

ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ													
понедельник		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептур	
Прием пищи	Наименование блюда			Б		Ж		У		От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет		
		От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет						
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	150	200	4,99	6,66	8,24	10,99	16,98	22,64	162,33	216,4	№2	
	Чай сладкий	150	180	0	0	0	0	12	14	44,88	52,36	№65	
	Бутерброд с маслом сливочным*	25/6	40/10	2,1	3,1	4,5	6,6	12,05	18	94,15	141	№12	
Итого за завтрак										301,36	409,76		
Обед	Щи со сметаной	150	250	5,09	6,85	8,04	11,35	12,27	18,28	136,86	161	№34	
	Плов с мясом	150	180	12,9	15,25	14,6	18,9	34,74	39,1	324,32	389,91	№58	
	Закуска**	50	50	0	0	0	0	0,4	0,4	16	16	№87	
	Компот из сухофруктов	150	180	0,32	0,48	0	0	11,7	15,7	46,5	62	№68	
	Хлеб ржаной	40	50	2,6	3,2	0,5	0,6	13	16,2	67,6	84,5	№79	
	Хлеб пшеничный	25	40	2,76	3,9	0,35	0,5	16,98	24	82,6	117,86	№80	
Итого за обед										212,7	280,36		
Полдник	Кисломолочный продукт	150	180	4,35	5,22	3,75	4,5	6,3	7,56	76	92	№84	
	Выпечка бездрожжевая	70	80	4,1	4,7	7,5	8,7	40	47	246,8	288	№78	
Итого за полдник										618,1	778,22		
Итого за день				39,21	49,36	47,48	62,14	176,42	222,88	1132,16	1468,34		
* - может добавляться сыр													
** - может быть салат или овощи порционно													

Вторник

ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ												
вторник		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептур
Прием пищи	Наименование блюда			Б		Ж		У				
		От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет			
Завтрак	Каша гречневая с маслом и сахаром	150	200	5,96	7,94	6,16	8,21	26,35	35,13	184,63	246,17	№9
	Кофейный напиток на молоке	150	180	1,8	2,5	1,8	2,5	12,2	16,3	71,2	95	№67
	Бутерброд с маслом сливочным *	25/6	40/10	2,1	3,1	4,5	6,6	12,05	18	94,15	141	№12
Итого за завтрак										349,98	482,17	
Обед	Суп рыбный	150	250	6,4	7,8	3,6	5	9,3	13,5	96	162,5	№38
	Картофельное пюре	130	150	2,8	3,5	5,2	6,4	20	22,2	137	158,3	№47
	Котлета рыбная	60	70	9,41	11,62	2,26	2,4	2,64	3,45	69,13	82,92	№63
	Закуска**	40	60	0,66	0,98	3	4	2,05	3,12	38,07	52,75	№22
	Сок	150	180	1,12	1,26	0	0	11,04	12,42	49,6	55,8	№81
	Хлеб ржаной	40	50	2,6	3,2	0,5	0,6	13	16,2	67,6	84,5	№79
	Хлеб пшеничный	25	40	2,76	3,9	0,35	0,5	16,98	24	82,6	117,86	№80
Итого за обед										540	714,63	
Полдник	Кисель	150	180	0	0	0	0	13,4	17,9	51,7	69	№69
	Выпечка дрожжевая	70	80	3,57	5,96	2,2	5,86	37,9	50,5	163,8	218,4	№74
Итого за полдник										215,5	287,4	
Итого за день				39,18	51,76	29,57	42,07	176,91	232,72	1105,48	1484,2	
* - может добавляться сыр												
**- может быть салат или овощи порционно												

ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ												
среда		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептур
Прием пищи	Наименование блюда			Б		Ж		У				
		От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет			
Завтрак	Каша рисовая молочная	150	200	5,23	6,98	7,8	10,4	18,8	25	167	222,38	№3
	Чай сладкий	150	180	0	0	0	0	12	14	44,88	52,36	№65
	Бутерброд с маслом сливочным*	25/6	40/10	2,1	3,1	4,5	6,6	12,05	18	94,15	141	№12
Итого за завтрак										306,03	415,74	
Обед	Лепша домашняя	150	250	1,85	3,09	2,55	4,25	9,56	15,93	66	110	№39
	Гороховое пюре	100	150	11,5	13,8	4,65	5,58	28,55	34,26	198,9	238,7	№46
	Суфле куриное	50	70	12,91	17,21	9,22	12,29	4,31	5,74	152,8	203,8	№54
	Закуска**	50	50	0	0	0	0	0,4	0,4	16	16	№87
	Компот из сухофруктов	150	180	0,32	0,48	0	0	11,7	15,7	46,5	62	№68
	Хлеб ржаной	40	50	2,6	3,2	0,5	0,6	13	16,2	67,6	84,5	№79
	Хлеб пшеничный	25	40	2,76	3,9	0,35	0,5	16,98	24	82,6	117,86	№80
Итого за обед										630,4	832,86	
Полдник	Чай сладкий	150	180	0	0	0	0	12	14	44,88	52,36	№65
	Бутерброд с повидлом	25/6	40/10	1,54	2,32	0,16	0,24	13,16	20,08	61	92	№14
Итого за полдник										105,88	144,36	
Итого за день				40,81	54,08	29,73	40,46	152,51	203,31	1042,31	1392,96	
* - может добавляться сыр												
**- может быть салат или овощи порционно												

ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ													
четверг		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептур	
Прием пищи	Наименование блюда			Б		Ж		У					
		От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет				
Завтрак	Яйцо вареное	0,5	1	2,55	5,1	2,3	4,6	0,15	0,3	31,5	63	№11	
	Кукуруза консервированная**	40	60	2,25	3,1	0,09	0,12	3,74	4,98	24,75	33	№21	
	Чай сладкий	150	180	0	0	0	0	12	14	44,88	52,36	№65	
	Бутерброд с маслом сливочным*	25/6	40/10	2,1	3,1	4,5	6,6	12,05	18	94,15	141	№12	
	Хлеб ржаной	25	25	2,6	2,6	0,5	0,5	13	13	67,6	67,6	№79	
Итого за завтрак										262,88	356,96		
Обед	Суп картофельный с мясными фрикадельками и сметаной	150	250	4,98	7,3	7,15	10,1	9,11	14,3	120	180	№31	
	Макароны с маслом	100	150	3,68	4,3	3,53	3,8	23,55	27,2	140,73	163,9	№45	
	Бефстроганов	80	100	9,82	11,95	11,45	14,18	2,91	4,34	153,76	198,04	№ 52*	
	Закуска**	40	60	0,63	0,92	3,04	4,06	3,91	5,61	44,72	61,68	№25	
	Компот из сухофруктов	150	180	0,32	0,48	0	0	11,7	15,7	46,5	62	№68	
	Хлеб ржаной	40	50	2,6	3,2	0,5	0,6	13	16,2	67,6	84,5	№79	
Хлеб пшеничный	25	40	2,76	3,9	0,35	0,5	16,98	24	82,6	117,86	№80		
Итого за обед										659,01	861,78		
Полдник	Кофейный напиток на молоке	150	180	1,8	2,5	1,8	2,5	12,2	16,3	71,2	95	№67	
	Кондитерское изделие	60	70	4	6	6,5	12	54	71	170	175	№84	
Итого за полдник										241,2	270		
Итого за день				40,89	55,23	41,71	59,56	187,64	241,65	1163,09	1488,74		
* - может добавляться сыр													
** - может быть салат или овощи порционно													

ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ													
пятница		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептур	
Прием пищи	Наименование блюда			Б		Ж		У		От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет		
		От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет						
Завтрак	Каша "дружба" молочная	150	200	5,32	6,23	8,64	10,2	23,34	27,28	191,72	224,98	№4	
	Чай сладкий	150	180	0	0	0	0	12	14	44,88	52,36	№65	
	Бутерброд с маслом сливочным*	25/6	40/10	2,1	3,1	4,5	6,6	12,05	18	94,15	141	№12	
Итого за завтрак										330,75	418,34		
Обед	Суп с фасолью и сметаной	150	250	6,2	6,8	7,2	10,3	15	23,1	148,14	217,06	№42	
	Азу	150	180	12,08	14,33	12,81	14,31	22,8	26,02	252,58	287,3	№60	
	Закуска**	40	60	0,66	0,98	3	4	2,05	3,12	38,07	52,75	№22	
	Компот из сухофруктов	150	180	0,32	0,48	0	0	11,7	15,7	46,5	62	№68	
	Хлеб ржаной	40	50	2,6	3,2	0,5	0,6	13	16,2	67,6	84,5	№79	
	Хлеб пшеничный	25	40	2,76	3,9	0,35	0,5	16,98	24	82,6	117,86	№80	
Итого за обед										635,49	821,47		
Полдник	Кисель	150	180	0	0	0	0	13,4	17,9	51,7	69	№69	
	Запеканка творожная	80	120	12,24	13,6	8,33	9,26	8,93	9,92	164,8	183,13	№72	
Итого за полдник										216,5	252,13		
Итого за день				44,28	52,62	45,33	55,77	151,25	195,24	1182,74	1491,94		

