>	<b>73,2</b>	
<b>УЖИН</b>	Суфле из рыбы	80	11,80	3,40	2,60	89	14/7
	Картофель отварной	150	2,89	4,20	21,90	139	1/3
	Пудинг манный с яблоками	120	5,57	5,95	29,42	191,52	4/5
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	50	3,80	0,40	24,60	116,5	1
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>400</b>	<b>24,06</b>	<b>13,95</b>	<b>78,52</b>	<b>536,02</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1595</b>	<b>58,55</b>	<b>40,82</b>	<b>229,03</b>	<b>1519,08</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1595</b>	<b>58,55</b>	<b>40,82</b>	<b>229,03</b>	<b>1519,08</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1595</b>	<b>58,55</b>	<b>40,82</b>	<b>229,03</b>	<b>1519,08</b>	

Возрастная  
категория:

Дети 1,5-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 10</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Омлет запеченный или паровой	150	14,62	19,68	2,62	245,62	2/6
	Чай с молоком	150	1,05	1,05	8,40	45,75	12/10
	Хлеб с маслом	50	1,75	1,72	11,11	67,03	1/13
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>350</b>	<b>17,42</b>	<b>22,45</b>	<b>22,13</b>	<b>358,4</b>	
10:00	Кефир	100	3,00	1,00	4,00	40	4/3
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>100</b>	<b>3,00</b>	<b>1,00</b>	<b>4,00</b>	<b>40</b>	
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,28	0,83	8,55	47,25	18/2
	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	60	3,74	3,88	3,32	63,69	31/8
	Картофельное пюре	120	2,48	3,36	16,48	108	3/3
	Компот из сухофруктов	150	0,38	0,00	13,72	54	6/10
	Хлеб пшеничный (Валетек 8)	50	3,80	0,40	24,60	116,5	1
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>530</b>	<b>11,68</b>	<b>8,47</b>	<b>66,67</b>	<b>389,44</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	6,00	79,5	4
	Сдоба обыкновенная	50	4,41	3,25	27,00	156,66	8/12
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>200</b>	<b>8,76</b>	<b>7,00</b>	<b>33,00</b>	<b>236,16</b>	
<b>УЖИН</b>	Салат из моркови с яблоком и растительным маслом	120	1,25	8,17	12,16	128	11/2
	Сырники из творога	70	11,97	6,65	14,21	165,9	6/5
	Чай с лимоном	150	0,08	0,00	6,90	27	11/10
	Хлеб с сыром	60	5,05	2,97	19,19	124,41	3/13
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>400</b>	<b>18,35</b>	<b>17,79</b>	<b>52,46</b>	<b>445,31</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1580</b>	<b>59,21</b>	<b>56,71</b>	<b>178,26</b>	<b>1469,31</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1580</b>	<b>59,21</b>	<b>56,71</b>	<b>178,26</b>	<b>1469,31</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1580</b>	<b>59,21</b>	<b>56,71</b>	<b>178,26</b>	<b>1469,31</b>	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 310227031995278721568419988831218614170173341401

Владелец Богатырева Оля Борисовна

Действителен с 31.08.2022 по 31.08.2023