* - может добавляться сыр

**- может быть салат или овощи порционно

НЕДЕЛЯ ВТОРАЯ												
понедельник		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептур
Прием пищи	Наименование блюда			Б		Ж		У		От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	
		От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет					
Завтрак	Каша манная молочная	150	200	4,39	5,86	7,46	9,95	20,11	24,69	166	212,44	№5
	Чай сладкий	150	180	0	0	0	0	12	14	44,88	52,36	№65
	Бутерброд с маслом сливочным*	25/6	40/10	2,1	3,1	4,5	6,6	12,05	18	94,15	141	№12
Итого за завтрак										305,03	405,8	
Обед	Борщ со сметаной	150	250	4,38	6,06	7,14	10,18	11,25	17,35	125,5	161	№32
	Запеканка вермишелевая с мясом	150	200	15,01	18,64	13,1	16,55	28,03	38,61	293,41	382,06	№55
	Закуска**	50	50	0	0	0	0	0,4	0,4	16	16	№87
	Компот из сухофруктов	150	180	0,32	0,48	0	0	11,7	15,7	46,5	62	№68
	Хлеб ржаной	40	50	2,6	3,2	0,5	0,6	13	16,2	67,6	84,5	№79
	Хлеб пшеничный	25	40	2,76	3,9	0,35	0,5	16,98	24	82,6	117,86	№80
Итого за обед										631,61	823,42	
Полдник	Кисломолочный продукт	150	180	4,35	5,22	3,75	4,5	6,3	7,56	76	92	№84
	Выпечка бездрожжевая	70	80	4,1	4,7	7,5	8,7	40	47	246,8	288	№78
Итого за полдник										322,8	380	
Итого за день				40,01	51,16	44,3	57,58	171,82	223,51	1259,44	1609,22	
* - может добавляться сыр												
**- может быть салат или овощи порционно												

ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ												
вторник		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептур
Прием пищи	Наименование блюда			Б		Ж		У				
		От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет			
Завтрак	Каша ячневая молочная	150	200	5,15	6,87	6,03	8,04	19,44	25,92	160,54	214	№6
	Чай сладкий	150	180	0	0	0	0	12	14	44,88	52,36	№65
	Бутерброд с маслом сливочным*	25/6	40/10	2,1	3,1	4,5	6,6	12,05	18	94,15	141	№12
Итого за завтрак									299,57	407,36		
Обед	Суп рыбный	150	250	6,4	7,8	3,6	5	9,3	13,5	96	162,5	№38
	Картофельное пюре	130	150	2,8	3,5	5,2	6,4	20	22,2	137	158,3	№47
	Рыба под овощами	60	70	11,12	12,1	3,09	4,45	1,12	1,52	77,19	95	№64
	Закуска**	40	60	0,8	1,3	3,02	4,04	4,32	5,27	42,93	61,28	№23
	Сок	150	180	1,12	1,26	0	0	11,04	12,42	49,6	55,8	№81
	Хлеб ржаной	40	50	2,6	3,2	0,5	0,6	13	16,2	67,6	84,5	№79
	Хлеб пшеничный	25	40	2,76	3,9	0,35	0,5	16,98	24	82,6	117,86	№80
Итого за обед									552,92	735,24		
Полдник	Кисель	150	180	0	0	0	0	13,4	17,9	51,7	69	№69
	Выпечка дрожжевая	70	80	3,57	5,96	2,2	5,86	37,9	50,5	163,8	218,4	№74
Итого за полдник									215,5	287,4		
Итого за день				38,42	48,99	28,49	41,49	170,55	221,43	1067,99	1430	
* - может добавляться сыр												
**- может быть салат или овощи порционно												

ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ												
среда		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептур
Прием пищи	Наименование блюда			Б		Ж		У				
		От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	
Завтрак	Вермишель молочная	150	200	4,95	6,58	6,75	9	26,12	27	140,28	187,04	№8
	Чай сладкий	150	180	0	0	0	0	12	14	44,88	52,36	№65
	Бутерброд с маслом сливочным*	25/6	40/10	2,1	3,1	4,5	6,6	12,05	18	94,15	141	№12
Итого за завтрак										279,31	380,4	
Обед	Рассольник со сметаной	150	250	4,02	5,03	9,04	11,3	25,9	32,38	119,68	149,6	№33
	Каша гречневая рассыпчатая	100	150	6,33	7,6	5,65	6,8	31,1	37,3	204,9	245,9	№43
	Гуляш мясной	80	100	9,76	11,83	10,68	14,11	2,9	4,13	146,21	190,24	№52
	Закуска**	50	50	0	0	0	0	0,4	0,4	16	16	№87
	Компот из сухофруктов	150	180	0,32	0,48	0	0	11,7	15,7	46,5	62	№68
	Хлеб ржаной	40	50	2,6	3,2	0,5	0,6	13	16,2	67,6	84,5	№79
	Хлеб пшеничный	25	40	2,76	3,9	0,35	0,5	16,98	24	82,6	117,86	№80
Итого за обед										683,49	866,1	
Полдник	Чай сладкий	150	180	0	0	0	0	12	14	44,88	52,36	№65
	Гренки сладкие	70	80	0,42	0,63	3,03	5,05	2,62	3,92	39,62	63,86	№79
Итого за полдник										84,5	116,22	
Итого за день				33,26	42,35	40,5	53,96	166,77	207,03	1047,3	1362,72	
* - может добавляться сыр												
**- может быть салат или овощи порционно												

ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ													
четверг		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептур	
Прием пищи	Наименование блюда			Б		Ж		У					
		От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет				
Завтрак	Яйцо вареное	0,5	1	2,55	5,1	2,3	4,6	0,15	0,3	31,5	63	№11	
	Горошек консервированный**	40	60	2,25	3,1	0,09	0,12	3,74	4,98	24,75	33	№21	
	Чай сладкий	150	180	0	0	0	0	12	14	44,88	52,36	№65	
	Бутерброд с маслом сливочным*	25/6	40/10	2,1	3,1	4,5	6,6	12,05	18	94,15	141	№12	
	Хлеб ржаной	25	25	2,6	2,6	0,5	0,5	13	13	67,6	67,6	№79	
Итого за завтрак										262,88	356,96		
Обед	Суп гороховый	150	250	7,2	9,6	2,8	3,8	12,4	16,4	120	160	№35	
	Капуста тушеная	100	150	2,7	3,1	2	4,6	8,5	9,7	252,5	92	№48	
	Тефтели с рисом	60	70	6,41	8,98	6,78	9,49	5,22	7,31	107,5	150,5	№49	
	Компот из сухофруктов	150	180	0,32	0,48	0	0	11,7	15,7	46,5	62	№68	
	Хлеб ржаной	40	50	2,6	3,2	0,5	0,6	13	16,2	67,6	84,5	№79	
	Хлеб пшеничный	25	40	2,76	3,9	0,35	0,5	16,98	24	82,6	117,86	№80	
Итого за обед										679,8	660,66		
Полдник	Какао на молоке	150	180	1,8	2,5	1,8	2,5	12,2	16,3	71,2	95	№67	
	Кондитерское изделие	60	70	4	6	6,5	12	54	71	170	175	№84	
Итого за полдник										241,2	270		
Итого за день				38,09	52,44	28,12	45,31	174,28	223,61	1183,88	1287,62		
* - может добавляться сыр													
**- может быть салат или овощи порционно													

ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ												
пятница		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептур
Прием пищи	Наименование блюда			Б		Ж		У		От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	
		От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет					
Завтрак	Каша пшеничная молочная	150	200	5,07	6,76	7,81	10,41	19,4	25,86	168,7	224,94	№7
	Чай сладкий	150	180	0	0	0	0	12	14	44,88	52,36	№65
	Бутерброд с маслом сливочным*	25/6	40/10	2,1	3,1	4,5	6,6	12,05	18	94,15	141	№12
Итого за завтрак										307,73	418,3	
Обед	Свекольник со сметаной	150	250	1,52	1,9	5,33	6,66	8,65	10,81	88,89	111,11	№37
	Пельмени с маслом сливочным			19,84	24,8	31,43	39,29	37,07	46,34	471,02	588,81	№56
	Компот из сухофруктов	150	180	0,32	0,48	0	0	11,7	15,7	46,5	62	№68
	Хлеб ржаной	40	50	2,6	3,2	0,5	0,6	13	16,2	67,6	84,5	№79
	Хлеб пшеничный	25	40	2,76	3,9	0,35	0,5	16,98	24	82,6	117,86	№80
Итого за обед										756,61	964,28	
Полдник	Кисель	150	180	0	0	0	0	13,4	17,9	51,7	69	№69
	Сырники творожные	80	120	12,24	13,6	8,33	9,26	8,93	9,92	164,8	183,13	№72
Итого за полдник										216,5	252,13	
Итого за день				46,45	57,74	58,25	73,32	153,18	198,73	1280,84	1634,71	
* - может добавляться сыр												
**- может быть салат или овощи порционно												

ТРЕТЬЯ НЕДЕЛЯ												
понедельник		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептур
Прием пищи	Наименование блюда			Б		Ж		У		От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	
		От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет					
Завтрак	Каша гречневая с маслом и сахаром	150	200	5,96	7,94	6,16	8,21	26,35	35,13	184,63	246,17	№9
	Кофейный напиток на молоке	150	180	1,8	2,5	1,8	2,5	12,2	16,3	71,2	95	№67
	Бутерброд с маслом сливочным*	25/6	40/10	2,1	3,1	4,5	6,6	12,05	18	94,15	141	№12
Итого за завтрак										349,98	482,17	
Обед	Щи со сметаной	150	250	5,09	6,85	8,04	11,35	12,27	18,28	136,86	161	№34
	Плов с мясом	150	180	12,9	15,25	14,6	18,9	34,74	39,1	324,32	389,91	№58
	Закуска**	50	50	0	0	0	0	0,4	0,4	16	16	№87
	Компот из сухофруктов	150	180	0,32	0,48	0	0	11,7	15,7	46,5	62	№68
	Хлеб ржаной	40	50	2,6	3,2	0,5	0,6	13	16,2	67,6	84,5	№79
	Хлеб пшеничный	25	40	2,76	3,9	0,35	0,5	16,98	24	82,6	117,86	№80
Итого за обед										212,7	280,36	
Полдник	Кисломолочный продукт	150	180	4,35	5,22	3,75	4,5	6,3	7,56	76	92	№84
	Выпечка бездрожжевая	70	80	4,1	4,7	7,5	8,7	40	47	246,8	288	№78
Итого за полдник										618,1	778,22	
Итого за день				41,98	53,14	47,2	61,86	185,99	237,67	1346,66	1540,75	
* - может добавляться сыр												
**- может быть салат или овощи порционно												

ТРЕТЬЯ НЕДЕЛЯ												
вторник		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептур
Прием пищи	Наименование блюда			Б		Ж		У				
		От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет			
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	150	200	4,99	6,66	8,24	10,99	16,98	22,64	162,33	216,4	№2
	Чай сладкий	150	180	0	0	0	0	12	14	44,88	52,36	№65
	Бутерброд с маслом сливочным*	25/6	40/10	2,1	3,1	4,5	6,6	12,05	18	94,15	141	№12
Итого за завтрак										301,36	409,76	
Обед	Суп рыбный	150	250	6,4	7,8	3,6	5	9,3	13,5	96	162,5	№38
	Картофельное пюре	130	150	2,8	3,5	5,2	6,4	20	22,2	137	158,3	№47
	Котлета рыбная	60	70	9,41	11,62	2,26	2,4	2,64	3,45	69,13	82,92	№63
	Закуска**	40	60	0,66	0,98	3	4	2,05	3,12	38,07	52,75	№22
	Сок	150	180	1,12	1,26	0	0	11,04	12,42	49,6	55,8	№81
	Хлеб ржаной	40	50	2,6	3,2	0,5	0,6	13	16,2	67,6	84,5	№79
	Хлеб пшеничный	25	40	2,76	3,9	0,35	0,5	16,98	24	82,6	117,86	№80
Итого за обед										540	714,63	
Полдник	Кисель	150	180	0	0	0	0	13,4	17,9	51,7	69	№69
	Выпечка дрожжевая	70	80	3,57	5,96	2,2	5,86	37,9	50,5	163,8	218,4	№74
Итого за полдник										215,5	287,4	
Итого за день				36,41	47,98	29,85	42,35	167,34	217,93	1056,86	1411,79	
* - может добавляться сыр												
**- может быть салат или овощи порционно												

ТРЕТЬЯ НЕДЕЛЯ												
среда		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептур
Прием пищи	Наименование блюда			Б		Ж		У		От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	
		От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет					
Завтрак	Каша манная молочная	150	200	4,39	5,86	7,46	9,95	20,11	24,69	166	212,44	№5
	Чай сладкий	150	180	0	0	0	0	12	14	44,88	52,36	№65
	Бутерброд с маслом сливочным*	25/6	40/10	2,1	3,1	4,5	6,6	12,05	18	94,15	141	№12
Итого за завтрак										305,03	405,8	
Обед	Лапша домашняя	150	250	1,85	3,09	2,55	4,25	9,56	15,93	66	110	№39
	Гороховое пюре	100	150	11,5	13,8	4,65	5,58	28,55	34,26	198,9	238,7	№46
	Суфле куриное	50	70	12,91	17,21	9,22	12,29	4,31	5,74	152,8	203,8	№54
	Закуска**	50	50	0	0	0	0	0,4	0,4	16	16	№87
	Компот из сухофруктов	150	180	0,32	0,48	0	0	11,7	15,7	46,5	62	№68
	Хлеб ржаной	40	50	2,6	3,2	0,5	0,6	13	16,2	67,6	84,5	№79
	Хлеб пшеничный	25	40	2,76	3,9	0,35	0,5	16,98	24	82,6	117,86	№80
Итого за обед										630,4	832,86	
Полдник	Чай сладкий	150	180	0	0	0	0	12	14	44,88	52,36	№65
	Бутерброд с повидлом	25/6	40/10	1,54	2,32	0,16	0,24	13,16	20,08	61	92	№14
Итого за полдник										105,88	144,36	
Итого за день				39,97	52,96	29,39	40,01	153,82	203	1041,31	1383,02	
* - может добавляться сыр												
**- может быть салат или овощи порционно												

ТРЕТЬЯ НЕДЕЛЯ													
четверг		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептур	
Прием пищи	Наименование блюда			Б		Ж		У					
		От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет		
Завтрак	Яйцо вареное	0,5	1	2,55	5,1	2,3	4,6	0,15	0,3	31,5	63	№11	
	Икра кабачковая**	40	60	0,54	0,72	2,12	2,83	3,47	4,63	35,1	46,8	№82	
	Чай сладкий	150	180	0	0	0	0	12	14	44,88	52,36	№65	
	Бутерброд с маслом сливочным*	25/6	40/10	2,1	3,1	4,5	6,6	12,05	18	94,15	141	№12	
	Хлеб ржаной	25	25	2,6	2,6	0,5	0,5	13	13	67,6	67,6	№79	
Итого за завтрак										273,23	370,76		
Обед	Суп гороховый	150	250	7,2	9,6	2,8	3,8	12,4	16,4	120	160	№35	
	Макароны с маслом	100	150	3,68	4,3	3,53	3,8	23,55	27,2	140,73	163,9	№45	
	Котлета мясная	50	70	10,4	12,3	9,7	11,3	2,8	3,4	140,11	165,4	№50	
	Закуска**	40	60	0,56	0,8	3	4	3,54	5	41,81	56,96	№24	
	Компот из сухофруктов	150	180	0,32	0,48	0	0	11,7	15,7	46,5	62	№68	
	Хлеб ржаной	40	50	2,6	3,2	0,5	0,6	13	16,2	67,6	84,5	№79	
	Хлеб пшеничный	25	40	2,76	3,9	0,35	0,5	16,98	24	82,6	117,86	№80	
Итого за обед										642,45	804,42		
Полдник	Кофейный напиток на молоке	150	180	1,8	2,5	1,8	2,5	12,2	16,3	71,2	95	№67	
	Кондитерское изделие	60	70	4	6	6,5	12	54	71	170	175	№84	
Итого за полдник										241,2	270		
Итого за день				41,91	55,38	37,6	53,03	190,18	241,85	1156,88	1445,18		

* - может добавляться сыр

**- может быть салат или овощи порционно

ТРЕТЬЯ НЕДЕЛЯ												
пятница		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептур
Прием пищи	Наименование блюда			Б		Ж		У				
		От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет			
Завтрак	Каша "дружба" молочная	150	200	5,32	6,23	8,64	10,2	23,34	27,28	191,72	224,98	№4
	Чай сладкий	150	180	0	0	0	0	12	14	44,88	52,36	№65
	Бутерброд с маслом сливочным*	25/6	40/10	2,1	3,1	4,5	6,6	12,05	18	94,15	141	№12
Итого за завтрак										330,75	418,34	
Обед	Суп с галушками и сметаной	150	250	6,08	7,8	7,83	10,7	16,99	23,75	158,8	217,1	№36
	Овощное рагу с мясом	150	180	21,16	24,76	34,25	19,98	28,29	34,25	491,5	392	№62
	Компот из сухофруктов	150	180	0,32	0,48	0	0	11,7	15,7	46,5	62	№68
	Хлеб ржаной	40	50	2,6	3,2	0,5	0,6	13	16,2	67,6	84,5	№79
	Хлеб пшеничный	25	40	2,76	3,9	0,35	0,5	16,98	24	82,6	117,86	№80
Итого за обед										847	873,46	
Полдник	Кисель	150	180	0	0	0	0	13,4	17,9	51,7	69	№69
	Запеканка творожная	80	120	12,24	13,6	8,33	9,26	8,93	9,92	164,8	183,13	№72
Итого за полдник										216,5	252,13	
Итого за день				52,58	63,07	64,4	57,84	156,68	201	1394,25	1543,93	
* - может добавляться сыр												
**- может быть салат или овощи порционно												

НЕДЕЛЯ ЧЕТВЕРТАЯ												
понедельник		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептур
Прием пищи	Наименование блюда			Б		Ж		У				
		От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет			
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	150	200	4,99	6,66	8,24	10,99	16,98	22,64	162,33	216,4	№2
	Чай сладкий	150	180	0	0	0	0	12	14	44,88	52,36	№65
	Бутерброд с маслом сливочным*	25/6	40/10	2,1	3,1	4,5	6,6	12,05	18	94,15	141	№12
Итого за завтрак										301,36	409,76	
Обед	Борщ со сметаной	150	250	4,38	6,06	7,14	10,18	11,25	17,35	125,5	161	№32
	Запеканка вермишелевая с мясом	150	200	15,01	18,64	13,1	16,55	28,03	38,61	293,41	382,06	№55
	Закуска**	50	50	0	0	0	0	0,4	0,4	16	16	№87
	Компот из сухофруктов	150	180	0,32	0,48	0	0	11,7	15,7	46,5	62	№68
	Хлеб ржаной	40	50	2,6	3,2	0,5	0,6	13	16,2	67,6	84,5	№79
	Хлеб пшеничный	25	40	2,76	3,9	0,35	0,5	16,98	24	82,6	117,86	№80
Итого за обед										631,61	823,42	
Полдник	Кисломолочный продукт	150	180	4,35	5,22	3,75	4,5	6,3	7,56	76	92	№84
	Выпечка бездрожжевая	70	80	4,1	4,7	7,5	8,7	40	47	246,8	288	№78
Итого за полдник										322,8	380	
Итого за день				40,61	51,96	45,08	58,62	168,69	221,46	1255,77	1613,18	
* - может добавляться сыр												
**- может быть салат или овощи порционно												

ЧЕТВЕРТАЯ НЕДЕЛЯ												
вторник		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептур
Прием пищи	Наименование блюда			Б		Ж		У				
		От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет			
Завтрак	Каша ячневая молочная	150	200	5,15	6,87	6,03	8,04	19,44	25,92	160,54	214	№6
	Чай сладкий	150	180	0	0	0	0	12	14	44,88	52,36	№65
	Бутерброд с маслом сливочным*	25/6	40/10	2,1	3,1	4,5	6,6	12,05	18	94,15	141	№12
Итого за завтрак										299,57	407,36	
Обед	Суп рыбный	150	250	6,4	7,8	3,6	5	9,3	13,5	96	162,5	№38
	Картофельное пюре	130	150	2,8	3,5	5,2	6,4	20	22,2	137	158,3	№47
	Рыба под овощами	60	70	11,12	12,1	3,09	4,45	1,12	1,52	77,19	95	№64
	Закуска**	40	60	0,8	1,3	3,02	4,04	4,32	5,27	42,93	61,28	№23
	Сок	150	180	1,12	1,26	0	0	11,04	12,42	49,6	55,8	№81
	Хлеб ржаной	40	50	2,6	3,2	0,5	0,6	13	16,2	67,6	84,5	№79
	Хлеб пшеничный	25	40	2,76	3,9	0,35	0,5	16,98	24	82,6	117,86	№80
Итого за обед										552,92	735,24	
Полдник	Кисель	150	180	0	0	0	0	13,4	17,9	51,7	69	№69
	Выпечка дрожжевая	70	80	3,57	5,96	2,2	5,86	37,9	50,5	163,8	218,4	№74
Итого за полдник										215,5	287,4	
Итого за день				38,42	48,99	28,49	41,49	170,55	221,43	1067,99	1430	
* - может добавляться сыр												
**- может быть салат или овощи порционно												

ТРЕТЬЯ НЕДЕЛЯ												
среда		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептур
Прием пищи	Наименование блюда			Б		Ж		У				
		От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет			
Завтрак	Каша рисовая молочная	150	200	5,23	6,98	7,8	10,4	18,8	25	167	222,38	№3
	Чай сладкий	150	180	0	0	0	0	12	14	44,88	52,36	№65
	Бутерброд с маслом сливочным*	25/6	40/10	2,1	3,1	4,5	6,6	12,05	18	94,15	141	№12
Итого за завтрак										306,03	415,74	
Обед	Рассольник со сметаной	150	250	4,02	5,03	9,04	11,3	25,9	32,38	119,68	149,6	№33
	Гороховое пюре	100	150	11,5	13,8	4,65	5,58	28,55	34,26	198,9	238,7	№46
	Котлета мясная	60	70	7,03	9,84	5,73	8,02	5,11	7,16	99,38	139,13	№51
	Закуска**	50	50	0	0	0	0	0,4	0,4	16	16	№87
	Компот из сухофруктов	150	180	0,32	0,48	0	0	11,7	15,7	46,5	62	№68
	Хлеб ржаной	40	50	2,6	3,2	0,5	0,6	13	16,2	67,6	84,5	№79
	Хлеб пшеничный	25	40	2,76	3,9	0,35	0,5	16,98	24	82,6	117,86	№80
Итого за обед										630,66	807,79	
Полдник	Чай сладкий	150	180	0	0	0	0	12	14	44,88	52,36	№65
	Гренки сладкие	70	80	0,42	0,63	3,03	5,05	2,62	3,92	39,62	63,86	№79
Итого за полдник										84,5	116,22	
Итого за день				35,98	46,96	35,6	48,05	159,11	205,02	1021,19	1339,75	
* - может добавляться сыр												
**- может быть салат или овощи порционно												

ЧЕТВЕРТАЯ НЕДЕЛЯ													
четверг		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептур	
Прием пищи	Наименование блюда			Б		Ж		У					
		От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет				
Завтрак	Яйцо вареное	0,5	1	2,55	5,1	2,3	4,6	0,15	0,3	31,5	63	№11	
	Кукуруза консервированная**	40	60	2,25	3,1	0,09	0,12	3,74	4,98	24,75	33	№21	
	Чай сладкий	150	180	0	0	0	0	12	14	44,88	52,36	№65	
	Бутерброд с маслом сливочным*	25/6	40/10	2,1	3,1	4,5	6,6	12,05	18	94,15	141	№12	
	Хлеб ржаной	25	25	2,6	2,6	0,5	0,5	13	13	67,6	67,6	№79	
Итого за завтрак										262,88	356,96		
Обед	Суп картофельный с рисом и сметаной	150	250	4	5,46	6,11	8,69	12,09	18,37	119,42	173,62	№40	
	Жаркое по-домашнему	150	180	12,26	13,41	12,86	16,31	24,8	26,9	262,08	309,92	№59	
	Закуска**	40	60	0,66	0,98	3	4	2,05	3,12	38,07	52,75	№22	
	Компот из сухофруктов	150	180	0,32	0,48	0	0	11,7	15,7	46,5	62	№68	
	Хлеб ржаной	40	50	2,6	3,2	0,5	0,6	13	16,2	67,6	84,5	№79	
	Хлеб пшеничный	25	40	2,76	3,9	0,35	0,5	16,98	24	82,6	117,86	№80	
Итого за обед										619,37	794,45		
Полдник	Кофейный напиток на молоке	150	180	1,8	2,5	1,8	2,5	12,2	16,3	71,2	95	№67	
	Кондитерское изделие	60	70	4	6	6,5	12	54	71	170	175	№84	
Итого за полдник										241,2	270		
Итого за день				38,7	50,61	38,51	56,42	187,1	238,59	1123,45	1421,41	66,62	

* - может добавляться сыр

**- может быть салат или овощи порционно

ЧЕТВЕРТАЯ НЕДЕЛЯ												
пятница		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептур
Прием пищи	Наименование блюда			Б		Ж		У		От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	
		От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет					
Завтрак	Каша пшеничная молочная	150	200	5,07	6,76	7,81	10,41	19,4	25,86	168,7	224,94	№7
	Чай сладкий	150	180	0	0	0	0	12	14	44,88	52,36	№65
	Бутерброд с маслом сливочным*	25/6	40/10	2,1	3,1	4,5	6,6	12,05	18	94,15	141	№12
Итого за завтрак										307,73	418,3	
Обед	Суп картофельный с вермишелью и сметаной	150	250	1,6	2,5	3,9	5,8	12,42	18,98	90,87	137,82	№30
	Капуста тушеная с мясом	150	180	12,26	13,41	12,86	16,31	24,8	26,9	262,08	309,92	№59
	Компот из сухофруктов	150	180	0,32	0,48	0	0	11,7	15,7	46,5	62	№68
	Хлеб ржаной	40	50	2,6	3,2	0,5	0,6	13	16,2	67,6	84,5	№79
	Хлеб пшеничный	25	40	2,76	3,9	0,35	0,5	16,98	24	82,6	117,86	№80
Итого за обед										549,65	712,1	
Полдник	Кисель	150	180	0	0	0	0	13,4	17,9	51,7	69	№69
	Сырники творожные	80	120	12,24	13,6	8,33	9,26	8,93	9,92	164,8	183,13	№72
Итого за полдник										216,5	252,13	
Итого за день				38,95	46,95	38,25	49,48	144,68	187,46	1073,88	1382,53	
* - может добавляться сыр												
**- может быть салат или овощи порционно												

ИТОГ

	Пищевые вещества						Энергетическая ценность	
	Б		Ж		У		От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет
	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет	От 1 года до 3 лет	От 3 лет до 6 лет		
Итого за весь период	806,11	1033,73	787,85	1040,81	3365,47	4345,52	23003,47	29161,99
Среднее значение за период	40,3055	51,6865	39,3925	52,0405	168,2735	217,276	1150,1735	1458,0995
Содержание белков, жиров и углеводов	1	1	1	1	4	4		